

# Salami-Taktik, WC-Akademie und andere Lerntipps



*Hallo, liebe Schülerin und lieber Schüler,*

Findest du es anstrengend, den Schulstoff zu lernen? Hast du das Gefühl, du lernst ewig Vokabeln, aber nichts bleibt hängen, und am nächsten Tag ist alles weg, oder sogar schon kurze Zeit später?

Hier verraten dir Mira und ihre Freunde ihre besten Lerntipps!

Die Tipps können dir helfen, viel Zeit und Nerven zu sparen. Wenn du schon eine schlaue Lernerin oder ein ausgefuchster Lerner bist, brauchst du nicht weiterlesen! Aber vielleicht bist du neugierig, was Mira und ihr Team dir anbieten können...

## Inhalt

Leichter Vokabel lernen: Die Salami-Taktik .....	2
Hör (früh genug) auf zu lernen!.....	3
Ich kam, sah und lernte.....	4
Lernen im Schlaf.....	5
WC-Akademie für besonders störrische Wörter .....	6
Die Schwindelzettel-Technik .....	7
Sich selbst motivieren und endlich loslegen .....	8



Alle Illus: Lili Richter, Wien

## Leichter Vokabel lernen: Die Salami-Taktik



Mira mag Salami. Marvin mag Parmesan. Wenn die zwei Salami oder Parmesan essen, nehmen sie sich aber nicht das ganze Riesenstück und beißen davon ab, sondern schneiden es in Scheiben oder kleine Stücke. Du wahrscheinlich auch, oder?

Wenn man Salami und Käse zerteilt, damit man sie besser essen kann, warum sollte man dann den Brocken Lernstoff als Ganzes verschlingen?

Auch dein Vokabellernen kannst du leichter "verdaulich" machen, indem du nicht Unmengen von Stoff auf einmal in dich hineinstopfst, sondern **immer wieder ein bisschen** lernst. Wer möchte schon 30 neue Wörter auf einmal abspeichern?



Lieber fünf, und ein bisschen später wieder ein Portiönchen! Was für den Magen gut ist, tut auch dem Gehirn gut.

So hast du auch mehr Lust zum Lernen, wenn du weißt, dass es nicht ewig dauert. Fünf Vokabeln gehen ganz locker-sportlich zwischendurch, und du wirst sie dir auch leichter merken, wenn es nur so wenige auf einmal sind. Wenn deine Eltern sich Sorgen machen, dass du zu wenig lernst, kannst du ihnen sagen, dass das deine „neue neuro-wissenschaftliche Lernstrategie“ ist. Ein toller Ausdruck, oder? Das bedeutet, der Trick kommt aus der Hirnforschung.

Wie kannst du nun sicherstellen, dass du nicht nur fünf Wörter lernst, sondern alle 27?



Mira macht das so: Sie beginnt mal mit den ersten fünf. (Wenn du sechs machen möchtest, auch gut). Wenn sie beim letzten angelangt ist, macht sie jedes Wort noch einmal schnell durch, dann ist erstmals Pause. In der Zwischenzeit räumt sie ein wenig ihren Schreibtisch zusammen, probiert eine neue Frisur, spielt mit Shaggy oder isst ein Joghurt.

Wenn Mira sich dann wieder hinsetzt, um das nächste Paket zu lernen, schaut sie sich ganz kurz noch die vorher gelernten Wörter an: Funktionieren die schon, oder brauchen die noch ein wenig Auffrischung? Danach nimmt sie die nächsten fünf Vokabel in Angriff und freut sich schon, danach ihrer Freundin Liliana zu schreiben.

Versuch das mal: Eine Handvoll Vokabeln lernen, dann etwas anderes tun, dann wiederholen und die nächsten lernen, und immer so weiter, dann hast du immer das Gefühl, das kannst du spielend schaffen! Du bist nie überlastet und merkst dir die Wörter besser. Das gilt natürlich auch für anderen Stoff. Klingt das gut?



*ingimage.com*

## Hör (früh genug) auf zu lernen!



Du kennst sicher Zapfsäulen an der Tankstelle? Wenn deine Eltern oder Mrs. Broomstick ihr Auto tanken, gibt es eine Sicherheitsvorrichtung: Man kann das Auto nicht „übertanken“, weil vorher ein Sicherheits-Zapfen KLICK macht und den Treibstoff stoppt. Das ist eine prima Einrichtung, die unser Gehirn auch brauchen würde. Das lernt nämlich immer weiter und noch mehr, und bemerkt nicht, dass der ganze Stoff schon wieder seitlich herausrinnt!

Das ist ziemlich blöd, aber es gibt eine Lösung dafür.

Mira hat dir gerade vorher einen kleinen Trick verraten, wie sie es anstellt, um den Stoff leichter verdaulich zu machen: Sie teilt ihn in **kleine Portionen** auf. Der Vorteil, wenn du den Stoff in mehrere Happen zerteilst, ist auch, dass du dazwischen Zeit hast, ihn zu wiederholen.

Du solltest nach einer Portion Lernstoff **das wiederholen, was du gerade gelernt hast, auch wenn du das Gefühl hast, du kannst noch alles und das Wiederholen ist unnötig.**

Das nochmalige Durchlesen oder Abprüfen festigt den Stoff und speichert ihn noch sicherer ab. Und die Englisch Vokabel sind ja nicht etwas, das man nur einmal schnell im November braucht und im Jänner schon längst vergessen hat – die brauchst du ja immer wieder!

Aber Achtung! Einmal wiederholen bringt noch nicht viel. Mira hat herausgefunden, dass es am meisten bringt, den Stoff zuerst in kürzeren und später in längeren Abständen nochmal anzuschauen.

In Zahlen ausgedrückt: Neue Vokabel gleich nochmal (am besten laut) sagen, und dann nach circa zehn bis 15 Minuten nochmal. Wenn es geht, zwei Stunden später wieder, und dann spätestens nach einem Tag wieder. Du musst nicht mit der Stoppuhr dasitzen oder dir den Wecker stellen, aber denk daran, die Vokabeln noch einmal schnell durchzugehen.

Das macht wirklich einen Unterschied und spart dir viel Zeit!



*Fotolia.com/Christian Schwier*

## Ich kam, sah und lernte

Jeder Sportler und jede Sportlerin bereiten sich vor, wenn sie trainieren gehen. Sie wärmen sich auf, laufen ein bisschen und dehnen ihre Muskeln, damit das Training dann besser klappt und es keine bösen Überraschungen gibt.

Und wie machst du das beim Lernen? Beginnst du einfach? Das ist für dein Gehirn so, als ob du ohne Aufwärmen einen Stabhochsprung machen wolltest!



Berlina und Fuzzo sind die Experten fürs **kluge Vorbereiten**:

Sie richten sich alle Schulsachen vorher her, damit sie nachher nicht immer ein bestimmtes Heft oder einen funktionierenden Stift suchen müssen. (Fuzzo hat, was kaum jemand weiß, eine beachtliche Sammlung an zerkauten und stumpfen Bleistiften in seiner Schreibtischlade!)



Sie trinken ein kleines Glas Wasser, damit das Gehirn nicht wegen Trockenheit aufmuckt.

Sie lernen immer am selben Ort, auf ihren TICs (total intelligent chairs) und niemals im Liegen, weil dann das Gehirn automatisch auf Entspannung schaltet.

Und sie benutzen einen sehr alten Trick, der aus Asien kommt, von dem du vielleicht schon einmal gehört hast: Sie gönnen sich eine 20 Sekunden **Ohrenglättung**, das heißt sie legen vier Finger von oben hinter die Ohrmuschel und den Daumen auf die Vorderseite und streifen mit der Daumenkuppe nach außen. Da ist so ein kleiner knorpeliger Wulst am Rand, den der Daumen dann besonders liebevoll ausbügelt.

In 20 Sekunden kannst du zwei oder sogar drei Runden an deinem Ohrenrand drehen, bis hinunter zum Ohrläppchen. An dem darfst du ein klein wenig ziehen, aber bitte immer sanft und gefühlvoll!

Fragst du dich gerade, wozu das Ganze? Du könntest dich ja genauso gut am Ellbogen kratzen?

Das stimmt, aber es hätte nicht diese Wirkung! Am Ohr befinden sich – einfach ausgedrückt - ganz viele Nervenpunkte, die durch diese kleine Massage angeregt werden. Das macht dich wach, aktiv und aufnahmebereit. Probiere es einfach!



[panthermedia.net/ninell](http://panthermedia.net/ninell)

## Lernen im Schlaf

Dass die beste Zeit fürs Wiederholen am Abend ist, bevor du schlafen gehst, hast du vielleicht schon gehört. Aber machst du das auch?

Freddy schwört auf diese Methode. Probiere das unbedingt auch aus, es ist sozusagen gratis Lernzeit! Dein Gehirn schläft ja nicht, während du im Träumeland bist, sondern verarbeitet alle Dinge des Tages.



Am liebsten stürzt es sich auf das, was zuletzt war: der Streit mit der Schwester, das Kuscheln mit der Katze, oder die Englischvokabeln. (Es funktioniert aber auch für Biologie, Geografie usw. 😊)

Das gehört doch ausgenutzt, oder? So lernst du nämlich tatsächlich im Schlaf weiter, ohne etwas tun zu müssen. Dein Buch musst du dazu nicht unbedingt unter den Kopfpolster legen! Dein Gehirn erledigt alles für dich!

Freddy meint dazu, dass er das fast jeden Abend macht, einfach um sich Zeit zu sparen. Er kann dann viel ruhiger einschlafen, und alle weitere Arbeit seinem Gehirn überlassen. Das Hirnkastl kann sich dann in der Nacht damit beschäftigen, den Lernstoff abzulagern und gut einzuspeichern. Ein eleganter Weg, um sich Arbeit zu sparen, findest du nicht auch?



*stock.adobe.com/Syda Productions*

## WC-Akademie für besonders störrische Wörter

Manche Wörter und auch grammatikalische Ausdrücke wollen so gar nicht in den Kopf hinein. Keine Sorge, die brauchen nur einfach etwas länger. Da kannst du zuhause Abhilfe schaffen und das Ganze beschleunigen, so wie Liliana es macht: Die schreibt sich zwei oder drei widerspenstige Wörter auf einen großen Zettel und hängt ihn aufs WC, wo sie ihn gut sehen kann. Der Rest der Familie darf gleich mitlernen, wenn sie wollen!

Ihrer Mutter Charlotte würde es gefallen, wenn Liliana die Wörter dazu zeichnet, weil sie leichter lernt, wenn sie ein Bild dazu hat, aber dazu meint Liliana, dass sie ja nicht vor Lachen immer vom Klo fallen möchte, wenn sie ihre Zeichnungen sieht. Also, wenn du gerne zeichnest, gestalte dir dein Plakat so, dass du es gerne ansiehst!

Schau gleich mal auf eure Toilette, wo da Platz wäre.

Schreib groß und streiche schwierige Rechtschreibung irgendwie bunt an, zB das **-eau-** in beautiful, oder das einzelne **-o-** in "lose".

Du siehst diese Wörter ein paar Tage lang immer wieder. Ach ja: Vergiss nicht, viel zu trinken, dann kommst du öfter an ihnen vorbei! 😊 Dann kannst du sie gegen neue austauschen.

Damit dein Gehirn das Ganze noch abwechslungsreicher findet, kannst du das Lernplakat nach drei Tagen gegen ein mathematisches mit Flächenberechnung austauschen, oder gegen eine mutig hingezzeichnete Skizze, auf der die Wüstengebiete der Erde zu sehen sind.

Wenn du die Plakate abnimmst, bewahre sie irgendwo auf. Du kannst sie dir später noch einmal anschauen und stolz drauf sein, was du schon alles kannst!



*ingimage.com*

## Die Schwindelzettel-Technik

Du hast jetzt schon einige Tricks kennengelernt, wie du dir den Lernstoff besser merken kannst. Wie kannst du dir sonst noch etwas Kniffliges merken?

Die Gehirnforschung hat festgestellt, dass etwas ganz Einfaches eine massive Wirkung hat: **Wörter noch einmal abschreiben.**



Oh nein, bitte nicht auch noch schreiben“, denkst du dir? Marvin schwört darauf. Er schreibt an sich nicht gerne, aber in diesem Fall tut er es freiwillig.

Vielleicht hast du einmal einen Schwindelzettel geschrieben und festgestellt: Nachher kannst du den Stoff sowieso!

Genau das passiert, wenn du etwas (mit der Hand) abschreibst: Es wird ausgezeichnet eingespeichert.

Das hilft auch, damit du dir spezielle Grammatikformen besser abspeicherst, die es im Deutschen vielleicht nicht gibt, z.B. die –ing-Form.

Diese Technik klingt nicht besonders fetzig, aber sie wirkt!



*ingimage.com*

## Sich selbst motivieren und endlich loslegen

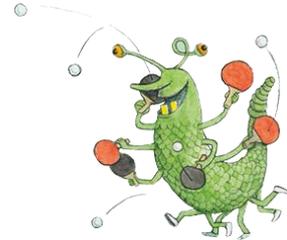
Geht es dir in schwierigen Zeiten (etwa Distance Learning und alles was dazu gehört) so wie vielen anderen: Du kannst dich nicht aufraffen, etwas zu tun?

Dieser Trick funktioniert sowohl im Lockdown als auch zu "normalen Zeiten":

Wenn du einfach keine Lust hast, mit einer Aufgabe zu beginnen, hilft ein Trick von Shaggy. Der zählt immer "3 – 2 – 1 – go!" Das "go!" schmettert er, als ob er Läufer bei der Weltmeisterschaft anfeuern würde. Und dann legt er einfach los.

Das funktioniert, probiere es aus! Wir sind von Kindesbeinen an auf einen Countdown trainiert, bei dem wir wissen: Jetzt geht es los.

Wenn es dir Spaß macht, kannst du auch von 10 bis 1 herunterzählen.



*Fotolia.com/underdogstudios*