

# Lernratgeber für Mittelstufenschüler

## (10 – 14 Jahre)

### Geschrieben für Erzieher und Eltern

von Sophia Franke, Noah Green, Joshua Niederle

#### **Gliederung:**

1. Einleitung
2. Anwendung von Lerntechniken
3. Beeinträchtigungen und mögliche Störfaktoren
4. Lernmotivation und Konzentration
- 4.1. Lernverhalten in der Pubertät
5. Erfolgreiches Lernen
6. Wiederholung
- 6.1. Wiederholung nach drei Wochen
7. Förderung

### **1. Einleitung:**

Durch diesen Lernratgeber, welcher sich auf das Mittelstufenalter (10 – 14 Jahre) bezieht, werden sie sich hilfreiche Tipps und Tricks aneignen, welche sich positiv auf das Lernverhalten ihres Kindes auswirken können. Vorab sollte gesagt sein, dass keine Garantie für Lernerfolge besteht. Da jedes Kind auf seine eigene Art und Weise am besten lernt, bietet dieser Ratgeber lediglich eine Unterstützung der bisherigen Lerngewohnheiten. Individuelle Erfolge können somit durch die Ratschläge erzielt und ausgebaut werden.

Ein Kind im Alter ab 10 Jahren sollte gewisse Fähigkeiten besitzen, um aufmerksam und konzentriert lernen zu können. Zu diesen Fähigkeiten gehören unter anderem **Kritik ertragen können, Geduld haben und ein Vorbild finden.**

### **2. Anwendung von Lerntechniken:**

Um die Anwendung der bisherig genannten Ratschläge bestmöglich umsetzen zu können, sollten sie auf gewisse Faktoren achten. Diese (Faktoren) werden dem individuellen Lernen entgegenkommen und sich somit wechselseitig ergänzen:

- sie sollten Wert auf die **Visualisierung** des Lernenden legen. Dies meint: mitschreiben, Notizen machen, gliedern, unterstreichen und mit Bildern arbeiten.

- **Zwischenergebnisse festhalten.** Lassen sie den Lernenden bspw. Texte gliedern. Somit entsteht eine bessere Übersicht. Notizen können nach jedem Zusammenfassen erläutert und besprochen werden.
- **Lautes Vorsprechen von Vokabeln oder anderem Lernstoff.** Somit wird der Stoff besser aufgenommen und gelangt über verschiedene Wege ins Gedächtnis (Lesen, Sprechen, Schreiben).
- Erstellen sie gemeinsam mit dem Lernenden eine **Lernkartei**. Dies schafft eine Übersicht über bereits gelernte Themen und noch zu lernende Dinge.
- Bei der Textarbeit sollten **Kerninformationen markiert, herausgearbeitet und miteinander verknüpft werden**. Die Verknüpfung gelingt, indem man bspw. Textwissen mit Alltagssituationen in Verbindung bringt.

### 3. Beeinträchtigungen und mögliche Störfaktoren:

Zeitmangel ist einer der meistverbreiteten Störfaktoren, was das Lernen angeht. Neben der Schule und allen Aufgaben die dazu gehören, haben Kinder eine hohe Dichte an Terminen und Aktivitäten. Dies erschwert die Konzentrationsfähigkeit und beeinflusst das Lernverhalten erheblich. Außerdem wird das Lernverhalten durch die Aktivitäten- und Termindichte der Eltern beeinflusst. Vollzeitarbeitende Eltern werden somit wenig Zeit für die Hausaufgaben ihrer Kinder haben, da sie mit ihren Angelegenheiten bereits sehr beschäftigt sind.

Eine Strukturierung des Alltags sollte somit bereits frühzeitig durchgeführt werden, damit sich der Lernende schnellstmöglich auf den Ablauf einstellen kann. Ein Beispiel für solch eine Strukturierung könnte wie folgt aussehen:

**07:45 – 14:45:** Schule

**15:00 – 16:00:** Ausruhen und Mittagessen

**16:00 – 17:30:** Lernen und Hausaufgaben

**17:30 – xx:xx:** Freizeitaktivitäten / Sport / Verein

Da, wie schon zu Beginn erwähnt, jedes Kind anders lernt, sollte der Ablaufplan individuell auf ihr Kind abgestimmt sein. Wenn sie merken, dass ihr Kind erst gegen Abend aufnahmefähig wird, so planen sie das Lernen eher für den Abend ein. Nehmen sie als Erzieher die Stelle des Unterstützers ein und deuten sie die Angewohnheiten ihres Kindes so, dass eine bestmögliche Umsetzung stattfindet.

## 4. Lernmotivation und Konzentration

Erfolgreiches Lernen setzt sowohl bestimmte Abläufe im Gehirn voraus, ist aber auch abhängig von Motivation und dem Wunsch, Neues zu erfahren und den Gefühlen, die man in der Lernsituation hat. Hat der Schüler Spaß und ist entspannt während des Lernens, wirkt sich dies positiv auf die Motivation aus. Sieht aber der Schüler keinen wirklich ersichtlichen Sinn im Lernen und empfindet Lernen als Last, da das Aneignen des Stoffs zudem mit Mühe verbunden ist, begegnet er diesem mit Widerwillen und dann war es das mit der Motivation. Um dies zu verhindern, ist es wichtig zu wissen, was Motivation überhaupt ist und wie diese gefördert wird.

**Motivation** kommt vom lateinischen „motivum“ und bedeutet **Bewegung und Antrieb**. Den Antrieb, die Welt zu erforschen, haben Babys und Kinder im Kleinkindalter von sich heraus und im welchen Maß dieser erhalten, verstärkt oder dezimiert wird, hängt von der Förderung der Eltern und Erzieher ab. Verhindern Sie jeden Versuch des Kindes, etwas selbstständig zu machen, wird es dem Kind schwer fallen, eine gesunde Motivation zu entwickeln.

### Wie können Sie motivieren?

Mit großem Ansporn und positiver Ermutigung können Sie die innere Motivation und damit die Bereitschaft zur Selbstständigkeit des zu Erziehenden fördern. Es entwickelt sich durch eine gesunde Motivation die Fähigkeit, ohne Angst vor dem Scheitern, sich mit einer Aufgabe oder einem Problem auseinanderzusetzen und zu bewältigen. Wichtig dabei ist, dass die Aufgaben altersgerecht und machbar sind, damit es sonst am Misserfolg nicht verzweifelt. Achten Sie auch darauf, dass Sie den zu Erziehenden nicht nur für seine richtigen Ergebnisse loben, sondern auch für seine Mühen und Bereitschaft, sich der Aufgabe zu stellen. Die **Übertragung neuer Inhalte und Erfahrungen in das Langzeitgedächtnis ist effektiver, wenn der Lernende einen Bezug zur Wirklichkeit aufbauen kann** und somit die Inhalte mit Emotionen und Erfahrungen verbunden werden.

Um ein effektives Lernen zu erzielen, ist eine gute Konzentrationsfähigkeit nicht wegzudenken. Zu beachten ist aber, dass Konzentration von einigen Faktoren abhängig ist, wie Tageszeit, emotionale und körperliche Verfassung, sowie die Umgebung bzw. das Umfeld. Lärm, Ablenkungen und sonstige Störfaktoren beeinträchtigen die Konzentration.

Des Weiteren sind **Selbstvertrauen und die mögliche Aussicht auf Erfolg** ausschlaggebend. Außerdem ist die Dauer vom Alter des Lernenden abhängig. 10-12 Jährige können sich ca. 25 Minuten konzentrieren, wobei 12-16 Jährige ca. 30 Minuten fähig sind, sich zu konzentrieren.

Wenn man eine Sache geschafft hat, schüttet der Körper Dopamin aus und man erlebt ein Glücksgefühl, welches einen motiviert, weiterzuarbeiten. Doch viele Kinder wachsen auf, ohne sich jemals selbst angestrengt zu haben, da sie auch ohne Anstrengung fast alles bekommen, was sie sich wünschen, ohne ein Unlustgefühl überwunden zu haben zu müssen.

Hat das Kind schon früh gelernt bei einer Sache zu bleiben, sich anzustrengen und sich mit Schwierigkeiten auseinanderzusetzen, weiß es, dass es häufig Erfolg hat. Die Bereitschaft am Ball zu bleiben wird zur Selbstverständlichkeit und das Kind wird selbstbewusster.

Hat das Kind noch nie diese Bereitschaft erlebt, ist die Wahrscheinlichkeit, Misserfolg zu haben ziemlich hoch, verringert das Selbstbewusstsein und die Eigenmotivation bleibt auf der Strecke. Der zu Erziehende weicht Situationen aus, in dem er gefordert wird aus Angst, zu versagen. Das Kind braucht daher immer wieder kleine Erfolgserlebnisse, um dessen Leistungsmotivation und Selbstbewusstsein zu stärken.

#### **4.1. Lernverhalten und Pubertät**

Häufig leiden die Leistungen in der Schule unter der Pubertät und den damit verbundenen Hürden und Problemen. In dieser Zeit haben die Schüler kaum einen Platz für Schule, denn vorrangig müssen sie sich mit sich selbst, ihrem Weltbild, Beziehungen mit anderen und mit der Bewältigung des Alltags auseinandersetzen. Für Leistungsmotivation, Interesse und Anstrengungsbereitschaft bleibt kaum Zeit. Zudem fehlt das Problembewusstsein für die Folgen und so sind schlechte Noten und Sitzenbleiben kein Seltenfall.

Eine genaue Analyse der Lernprobleme und ein Hineinversetzen in die Denkweisen des Schülers sind essentiell, um am Lernverhalten des Schülers etwas zu ändern. Hinzukommend sollte man den Lernenden zum selbstständigen Arbeiten und Problemlösen ermutigen und nicht ständig auf sein mangelhaftes Lernverhalten aufmerksam machen und Vorwürfe an den Kopf werfen. Positiv wirkt sich auch ein beständiger Kontakt zwischen Eltern und Lehrer auf das Lernverhalten aus, da der Lernende nicht das Gefühl hat, allein gelassen zu sein mit seinen schulischen Problemen. Ob Nachhilfe sinnvoll und nötig ist, muss individuell entschieden werden.

#### **5. Erfolgreiches Lernen**

Im Folgenden wird erklärt welche Voraussetzungen für erfolgreiches Lernen gegeben sein müssen.

Eine Voraussetzung für erfolgreiches Lernen ist die Prägung aus dem Elternhaus. Diese Prägung ist ausschlaggebend für die erfolgreiche Schullaufbahn, denn ein Kind kann nur erfolgreich lernen, wenn es ein sicheres Zuhause hat wo es immer hin „flüchten“ kann.

Das Kind braucht eine gute Erziehung mit bestimmten Ritualen die dem Kind Sicherheit geben. Diese Rituale sind sehr wichtig, denn das Kind braucht eine Basis mit der es Lernen kann.

Diese Rituale sind:

- Liebevolle Zuwendung und Interesse sind sehr wichtig für die Entwicklung.
- Gemeinsame Freizeitbeschäftigung

- Eine ausgewogene gesunde Ernährung mit einmal zusammen Essen, damit das Kind ein Gemeinschaftsgefühl bekommt.
- Geregelte Bettgezeiten
- Eingeschränkter Medienkonsum

Dem Kind müssen also die normalen Bedürfnisse erfüllt werden.

Das Kind muss aber grundlegende Werte besitzen, damit es diese Werte besitzen kann müssen sie dem Kind vorgelebt und beigebracht werden.

Diese Werte sind:

- Pflichtgefühl
- Zielstrebigkeit
- Anstrengungsbereitschaft
- Respekt
- Benehmen
- Hilfsbereitschaft

Hat das Kind nun durch all diese Voraussetzungen verschiedene Interessen entwickelt und auch verschiedene Lebenswelten kennengelernt, so kann es selbst Ziele setzen, Probleme aus unterschiedlichen Blickwinkeln sehen und Lösungen dafür finden und kann somit auch effektiv und zielstrebig Lernen und Zusammenhänge erkennen.

## 6. Wiederholung

Für das „merken“ ist das Wiederholen der Information sehr wichtig, denn die Information muss im Ultrakurzzeitgedächtnis immer wieder wiederholt werden, damit es ins Kurzzeitgedächtnis geht. Der Stoff muss nun im Kurzzeitgedächtnis immer wieder „aktiviert“ werden. Dies kann durch innerliches visualisieren, schreiben oder ähnlichem gemacht werden. Macht man dies nun immer wieder so gelangt die Information ins Langzeitgedächtnis. Dort muss sie aber auch immer wieder wiederholt werden um abrufbereit zu sein. So werden die Grundlegenden schulischen Dinge wie z.B. schreiben automatisiert. Dies bedeutet man sollte lieber täglich 10 Minuten lernen als einmal in der Woche 1 Stunde.

Wiederholungen werden wie folgt empfohlen:

1. Wiederholung: nächster Tag
2. Wiederholung: nach drei bis vier Tagen
3. Wiederholung: nach zehn Tagen

## **6.1. Wiederholung: nach drei Wochen**

Möglichkeiten um dies gut zu machen ist, mit Lernkarten lernen, weil dort mehrere Sinne auf einmal beansprucht werden (Lesen, Schreiben, vorlesen und möglichst visualisieren). Inhalte die man sich merken kann, können dadurch sehr gut behalten werden und auch schnell wieder gefunden werden, indem man die Karte erneut durcharbeitet.

Eine weitere gute Möglichkeit ist, dass man sich im Unterricht Notizen macht. Denn dadurch werden 3 Sinne beansprucht. Zunächst muss man hören was der Lehrer sagt, dann es aufschreiben in eigenen Worten und dann zuhause nochmal durcharbeiten; also lesen und eventuell noch etwas dazu schreiben.

## **7. Förderung**

Um das Kind nun richtig zu fördern, müssen sie zunächst auf die Fähigkeiten achten, die außerschulisch vorhanden sind. Dies zeigt wie es in der Schule in bestimmten Bereichen klarkommen wird.

Nun ein paar Fragen an denen sie sich orientieren können:

- Was kann das Kind richtig gut?
- Woran erfreuen Sie sich besonders bei dem Kind?
- Was zeichnet es im Umgang mit anderen Menschen aus?
- Ist das Kind eher extro- oder introvertiert?
- Möchte das Kind immer alles ganz genau wissen?
- Ist das Kind eher schüchtern oder anhänglich?
- Liegen die Stärken im körperlichen Bereich?
- Oder eher im emotionalen Bereich?
- Arbeitet das Kind viel mit dem Kopf?

Auf diese Fragen sollten sie achten, dann können sie die Stärken stärken und die Schwächen erkennen und verbessern.