

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	9
1. Ziele – Grundlagen der Orientierung	11
2. Gut geplant ist halb gelernt	13
3. Organisation der geistigen Arbeit	15
4. Überprüfung des Lernverhaltens	17
5. Die Motivation ist entscheidend	21
6. Konzentrieren – leicht gemacht	27
7. Lernen und Gedächtnis	33
8. Pillen gegen Lernschwierigkeiten?	39
9. Pausenlos lernen?	41
10. Lesen lernen – Texte rationell erarbeiten	45
11. Mitschreiben – Herausschreiben	47
12. Die Lernkartei – Bau- und Bedienungsanleitung für eine »Lernmaschine«	49
13. Fachspezifische Lern- und Arbeitstechniken	53
<i>13.1. Geschichte/Sozialkunde/Geographie</i>	53
13.1.1. Systematische Textanalyse – Strukturieren komplexer Sachverhalte	53
13.1.2. Anfertigung von »Zeitschienen«	56
13.1.3. Benutzung von Zeittafeln	56
13.1.4. Einsatz historischer Atlanten	57
13.1.5. Aufstellen eines »Kulturfahrplans«	57
13.1.6. Kopplung geschichtlicher Fakten mit Anekdoten	58
13.1.7. Beschäftigung mit den Lebensgeschichten historischer Persönlichkeiten	58
13.1.8. Aufbereiten schwer merkbarer Fakten in Frage-Antwort-Form	59
13.1.9. Benutzung von »Eselsbrücken« als Gedächtnisstützen	59
13.1.10. Visualisierung und Wort-Bild-Assoziationen	60
<i>13.2. Deutsch</i>	62
13.2.1. Bewußtes Hören, Lesen und Schreiben	62
13.2.2. Das Arbeiten mit dem Wörterbuch	62
13.2.3. Merkheft für rechtschreibschwierige Wörter	63
13.2.4. Lernen mit der Lernkartei	65
13.2.5. Der Umgang mit Fremdwörtern	65
13.2.6. Erweiterung des Wortschatzes	66
13.2.7. Die sechs großen »W« als Merkhilfe	67
13.2.8. Vom Thema zum Aufsatz	68
<i>13.3. Fremdsprachen</i>	71
13.3.1. Festigung und Erweiterung des Wortschatzes	71
13.3.1.1. Anlegen einer Wörterkartei	72

13.3.1.2.	Vokabeltraining mit Hilfe des Kassetten-Recorders	72
13.3.1.3.	Vokabeln lernen – Bild für Bild	74
13.3.2.	Grammatiklernen	75
13.3.3.	Arbeit mit Lückentexten	75
13.3.4.	Benutzung von Aussprache-Schallplatten bzw. Aussprache-Tonkassetten	76
13.3.5.	Einsatz von Lernprogrammen	76
13.3.6.	Radiohören und Fernsehen	77
13.3.7.	Mit dem Tonband lernen	77
13.3.8.	Ein gutes Wörterbuch ist unabdingbar	77
13.3.9.	Lesen fremdsprachiger Bücher, Zeitschriften und Zeitungen	78
13.3.10.	Den Textsinn erschließen statt Wort-für-Wort-Übersetzen	78
13.3.11.	Übersetzungstraining mit zweisprachigen Büchern	78
<i>13.4.</i>	<i>Physik</i>	79
13.4.1.	Stoffwiederholung und Prüfungsvorbereitung in Frage- und Antwortform	79
13.4.2.	Das Rechnen mit physikalischen Größen und Größen-gleichungen	80
13.4.3.	Grundmuster zur Lösung physikalischer Probleme	80
13.4.4.	Lösungsschema als Ablaufdiagramm	84
13.4.5.	Klassifizierung von Aufgaben	85
<i>13.5.</i>	<i>Chemie</i>	90
13.5.1.	Faktenlernen	90
13.5.2.	Darstellung von tabellarisch vorgegebenen Zahlenwerten in Diagrammen	90
13.5.3.	Aufbereiten von Lerninhalten aus der Stoffchemie	91
13.5.4.	Strukturierung von Sachverhalten	93
13.5.5.	Plausibilisierung und Visualisierung von Gesetzmäßigkeiten	95
13.5.6.	Systematische Übungen zur Nomenklatur chemischer Ver-bindungen	96
13.5.7.	Aufstellen von Reaktionsgleichungen	99
13.5.8.	Rechenschema zur Lösung stöchiometrischer Aufgaben	101
<i>13.6.</i>	<i>Mathematik</i>	102
	Arbeitsblätter	107
	Zusammenstellung der im Text erwähnten Literatur	109
	Sachregister	111