

Inhaltsverzeichnis

I. Einleitung	9
1. Ziel und Aufbau des Buches	9
2. Was ist Lernen, und was sind Lerntechniken?	11
3. Welche Techniken und Strategien brauchen die Schülerinnen und Schüler?	14
4. Ziele eines Lerntrainings	20
5. Umsetzung in der Schule	23
6. Wie können Lern- und Arbeitstechniken in der Schule vermittelt werden?	30
II. Kurselemente zur Lern- und Arbeitstechnik	39
1. Selbstdiagnose und Kursplanung	41
2. Lernstile und Lerntypen	46
3. Lernmotivation	53
4. Lernpsychologie und Gedächtnis	64
5. Zuhören und Mitschreiben, Bearbeiten der Notizen	69
6. Lesen	77
7. Denken und Problemlösen	103
8. Zusammenarbeit	112
9. Voraussetzungen und Forschungsergebnisse	121
10. Konzentration im Unterricht und zu Hause	124
11. Zeiteinteilung	131
12. Informationsbeschaffung	142
13. Informationsspeicherung und Ordnungssysteme	146
14. Größere Arbeiten und Vorträge	151
15. Prüfungen: Vorbereitung und Durchführung	160
Beispiele von Arbeitstechnikkursen für verschiedene Altersstufen	171
1. Einführung für neu eintretende Schülerinnen und Schüler der Sekundarstufe bzw. des Gymnasiums (11- bis 13jährige Schüler)	171
2. Arbeitstechnikkurs für 15- bis 16jährige Schülerinnen und Schüler	172
3. Arbeitstechnikkurs für 17- bis 19jährige Schülerinnen und Schüler der Oberstufe	174

III. Vermittlung von Arbeits- und Lernmethoden im allgemeinen Unterricht	177
1. Anstöße zu selbständigem Denken und zu eigener Aktivität	179
2. Förderung der Motivation, Erzeugung einer Fragehaltung	183
3. Erfassen des Wesentlichen, kritische Distanz zu den Lerninhalten . . .	186
4. Förderung allgemeiner Lerntechniken	189
5. Möglichkeiten zur Zusammenarbeit	192
Schlußwort	197
Anhang: Antworten und Lösungsvorschläge	198
Verzeichnis der Arbeitsblätter	202
Literaturverzeichnis	204