

Inhaltsverzeichnis

I.	Einführung	9
1.	Lern- und Arbeitsprobleme von Schülern und Studenten	9
2.	Lernziele der Lern- und Arbeitstechnik	15
3.	Bedürfnisse verschiedener Altersgruppen	21
4.	Möglichkeiten der Vermittlung	23
II.	Kurse über Arbeits- und Lerntechniken	27
1.	Elemente von Arbeitstechnikkursen	29
1.1	Einführung in Arbeitstechnikkurse und Problemanalyse	29
1.1.1	Einführung	29
1.1.2	Lernziele	29
1.1.3	Methoden und Unterlagen	30
1.2	Lesen	30
1.2.1	Einführung	30
	Lesen von Sachbüchern	33
	Kritisches Lesen	35
	Schnell-Lesen	36
1.2.2	Lernziele	37
1.2.3	Methoden und Unterlagen	37
1.3	Zuhören und Mitschreiben bei Vorträgen, Erstellen von Notizen und Protokollen	40
1.3.1	Einführung	40
	Zuhören	40
	Notizen, Mitschreiben	41
1.3.2	Lernziele	44
1.3.3	Methoden und Unterlagen	44

1.4	Zusammenarbeit	45
1.4.1	Einführung	45
1.4.2	Lernziele	50
1.4.3	Methoden und Unterlagen	50
1.5	Physiologische Voraussetzungen	52
1.5.1	Einführung	52
1.5.2	Lernziele	54
1.5.3	Methoden und Unterlagen	54
1.6	Lernpsychologie	55
1.6.1	Einführung	55
1.6.2	Lernziele	59
1.6.3	Methoden und Unterlagen	59
1.7	Ordnen von Wissen	61
1.7.1	Einführung	61
1.7.2	Lernziele	62
1.7.3	Methoden und Unterlagen	65
1.8	Hilfsmittel	65
1.8.1	Einführung	65
1.8.2	Lernziele	66
1.8.3	Methoden und Unterlagen	66
1.9	Denken und Problemlösen	67
1.9.1	Einführung	67
1.9.2	Lernziele	71
1.9.3	Methoden und Unterlagen	71
1.10	Konzentration	74
1.10.1	Einführung	74
1.10.2	Lernziele	77
1.10.3	Methoden und Unterlagen	77
1.11	Motivation	78
1.11.1	Einführung	78
1.11.2	Lernziele	83
1.11.3	Methoden und Unterlagen	83

1.12	Zeiteinteilung	84
1.12.1	Einführung	84
1.12.2	Lernziele	89
1.12.3	Methoden und Unterlagen	89
1.13	Durchführen größerer Arbeiten (Aufsätze, Berichte, Vorträge, Semesterarbeiten)	90
1.13.1	Einführung	90
1.13.2	Lernziele	95
1.13.3	Methoden und Unterlagen	95
1.14	Prüfungen: Vorbereitung und Durchführung	97
1.14.1	Einführung	97
1.14.2	Lernziele	103
1.14.3	Methoden und Unterlagen	104
2.	Beispiele von Arbeitstechnikkursen für verschiedene Altersstufen	105
2.1	Einführungskurs für neueintretende Schüler der Sekun- darstufe bzw. des Gymnasiums (11–13jährige Schüler) .	105
2.2	Arbeitstechnikkurs für 15–16jährige Schüler	106
2.3	Arbeitstechnikkurs für 17–19jährige Schüler der Ober- stufe	109
III.	Vermittlung von Arbeits- und Lernmethoden im allgemeinen Unterricht	111
1.	Anstöße zu selbständigem Denken und zu eigener Aktivität	113
2.	Förderung der Motivation, Erzeugung einer Fragehal- tung	121
3.	Erfassen des Wesentlichen, kritische Distanz zu den Lerninhalten	125
4.	Förderung allgemeiner Arbeitstechniken	129
5.	Möglichkeiten zur Zusammenarbeit	131
	Schlußwort	139
	Literaturverzeichnis	141