

Inhalt

A. Lernstoff und Lerntechnik 1

Einleitung 2

1. Lernziele, Lernwege, Verteiltes Lernen, Wiederholungen, Überlernen, Lernkontrolle 3
- ② Strukturierung und Regellernen 13
3. Schwierigkeit des Lernmaterials 19
4. Lerngewohnheiten, Aktive Teilnahme, Schnell-Leskurs 21

B. Konzeptlernen und Problemlösen 23

C. Lernen in Arbeitsgruppen 27

Einleitung 28

1. Richtlinien für die Bildung einer Gruppe 29
- ② Strategien für die Bewältigung des Lernstoffs 31
3. Diskussionen 35
4. Imitationslernen 37
5. Vor- und Nachteile der Gruppenarbeit 41

D. Vergessen 43

Einleitung 44

1. Gedächtnisspanne 45
2. Wiedererlernen und Sparmethode 51
3. Retroaktive und Proaktive Hemmung 53

E. Lernpausen 57

***F. Motivation und Verstärkung des
Lernvorgangs 61***

Einleitung 62

1. Verstärkungsarten und
Verstärkungshäufigkeit 63
2. Fremdverstärkung, Selbstverstärkung 69
3. Inadäquate- und Nichtverstärkung 71
4. Lern-Anspruchsniveau 75
5. Motivation: Wichtige moderne
Erkenntnisse 77

G. Lehrer, Dozenten und Lehrbücher 81

Literaturverzeichnis 83

Glossar als Kontrolltest 85

Glossar 86