



Atelier: „Lernen, merken, sich erinnern“

1. Einige Bedingungen für ein gutes Gedächtnis:

- Den Wunsch haben zu lernen:
Wenn man etwas lernen will, ist es einfacher, sich etwas zu merken. Hat man „null Bock“ etwas zu tun, ist es umso schwieriger für das Gehirn, Wissen zu speichern.
- Verstehen, was man lernen muss:
Wenn man den Lernstoff versteht, ist es einfacher, ihn sich zu merken.
- Den Lernstoff strukturieren:
Es ist einfacher, sich den Lernstoff zu merken, wenn er klar gegliedert und strukturiert ist.

2. Sich organisieren

Etwas Zeit und Energie in seine Schulorganisation zu investieren, bedeutet, heute etwas zu tun, um morgen daraus zu gewinnen.

- Im Unterricht: sich vorbereiten, aufmerksam zuhören, um alles zu verstehen, Fragen stellen, am Unterricht teilnehmen, ...
- Zu Hause: den Lernstoff noch einmal nachlesen und kontrollieren, ob man alles verstanden hat, Hausaufgaben machen, sich an die wichtigsten Punkte des Unterrichts erinnern, ...
- Vor dem Beginn der Arbeit: Eine Situation schaffen, die das Lernen begünstigt, indem man alle möglichen Störfaktoren ausräumt.

3. Tipps und Tricks

Es gibt nicht nur eine Möglichkeit, sich Sachen zu merken. Jeder muss für sich eine Methode finden, mit der er am besten arbeiten kann.

- Die Zusammenfassung:
Wenn man sich zu viele Informationen merken muss, kann es sinnvoll sein, die wichtigsten zusammenzufassen. Dies erleichtert auch das Verständnis.
 - Akronyme erstellen:
Ein Akronym ist ein Wort, das aus den Anfangsbuchstaben mehrerer Wörter besteht (z.B.: **LN** – Lycée du **N**ord). Du könntest zum Beispiel das Akronym **PEMDAS** verwenden, um dir in der Mathematik die „priorité des opérations“ zu merken: „**p**arenthèses, **e**xposants, **m**ultiplications, **d**ivisions, **a**dditions, **s**oustractions“.
 - Ordne die wichtigen Wörter so, dass sie einen Satz ergeben:
So gibt es zum Beispiel den bekannten Spruch „Nicht ohne **S**eife **w**aschen“, um sich die Reihenfolge der vier Himmelsrichtungen merken zu können: **N**orden- **O**sten- **S**üden- **W**esten.
 - Laut aufsagen:
Anstatt die Informationen einfach nur zu lesen, hilft es oft, sie laut aufzusagen, sodass du sie sowohl liest als auch hörst. Man kann sich Informationen besser merken, wenn alle fünf Sinne angesprochen werden.
 - Erfinde Lieder, Reime:
Sicherlich hast du das Alphabet singend erlernt. Rhythmus und Reime können tatsächlich dazu beitragen, sich etwas besser merken zu können.
 - „Zerschneide die Informationen“:
Oft kannst du dir etwas besser merken, wenn du dir die Informationen einteilst. So kannst du dir zum Beispiel eine Vokabelliste in Gruppen von 5 -10 Wörtern gliedern, die du dann nacheinander lernst.
 - Verwende Eselsbrücken:
Bilde Eselsbrücken, um dir Wichtiges zu merken. So gibt es den Satz „Auf der Oder schwimmt kein Fisch“, um den Unterschied in der Schreibweise des französischen Wortes „ou – où“ zu veranschaulichen.
4. Tipp:
Schlafen und Träumen tragen dazu bei, sich Informationen besser merken zu können, weil das Gehirn nachts die Geschehnisse des Tages verarbeitet. Deswegen ist es sinnvoll, den Lernstoff kurz vor dem Schlafengehen noch einmal in Ruhe durchzulesen.