

## **Lernen lernen – nicht schulische Kür, sondern Pflicht!**

### **Richtig zu lernen ist das A und O erfolgreicher Bildung – nur das WIE? muss den Schülern auch vermittelt werden**

*(Kirchberg/Jagst) Sich hinzusetzen und zu lernen ist das eine. So zu lernen, dass das Gelernte verstanden, gespeichert und wieder abrufbar ist, das andere. Doch richtiges Lernen kann gelernt werden – wenn Schülern möglichst früh die passenden Lerntechniken vermittelt und diese mit ihnen eingeübt werden. „Unsere neuen Bildungs- und Lehrpläne sind heute auf viele Kompetenzbereiche ausgerichtet. Aber als Grundkompetenz vor allen anderen sollte die Lernkompetenz der Schüler stehen“, lautet der Appell von Lehrerin Angelika Breitner.*

Die Lehrkraft an der baden-württembergischen Schloss-Schule Kirchberg bezieht sich damit auf die Fähigkeit, dass Schüler selbstständig effiziente Lernprozesse und Arbeitsweisen planen und regulieren können. Eine Fähigkeit, bei der sie allem voran die Schulen und Lehrer in der Pflicht sehe, indem Lern- und Arbeitsmethoden im Curriculum verankert und wiederkehrend in den Unterricht integriert werden sollten. „Wir Lehrer sind diejenigen, die Vorbild für strukturiertes Lernen sind, umgesetzt mit jeder Unterrichtsvorbereitung und jedem strukturierten Hefteintrag, der ja auch Lernstütze ist“, sagt Angelika Breitner. Und dieses Herangehen an Problemlösungen müsse an die Schüler weitergegeben werden.

Vorreiter-Schulen haben hierfür mittlerweile Projektstage, Lernstrategiestunden oder sogar eigene Methoden-Curricula etabliert. „Methoden“ heißt auch das notenfreie, wöchentlich einstündige Fach, in dem Angelika Breitner seit sechs Jahren an der Schloss-Schule Kirchberg das Thema „Lernen lernen“ in den Klassen 5 bis 9 mit aufgreift. Im Basiskurs in Klasse 5 widmen die Schüler sich bereits ersten, digitalen Recherchetechniken, praktizieren Konzentrationsübungen zur Vermeidung von Ablenkungen und gehen der Frage nach, welcher Lerntyp sie sind, um später methodisch darauf aufbauen zu können. „Neben visuellen und auditiven Lernern zählen die meisten zu den kinetisch-motorischen Typen“, so Breitner. Also jenen, die am besten selbst aktiv in die Erarbeitung des Unterrichtsstoffs eingebunden werden und gut in Bewegung lernen können. Zudem werde den Schülern im Methoden-Kurs, ergänzend in den Klassenlehrerstunden, von Anfang an erklärt, wie sie ihre Lern- und Arbeitszeiten planen sollten und warum stures Auswendiglernen über Stunden hinweg wenig zielführend ist.

### **Lernstrukturen bringen Lernerfolg**

Egal, ob für Schul- oder Hausaufgaben: „Das Schaffen von Lernstrukturen lohnt sich und führt nach meinen Erfahrungen auch zum Lernerfolg“, so die Deutsch- und Kunstlehrerin der Schloss-Schule. Schon im Kleinen, für Hausaufgaben und die tägliche Vorbereitung des nächsten Schultags, seien feste Lernzeiten, ein ruhiger, störungsfreier Arbeitsplatz ohne Smartphone sowie strukturierte Lernpläne erfolgversprechend. Dabei gilt:

- Am besten nicht direkt nach dem Mittagessen starten, sondern nach kurzer Ruhepause, und auch nicht zu spät abends oder gar nachts.
- Vom Leichterem zum Schwereren arbeiten, um die Motivation des bereits Erledigten mitzunehmen.

- Über-Kreuz-Speicherungen vermeiden, also z.B. nicht Englisch und Französisch in Folge lernen, da die Fremdsprachen sich sonst im Gedächtnis überlagern.
- Lernblöcke von nicht mehr als 30 Minuten planen, im Anschluss eine kleine Pause machen und mit einem anderen Thema weiterarbeiten.
- Spätestens nach 2 Stunden Lernzeit eine größere Pause einlegen, möglichst eine Bewegungspause ohne Medien- oder Computerspielkonsum (denn starke, emotionalisierende Reize verdrängen Gelerntes wieder aus dem Gedächtnis).

### **Vorsicht Gedächtnishemmung – wenn plötzlich alles weg ist**

Dass stundenlanges Reinpauken nichts bringt, sondern Schüler dadurch vielmehr Gefahr laufen, eine Gedächtnishemmung auszulösen, ist aus der Forschung belegt: Demnach kann zu schnell und zu viel hintereinander gelernter Stoff vorab Gelerntes überlagern. „Viel Lernstoff lieber durch die rechtzeitige Erstellung von Lern- oder Wochenplänen in kleinere Portionen aufteilen“, lautet daher Angelika Breitners Tipp zur Prüfungsvorbereitung. In den Plan eingetragen wird, wann freie Zeiten verfügbar sind, welche Themenblöcke gelernt werden sollten und wie die Lerneinheiten als auch das Wiederholen von bereits Gelerntem auf diese Zeiten verteilt werden.

### **Planen, verknüpfen, wiederholen – das Erfolgsrezept fürs Lernen**

Das Wiederholen und Verknüpfen von neuem mit bereits bestehendem Wissen ist die effizienteste Lerntechnik schlechthin. Denn was nicht wiederholt oder gezielt durch Aufgaben geübt wird, landet nicht im Langzeitgedächtnis und wird schlicht wieder vergessen. So ist neu Gelerntes laut *Vergessenskurve von Ebbinghaus* schon nach wenigen Stunden nur mehr zur Hälfte abrufbar, weshalb neues Wissen am besten schon kurz nach dem ersten Erlernen und nochmals nach ein paar Tagen wiederholt werden sollte. Ein Erfolgsrezept, auf dem auch das Karteikastensystem zum Vokabeln lernen basiert. Dabei wandern die auf Kärtchen geschriebenen Vokabeln erst in eines der nächsten drei Fächer, wenn sie beim Wiederholen sicher gewusst wurden. Visuelle Lerntypen stützt dieses Lernsystem zudem durch das Niederschreiben der Wörter; auditive Lerner können schwierige Vokabeln zusätzlich aufnehmen und abhören. Denn generell gilt beim Lernen: Je mehr Sinne aktiviert werden, umso besser prägen die Lerninhalte sich ein. „Daher rate ich Schülern wenn möglich immer auch zur Visualisierung“, so die Lehrerin Angelika Breitner. Lernstoff, der sich nur schwer verinnerlichen lässt, kann beispielsweise auf Post-Its oder Lernplakate geschrieben und an markanten Orten im Zimmer der Schüler angebracht werden, sodass er im Vorbeigehen immer wieder gelesen wird.

### **Zusammenhängend denken und lernen - mit Mind Maps & Co.**

„Die Lerntechniken selbst sollten natürlich auch nicht nur einmalig vermittelt, sondern im Unterricht geübt und wiederholt werden“, betont die Lehrerin der Schloss-Schule. Um Verknüpfungen zu bekannten Inhalten zu aktivieren und inhaltliche Zusammenhänge herzustellen, können Schüler beispielsweise zu Brainstorming und der Erstellung von Mind Maps angeleitet werden. „Mit Lernblättern, Plakaten oder Mind Maps werden Themen zugleich strukturiert, können um weitere Informationen ergänzt und durch Farb-Markierungen visuell einprägsam gestaltet werden“, erklärt die Lern-Expertin der Schloss-Schule. Techniken, die auch zur Textverarbeitung herangezogen werden können, indem

wichtige Schlüsselwörter unterstrichen bzw. herausgefiltert und anhand von Zuordnungen gegliedert werden. Als hilfreich für das Textverständnis gilt auch das Stellen eigener W-Fragen, bevor ein Text im Detail gelesen wird. „Wer?“, „Wann?“ und „Was?“ können insbesondere durch die Fragen „Was weiß ich schon zum Thema?“ und „Welches neue Wissen erhalte ich aus dem Text?“ ergänzt werden. Ziel ist das aufmerksamere Lesen eines Textes und das schnellere Erfassen des Wesentlichen.

### **Lernmethoden – Teil des Unterrichts...?**

„Erfahrungsgemäß fließt die Integration solcher Lernstrategien oft in den Deutschunterricht mit ein“, sagt Angelika Breitner. Zu bedenken sei aber, dass die selbstständige Themen- oder Informationsaufbereitung mit zunehmender Jahrgangsstufe auch fächerübergreifend immer wichtiger werde, z.B. für Präsentationen oder Gruppenarbeiten. Die Lehrkräfte der Schloss-Schule Kirchberg verständigen sich daher regelmäßig im Methoden-Curriculum darüber, wie Inhalte aus dem Methoden-Kurs in das jeweilige Fach eingebunden werden können. „Angesichts immer vollerer Stundenpläne und Zusatzaufgaben für die Lehrer ein nicht immer leichtes Unterfangen“, gibt Angelika Breitner zu bedenken. Umso wichtiger sei es, den Unterricht der Lehrkräfte durch Methoden- oder Klassenlehrerstunden zu entlasten. Denn vom Training eines zielführenden Lernens werden die Schüler nicht nur in der Schule und beim häuslichen Lernen, sondern ein Leben lang profitieren.

---

#### *Bildunterschriften:*

BU (Lernen lernen) *Richtiges Lernen an die Schüler zu vermitteln ist elementar. Die Schloss-Schule Kirchberg zeigt ihren Schülern im „Methoden“-Kurs, wie sie wirklich zielführend lernen.*

BU (Lernkompetenz) *Speziell in höheren Jahrgangsstufen ist Lernkompetenz, auch im Umgang mit digitalen Medien, Grundvoraussetzung, um komplexere Themen selbstständig oder im Team korrekt zu erfassen und verständlich aufzubereiten.*

#### **Die Schloss-Schule Kirchberg:**

1914 gegründet, zählt die Schloss-Schule Kirchberg, Baden-Württemberg, zu den bekanntesten Internatshausen in Deutschland. Als weltanschaulich ungebundene Privatschule und staatlich anerkanntes Gymnasium bietet sie rund 200 Orts- und 100 Internatsschülern optimale Lern- und Entwicklungsmöglichkeiten.

#### Pressekontakt:

Schloss-Schule Kirchberg an der Jagst GmbH  
Staatlich anerkanntes Gymnasium mit Internat  
Helmut Liersch, Gesamtleiter  
Telefon 07954 / 9802 – 0  
E-Mail: [info@schloss-schule.de](mailto:info@schloss-schule.de)  
[www.schloss-schule.de](http://www.schloss-schule.de)