

Auftrag I (optional)

üK01:
Arbeits- & Lerntechnik
Zeichnerin/Zeichner EFZ
Fachrichtung Ingenieurbau

Inhalte:
Auftrag I1: Grundlagen Theorie
Auftrag I2: Lernstile berücksichtigen
Auftrag I3: Wochenplan
Auftrag I4: Absichtserklärung

Modul I (optional)

Lernende

üK01



Ausgangslage

Eine effektive Arbeitsvorbereitung und Herangehensweise sind entscheidend, um erfolgreich zu sein und seine Ziele zu erreichen. Sie ermöglicht es, die Zeit effizient zu nutzen, den Stress zu reduzieren und das Verständnis des Lernmaterials zu vertiefen.

Handlungssituation – Der Übergang in die Berufsausbildung

Der Übergang von der Schule in die Berufsausbildung markiert einen bedeutenden Meilenstein im Leben von Jugendlichen. Während die Schulzeit oft von einem strukturierten Lehrplan und einem vertrauten Umfeld geprägt ist, bringt der Wechsel in eine Ausbildung neue Herausforderungen und Chancen mit sich. Im Lehrbetrieb erwartet Sie eine stärkere Fokussierung auf praktische Fähigkeiten und berufliche Kompetenzen. Auch der Unterrichtsstil der Berufsschule kann sich von der früheren Schule unterscheiden, da mehr Wert auf berufsspezifische Inhalte und Erfahrungen gelegt wird.

Dieser Wechsel in eine Ausbildung bedeutet eine verstärkte Eigenverantwortung. Sie müssen sich selbstständig organisieren, Ihre Zeit effektiv managen und aktiv an Ihrem beruflichen Fortschritt arbeiten. Dies erfordert oft eine Anpassungsphase, in der Sie lernen, sich in Ihrem neuen Umfeld zurechtzufinden und Ihre Rolle als Auszubildende zu definieren. Gleichzeitig bietet der Wechsel in diese Ausbildung viele Chancen zur persönlichen und beruflichen Entwicklung. Sie haben die Möglichkeit, neue Fähigkeiten zu erlernen, sich beruflich zu orientieren und wichtige Kontakte in der Arbeitswelt zu knüpfen. Durch Engagement, Einsatzbereitschaft und die Bereitschaft, Neues zu lernen, legen Sie wichtige Grundlagen für Ihre berufliche Zukunft.

Einführung in diesen Workshop

Lerninhalte / Zielsetzung

Liebe/-r Lernende

Herzlich willkommen in diesem Workshop zum Thema Lern- & Arbeitstechnik. In diesem Workshop möchten wir Sie für das Thema Lern- und Arbeitstechnik sensibilisieren und Ihnen Werkzeuge für ein systematisches und strukturiertes Vorgehen mit auf den Weg geben. Ziel ist es, dass Sie Ihre Leistung steigern, gleichzeitig aber Stress reduzieren und Ihre Ausbildung erfolgreich bewältigen.

Gesamtüberblick über die Lernziele:

- ☐ Sie gehen zukünftig gut ausgerüstet und vorbereitet ans Lernen.
- ☐ Sie lernen das Wichtigste und können die Lerninhalte richtig priorisieren.
- ☐ Sie lernen, Ihre Strategie zu überprüfen und verbessern stetig Ihren Lernerfolg.
- ☐ Sie wissen, wie Sie sich persönlich den Stoff am besten einprägen können.
- ☐ Sie lernen so, dass Sie keine Zeit vergeuden.

Arbeitsauftrag I1

Arbeits- und Lerntechnik

Gute Arbeitsvorbereitung beginnt mit einer klaren Zielsetzung und Planung. Dazu gehört die Festlegung von Prioritäten, die Identifizierung von Ressourcen und die Erstellung eines realistischen Zeitplans. Darüber hinaus ist es wichtig, Ablenkungen zu minimieren und eine angemessene Arbeitsumgebung zu schaffen. Regelmässige Pausen und Zeit für Erholung sind ebenfalls entscheidend, um die Konzentration aufrechtzuerhalten und ein effektives Lernergebnis zu erzielen.

Lerninhalte / Zielsetzung von Auftrag I1

- ☐ Sie gehen zukünftig gut ausgerüstet und vorbereitet ans Lernen.
- ☐ Sie lernen das Wichtigste und können die Lerninhalte richtig priorisieren.
- ☐ Sie lernen, Ihre Strategie zu überprüfen und verbessern stetig Ihren Lernerfolg.

Auftrag I1 (Theorie Arbeits-& Lerntechnik)

Sozialform:	Einzelarbeit oder als 2er-Teams, Austausch im Plenum
Zeitbedarf:	25 Minuten für das Inputreferat sowie für das Lesen und Austauschen
Kontrolle:	Selbstständige Kontrolle durch kooperativen Austausch (2er Teams). Bei offenen Fragen besprechen Sie diese mit Ihrer Kursleitung und machen sich Ihre Notizen.
Reflexion:	Sie notieren sich am Schluss die wesentlichen Erkenntnisse, welche Sie für Ihren Lernalltag mitnehmen wollen.

Auftragsbeschreibung

Lesen sie den untenstehenden Theorieteil durch. Überlegen Sie sich, welche Strategien Sie bereits kennen und vielleicht sogar anwenden. Studieren Sie insbesondere die Ihnen neuen Themen und überlegen Sie sich, wie Sie diese Erkenntnisse und Werkzeuge in Ihren Schul- und Arbeitsalltag integrieren könnten.

8 Regeln für erfolgreiches Lernen

Regel 1: Sie gehen gut ausgerüstet ans Lernen.

Gut ausgerüstet sind Sie,

- wenn Sie über einen guten Arbeitsplatz verfügen,
- wenn Sie ein Aufgabenheft benutzen,
- wenn Sie Ordnung in Ihren Unterlagen haben.

Regel 2: Sie lernen so, dass Sie keine Zeit vergeuden.

Keine Zeit vergeuden Sie,

- wenn Sie Ihr Lernen auf mehrere Tage pro Woche verteilen,
- wenn Sie einen Wochenplan erstellen und sich an ihn halten,
- wenn Sie sich gut auf den nächsten Berufsschultag vorbereiten.

Regel 3: Sie sind fit beim Lernen.

Sie haben für Ihre Fitness gesorgt,

- wenn Sie in der Nacht ungestört und lange genug schlafen,
- wenn Sie beim Auswendiglernen regelmässig eine Pause machen.

Regel 4: Sie lernen nur das Wichtige!

Sie lernen das Wichtige,

- wenn Sie in der Berufskunde die Fachausdrücke perfekt lernen,
- wenn Sie in der Mathematik und der Physik die Fachausdrücke, die Formeln und die Routineaufgaben lernen.

Regel 5: Sie verstehen alles, bevor Sie mit dem Einprägen beginnen.

Sie haben dafür gesorgt, dass Sie alles verstehen,

- wenn Sie jedes Wort, jeden Satz oder jeden Abschnitt anstreichen, der Ihnen unklar ist,
- wenn Sie sich alle unverständenen Wörter, Sätze und Abschnitte erklären lassen,
- wenn Sie kontrollieren, ob Sie wirklich alles verstanden haben.

Regel 6: Sie prägen sich den Stoff richtig ein.

Sie haben dafür gesorgt, dass Sie sich alles richtig einprägen,

- wenn Sie nach einem Abschnitt mit dem Lesen aufhören und im Kopf das wiederholen, was Sie gelesen haben.

Regel 7: Sie fragen sich richtig ab und Sie üben richtig.

Sie fragen sich richtig ab,

- wenn Sie an verschiedenen Tagen abfragen oder abfragen lassen,
- wenn Sie unmittelbar vor dem Abfragen nicht im Heft oder Buch nachschauen.

Sie üben in der Mathematik und der Physik richtig,

- wenn Sie an mehreren Tagen pro Woche Mathematik-/Physikaufgaben lösen,
- wenn Sie an mehreren Tagen pro Woche jeweils 10 Minuten lang üben,
- wenn Sie Aufgaben lösen, die Sie in der Schule nicht besprochen haben.

Regel 8: Sie verbessern ständig Ihren Lernerfolg.

Ihren Lernerfolg verbessern Sie ständig,

- wenn Sie diszipliniert vorgehen,
- wenn Sie aus Ihren Fehlern lernen,
- wenn Sie aus Ihren Erfolgen lernen.

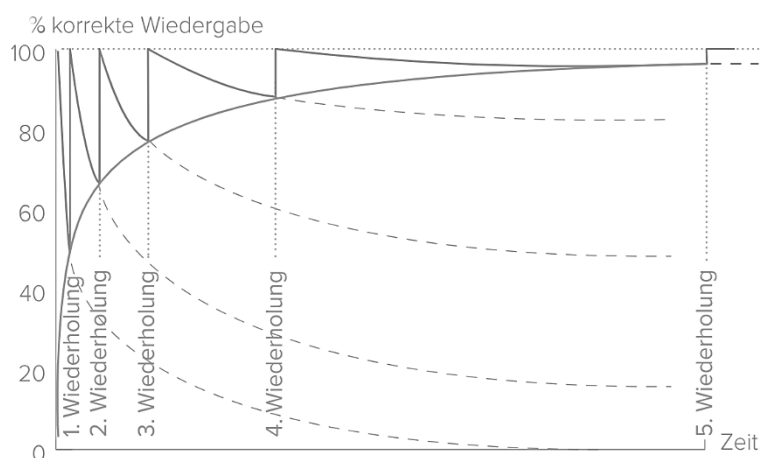
Quelle: H. Wyss. Bessere Noten, Mit 10 Regeln zum Erfolg in der Berufsschule.

Wissen durch Wiederholung

Informationen werden besser behalten, wenn sie regelmässig über einen bestimmten Zeitraum hinweg wiederholt werden. Diese Theorie wird veranschaulicht in der Vergessenskurve, einem Konzept das von Hermann Ebbinghaus entwickelt wurde.

Die Vergessenskurve zeigt, dass wir Informationen nach dem Lernen schnell wieder vergessen, wenn wir sie nicht regelmässig wiederholen. Durch gezielte Wiederholung können wir jedoch die Kurve abflachen und das Vergessen verlangsamen. Mit jeder Wiederholung wird das Gelernte fester im Gedächtnis verankert, und die Wahrscheinlichkeit des Vergessens nimmt ab. Die Wiederholung ist also ein wichtiger Bestandteil des Lernprozesses, da nur so Wissen vom Kurzzeitgedächtnis weiter ins Langzeitgedächtnis gelangt.

Vergessenskurve nach Ebbinghaus

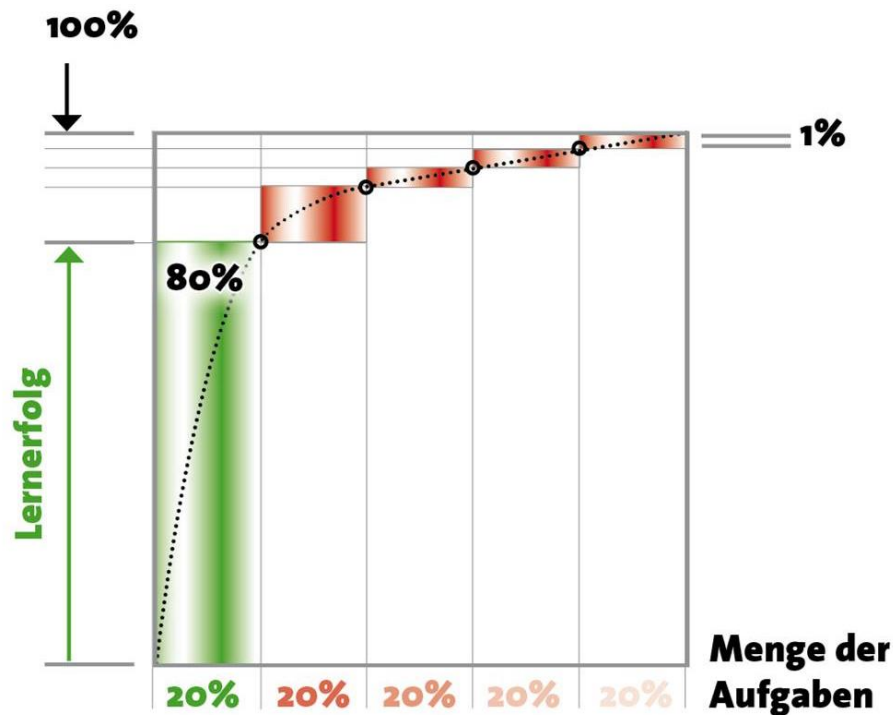


Quelle: phase-6.de/presse/classic-wissenschaft/

Das Pareto Prinzip

Der Italiener Vilfredo Pareto hat vor über hundert Jahren beobachtet, dass 20 Prozent der Bevölkerung in Italien 80 Prozent des Landes besitzen. Dieses Verhältnis 20 zu 80 konnte später auch in vielen anderen Bereichen des Lebens beobachtet werden und wurde zu einer Faustregel. Gerade in unserer reizüberfluteten Gesellschaft ist sie hochaktuell und quasi überlebenswichtig: Die vielen Möglichkeiten zwingen uns dazu, geschickt auszuwählen und uns zu beschränken. Man kann das Pareto-Prinzip auch beim Lernen für die Schule anwenden.

Das Prinzip ist in der Grafik so dargestellt: 20 Prozent der Aufgaben oder eines Textes (grün) sind so wichtig, dass sie schon fast den ganzen Lernerfolg ausmachen, nämlich 80 Prozent. Dann gibt es andere Aufgaben (rot), die nur wenig zum Lernerfolg beitragen, und die allerletzten 20 Prozent Aufgaben geben nur noch ein Prozent des Resultats! Der Aufwand lohnt sich meistens nicht, diesen Stoff auch noch aufzuarbeiten.



Quelle: erfolddinderschule.ch

Reflexion zum Auftrag I1

Wie gut haben Sie den Theorieteil verstanden? ☐ sehr gut ☐ gut ☐ genügend ☐ schlecht

Was sind die wichtigsten Erkenntnisse, welche Sie persönlich für sich mitnehmen?

.....

.....

.....

.....

Arbeitsauftrag I2

Lernstile berücksichtigen

Es gibt ganz unterschiedliche Arten, um zu lernen. Während die einen ein gutes Referat bevorzugen, möchten die anderen lieber selbst etwas ausprobieren oder in Ruhe etwas lesen. Man kann es als Lehrperson oder Berufsbildende selten allen gleichzeitig recht machen. Man kann aber den verschiedenen Lernstilen mit unterschiedlichen Vorgehensweisen entgegenkommen oder Sie können auch als Lernende/-r Ihre Herangehensweise, soweit möglich entsprechend anpassen.



Auftrag I2 (Lernstile berücksichtigen)

Sozialform:	Einzelarbeit
Zeitbedarf:	10 Minuten für das Ausfüllen des Tests sowie für die Auswertung 20 Minuten für das Lesen der Theorie zu den Lerntypen
Kontrolle:	Bei offenen Fragen oder Unklarheiten zu den Begriffen besprechen Sie sich mit Ihrer Kursleitung.
Reflexion:	Sie notieren sich am Schluss, welche <u>zwei Lerntypen</u> die bei Ihnen am stärksten ausgeprägt sind.

Lerninhalte / Zielsetzung von Auftrag I2

- ☐ Sie wissen, wie Sie sich persönlich den Stoff am besten einprägen können.

Aufgabenbeschreibung

Füllen Sie den nachstehenden Fragebogen (Kolb-Test) als Einzelarbeit aus. Versuchen Sie, die Bewertung möglichst spontan, aus dem Bauch heraus, vorzunehmen. So wird das Resultat am Ende am ehrlichsten herauskommen. Wenn Sie die Auswertung abgeschlossen haben, vertiefen Sie die Theorie zu den unterschiedlichen Lernstilen.

Kolb-Lernstilfragebogen

Der Kolb-Test oder Kolb-Lernstilfragebogen ist ein Instrument, das entwickelt wurde, um individuelle Lernpräferenzen zu identifizieren. Er basiert auf der Lernstiltheorie von David A. Kolb, einem amerikanischen Bildungswissenschaftler.

Vorgehen:

- Sie finden in der nachfolgenden Darstellung vier Spalten mit je neun Zeilen
- Lesen Sie bitte die Stichwörter in den jeweiligen Zeilen 1 bis 9.
- Diejenigen Stichwörter pro Zeile, welche am meisten die Art bezeichnen, wie Sie am besten lernen, erhalten den **Wert 4 = stimmt genau**.
- Diejenigen Stichwörter pro Zeile, welche am wenigsten charakteristisch sind für Ihre Art zu lernen, erhalten den **Wert 1 = trifft am wenigsten zu**.
- Die anderen Wörter erhalten den **Wert 3 = ist noch recht typisch** für Ihre Art, gut zu lernen, oder dann den **Wert 2 = eher weniger typisch**.
- Verteilen Sie jeweils die Werte 1 bis 4 pro Zeile möglichst spontan.

Kolb-Test:

	1. Spalte	2. Spalte	3. Spalte	4. Spalte
Zeile 1	selektiv ... Wichtiges und Unwichtiges unterscheiden Wert:	explorierend ... versuchen, ausprobieren Wert:	engagiert ... sich vertieft auseinandersetzen Wert:	praktisch ... praktisch anwenden Wert:
Zeile 2	empfänglich ... Dinge aufnehmen, empfänglich sein Wert:	sachbezogen ... Wesentliches suchen und anwenden, umsetzen Wert:	analytisch ... in Teilbereiche zerlegen, analysieren Wert:	unparteiisch ... unbefangen und neutral angehen Wert:
Zeile 3	fühlen ... suchend, erforschend Wert:	beobachten ... betrachtend, beschauend Wert:	denken ... denkend, abschätzend Wert:	tun ... tuend, selbst umsetzend, machend Wert:
Zeile 4	akzeptierend ... annehmend, duldend Wert:	risikofreudig ... auf gut Glück, probierend, riskierend Wert:	erwägend ... beurteilend, abschätzend Wert:	bewusst ... bewusst zur Kenntnis nehmend Wert:
Zeile 5	intuitiv ... gefühlsmässig erfassen, instinktiv Wert:	produktiv ... schöpferisch hervorbringen, kreativ Wert:	logisch ... folgerichtig ableiten, verstehen Wert:	erfragend ... Fragen stellen, hinterfragen Wert:
Zeile 6	abstrakt ... theoretisch, nicht dinggebunden Wert:	betrachtend ... beobachtend, hinschauend Wert:	konkret ... anschaulich, fassbar Wert:	aktiv ... handelnd, tätig Wert:
Zeile 7	gegenwartsorientiert ..gegenwartsbezogen, situationsorientiert Wert:	reflektierend ... nachdenkend, überlegend Wert:	zukunftsorientiert ... vorausschauend Wert:	pragmatisch ...gegenstandsbezogen, sachlich, sachbezogen Wert:
Zeile 8	Erfahrung ... eigene Erfahrung machen Wert:	Beobachtung ... etwas beobachten Wert:	Konzeptbildung ... Zusammenhänge herstellen, Synthese Wert:	Experiment ... Versuch und Irrtum, experimentieren Wert:
Zeile 9	intensiv ... angestrengt, eifrig Wert:	zurückhaltend ... abwartend Wert:	rational ... vernünftig Wert:	verantwortungsbewusst ... zuverlässig Wert:

Auswertung:

- Übertragen Sie bitte die Werte jeder Spalte in die untenstehenden Kästchen, wobei jeweils nur der Wert eingetragen werden muss, welcher nachgefragt wird. Beispiel: Aus der ersten Spalte (1) übertragen Sie nur die Werte der Zeilen 2, 3, 4, 5, 7 und 8.
- Zählen Sie dann Ihre Werte der jeweiligen Kästchen zusammen.

Werte der 1. Spalte:

2	3	4	5	7	8

KE = _____

Werte der 2. Spalte:

1	3	6	7	8	9

RB = _____

Werte der 3. Spalte:

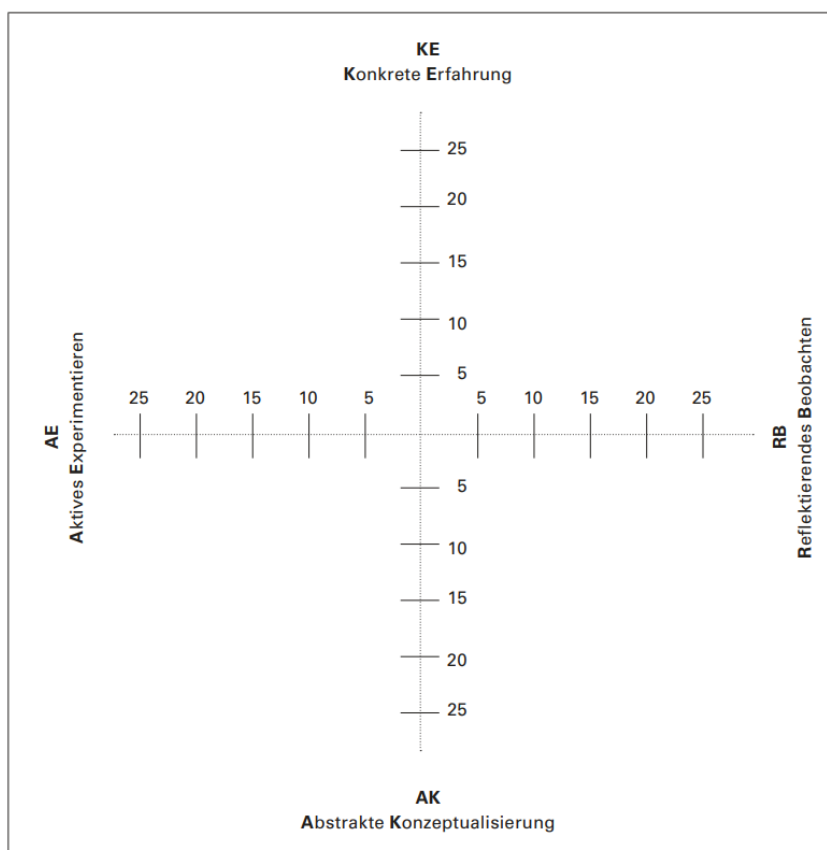
2	3	4	5	8	9

AK = _____

Werte der 4. Spalte:

1	3	6	7	8	9

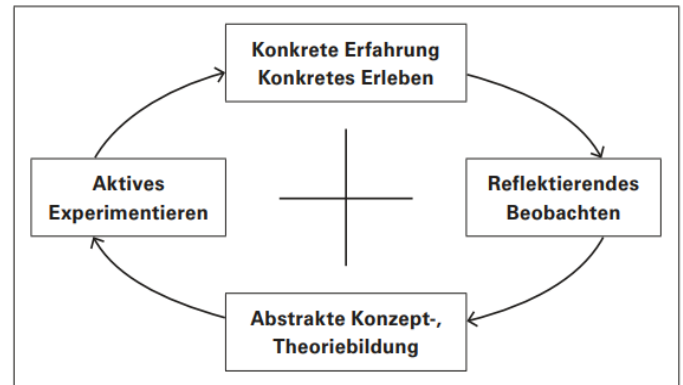
AE = _____



Theorie - Lernstile nach Kolb

Die Grundidee hinter dem Kolb-Test ist, dass Menschen unterschiedliche Wege haben, Informationen aufzunehmen und zu verarbeiten. Kolb identifizierte vier grundlegende Lerntypen: Entdecker/-innen, Denker/-innen, Entscheider/-innen und Macher/-innen.

Kolb beschreibt mit seinem Modell einen ganzheitlichen Lernzyklus, wie Erfahrungen in Konzepte einfließen, die wiederum als Richtlinien für konkretes Handeln dienen. Ein vollständiger Lernzyklus bewegt sich durch alle vier dargestellten Felder.



Eine konkrete Erfahrung ist Ausgangspunkt für weitere Beobachtungen und Reflexionen. Diese werden zu einer «Theorie» verarbeitet, aus der neue Folgerungen abgeleitet werden können. Diese Folgerungen und Hypothesen dienen dann als «Richtschnur» für das Handeln (aktives Experimentieren), um neue Erfahrungen zu machen.

Während die einen mehr Theorie fordern, verlangen die anderen mehr Praxis, um etwas zu lernen. Auszubildende können es mit derselben Methode nicht allen recht machen. Kolb hat durch seine empirischen Forschungen entdeckt, dass Menschen zum Lernen unterschiedliche Zugänge haben, die ihren besonderen Stärken entsprechen. Für einen gesamten Lernzyklus sind unterschiedliche Lernfähigkeiten notwendig:

- **Fähigkeit zu konkreter Erfahrung (KE)**
Dies bedeutet, sich offen und vorurteilsfrei auf neue Erfahrungen einzulassen.
- **Fähigkeit zu reflektierendem Beobachten (RB)**
Es ist eine besondere Stärke, über die Erfahrungen nachzudenken und diese aus unterschiedlichen Blickwinkeln zu beleuchten.
- **Fähigkeit zur abstrakten Konzeptbildung (AK)**
Manche Menschen haben die Gabe, ihre Beobachtungen zu generalisieren und stimmig in Theorien zu integrieren.
- **Fähigkeit zum aktiven Experimentieren (AE)**
Konzepte und Theorien anzuwenden und für Entscheidungen und Problemlösungen zu nutzen ist schliesslich eine weitere Begabung.

Ideal wäre es, alle vier Fähigkeitsarten in hohem Ausmass zu besitzen. Inwieweit ist dies überhaupt möglich? Lernen verlangt offensichtlich gegensätzliche Fähigkeiten: Es verlangt einerseits, aktiv und reflektierend zu sein, andererseits erfordert es aber auch direkte Betroffenheit und analytische Distanz.

Lernende müssen stets wählen, welche Fähigkeiten in einer speziellen Situation einzusetzen sind. Effektives Lernen findet dann statt, wenn der gesamte Zyklus durchlaufen wird: wenn also die konkrete Erfahrung ausreichend reflektiert wird, die Reflexionsergebnisse zur Konzeptbildung herangezogen werden, aus dem Konzept neue Schlussfolgerungen für das Handeln abgeleitet und diese praktisch ausprobiert werden.

Didaktische Schlussfolgerungen aus Sicht der Lernenden

	Entdecker/-in	Denker/-in	Entscheider/-in	Macher/-in
Präsentationsform	Kurzreferat, Diskussion Lehrgespräch, visuell und grafisch unterstützt Man kann auch vom Thema abkommen Aktuelles aufgreifen	Vortrag An Bekanntes anknüpfen Keine Experimente Zum Inhalt Passendes visualisieren Schemata, Grafiken	Fallbeispiele vorlegen Eigene Beispiele bringen und aus der Praxis abholen Wofür kann ich es brauchen? Moderation	PowerPoint-Präsentation An Tafel zeigen Unterhaltende Show Anschauungsmaterial
Lernform	Zeigen Erfahrungen machen Probleme besprechen selbst vertiefen Schlussfolgerungen ziehen	Klare Zielvorgabe Logisches Vorgehen An Texten Theorie selbst erarbeiten Gut strukturierte Referate	Involviert sein Der Kurs soll etwas mit der Praxis zu tun haben Anhand von Checklisten	In einer Gruppe mit Humor Ergebnisse selbst präsentieren Mit Abwechslung Spannung
Übungen	Keine Rezepte, nur Hinweise Erfahrungen machen und darüber berichten Beobachten und beschreiben Heterogene Gruppe	Anspruchsvolle (Denk-)Aufgaben Analogien Theorie erarbeiten Analyse von Zusammenhängen Einzelarbeit	Rezepte Nichts Neues Eselsbrücken Verfahren ausprobieren und bewerten Homogene Gruppen	Zum praktisch Nachvollziehen Etwas herstellen mit attraktivem Material Herausfordernd Partnerarbeit
Kursunterlagen	Zusammenfassungen Fallbeispiele, Erfahrungsberichte	Bücher Unterlagen mit klarer Struktur mit Quellenangaben Vollständig	Praxisnah Mit Beispielen und Checklisten	Zum selbst Ergänzen Mit Aufgaben Witzig illustriert
Lehrperson	Begleiter/-in Kooperativ, aufgestellt herausfordernd	Expert/-in Muss vor allem sachlich kompetent sein	Praktiker/-in Muss «wissen, wovon er/sie redet» Klar führend, eindeutig	Mit Ausstrahlung Muss vor allem kompetent sein Handfest

Quelle: www.lernwerkstatt.ch/Lehren-und-Lernen

Reflexion zu Auftrag I2

Wie gut haben Sie den Theorieteil verstanden? ☐ sehr gut ☐ gut ☐ genügend ☐ schlecht

War der Lernstil-Test für Sie verständlich? ☐ sehr gut ☐ gut ☐ genügend ☐ schlecht

Bei offenen Fragen oder Unklarheiten zu den Begriffen besprechen Sie sich mit Ihrer Kursleitung.

Welche zwei Lernstile sind bei Ihnen am dominantesten und welche neue Erkenntnis können Sie daraus für sich mitnehmen?

.....

.....

.....

Arbeitsauftrag I3

Wieso überhaupt einen Wochenplan führen?

Ein Wochenplan klingt vielleicht ein bisschen langweilig oder wie etwas, das nur ältere Menschen brauchen, aber es gibt einen Grund dafür und es kann auch Ihnen als Lernende/-r helfen:

Stellen Sie sich vor, Sie haben eine Menge Dinge im Kopf: Schularbeiten, Hausaufgaben, Termine mit Freunden, vielleicht ein paar Hobbys oder Sporttrainings, und vielleicht auch noch ein bisschen Zeit für euch selbst. Das kann alles ein bisschen überwältigend sein, oder? Hier kommt der Wochenplan ins Spiel.

Ein Wochenplan ist wie eine Landkarte für Ihre Woche. Er hilft Ihnen, all die Dinge zu organisieren, die Sie tun möchten und/oder müssen. Mit einem Wochenplan können Sie besser im Voraus planen. Sie können sehen, welche Tage vielleicht besonders vollgepackt sind und welche Tage ein bisschen entspannter sind. Das hilft Ihnen, den Überblick zu behalten und sicherzustellen, dass genug Zeit für alles bleibt.

Ausserdem können Sie mit einem Wochenplan Prioritäten setzen. Sie können besser entscheiden, was wirklich wichtig ist und was vielleicht warten kann. Das kann helfen, Ihre Zeit effizienter zu nutzen und sicherzustellen, dass Sie Ihre Ziele erreichen. Somit können Sie mit diesem Werkzeug sogar Stress reduzieren. Denn wenn Sie genau wissen, was Sie wann tun müssen, fühlen Sie sich weniger überfordert und können sich besser auf Ihre Aufgaben konzentrieren.

Ein Wochenplan kann auch Spass machen! Sie können ihn individuell und bunt gestalten, verzieren oder kreative Symbole für verschiedene Aktivitäten verwenden. Es ist Ihre Landkarte, also gestalten Sie diese so, wie es für Sie am besten funktioniert. Dabei ist Ihnen auch frei zu wählen, ob sie Ihren Wochenplan in einer Papier-Agenda, mittels Druckvorlagen oder digital (App & Outlook) erstellen.

Also, worauf warten Sie noch? Schnapp Sie sich einen Stift und ein Blatt Papier (Vorlage in Beilage) oder benutzen Sie eine App auf Ihrem Handy und erstellen Sie einen eigenen Wochenplan. Sie werden überrascht sein, wie viel einfacher und angenehmer Ihre Woche sein kann, wenn Sie sie planen.

Lerninhalte / Zielsetzung von Auftrag I3

- ☐ Sie gehen zukünftig gut ausgerüstet und vorbereitet ans Lernen.
- ☐ Sie lernen so, dass Sie keine Zeit vergeuden.

Auftrag I3 (Aufbau der berufsspezifischen Fachsprache)

Sozialform:	Einzelarbeit
Zeitbedarf:	20 Minuten für das Erstellen eines Wochenplans
Kontrolle:	Selbstständige Kontrolle bei Anwendung in den nachfolgenden Wochen.
Reflexion:	Sie nehmen den entworfenen Wochenplan mit in Ihren neuen Alltag und testen ihn. Passen Sie bei Bedarf Ihre Zeitplanung an und gestalten Sie ihn immer wieder aufs Neue.

Auftragsbeschreibung zum Wochenplan

Benutzen Sie die Vorlage aus der Beilage oder verwenden Sie ein App Ihres Handys und gestalten Sie die Basis Ihrer Wochenplanung. Starten Sie damit, Fixtermine, welche regelmässig wöchentlich stattfinden, einzutragen. Dazu gehören insbesondere Arbeitszeiten, Schultage, feste Trainingszeiten oder soziale Verpflichtungen. Danach erkennen Sie sofort, welche Abende noch frei bleiben für sonstige Hobbys, Freunde und eben auch für Ihre Hausaufgaben- und Lernfenster. Überlegen Sie sich konkret, an welchem Wochentag Sie sich zukünftig einen Fixtermin reservieren können, um die schulischen Verpflichtungen zu erledigen und tragen Sie diesen Termin ebenfalls in Ihren neuen Wochenplan. Vielleicht ergibt sich auch eine längere Anfahrtsreise mit dem ÖV, welche Sie zukünftig zum Lesen oder Repetieren von Karteikarten nutzen könnten?

Beispiel:

Agenda: Wochenplan mit Stundeneinteilung kombiniert mit Hausaufgabenheft

	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
06 - 07	✓ erledigen bis heute	✓ erledigen bis heute	✓ erledigen bis heute	✓ erledigen bis heute	✓ erledigen bis heute	✓ erledigen bis heute	✓ erledigen bis heute
07 - 08							
08 - 09	Schule	Schule	Schule	Schule	Schule	Mathe auf Natur	Deutschhausaufg.
09 - 10						Frant auf Natur	Wo. rep. Mathelhausaufg.
10 - 11						Frant auf Natur	Mathe auf Natur
11 - 12	Schule	Schule	Schule	Schule	Schule	Mittagessen	
12 - 13	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Deutsch Wo. rep. Aufsatz Korrektur	Geschichte auf Natur
13 - 14	Engl. Hausaufgaben	Wörter rap.	Wörter rap. Latein Hausaufg. Physik Hausaufg.	Wörter rap.	Wörter rap. Deutsch Hausaufg. Mathe aufg.	Frant Hausaufg.	Mathe auf Natur 1h
14 - 15	Schule	Schule	Disposition	Schule	Aufsatz schreiben	Abendessen Chemie	Mathe auf Natur 1h
15 - 16	Latein Text rep.	Wörter rap.	Wörter rap. 1h	Wörter rap. 0.5h	Wörter rap. 0.5h	Frant Hausaufg.	Mathe auf Natur 1h
16 - 17	Mathe Übungen auf Klausur	Mathe Themen rep.	Mathe Thema rep. 1.5h	Disposition beenden	Abendessen Schreiben	Abendessen Chemie	Frant auf Natur 1h
17 - 18	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Aufs. Korrektur fertig	Deutsch auf Natur 1h
18 - 19	Bücher durchstudieren für Hausaufsatz	Bücher studieren	Bücher durchstudieren	Deutsch Hausaufg.	Deutsch rep. auf Natur	nur 1h	Wörter rep. 1.5h
19 - 20	Frant Wörter rap.	Bücher für Hausaufsatz	Frant. gramm. auf Natur	Geschichte auf Natur	Deutsch rep. auf Natur	SA	Aufsatz fertig 3.5h
20 - 21	nicht → Di	Frant. Wörter auf Mittwoch rep. 0.5h	Disposition 2h	Geschichte auf Natur 1h	Deutsch rep. auf Natur		Frant Hausaufg. 0.5h
21 - 22			Frant. gramm. auf Natur 2h				Chemie 3h
22 - 23							
23 - 24							
24 - 06							


Kopiervorlage, Christoph Metzger, Wie lerne ich?, WLI-Schule, ISBN 3-7941-3840-6 © 1995 by Verlag Sauerländer AG, 5001 Aarau

Arbeitsauftrag I4

Schlussreflexion und Absichtserklärung von Modul I

Liebe/-r Lernende

Nun sind Sie am Schluss dieses Workshops zur Arbeits- & Lerntechnik (Modul I) angelangt. Ein wichtiger Teil des lebenslangen Lernens ist das Reflektieren und im Bedarfsfall Anpassen der eigenen Strategien. Als Abschluss dieses Moduls überlegen Sie sich einen konkreten Punkt, eine neue Erkenntnis, eine neue Technik oder Herangehensweise oder ein neues Werkzeug, welches Sie ab heute neu in Ihren Lern- und Arbeitsalltag integrieren. Teilen Sie Ihre Absichtserklärung mit der Klasse.

Kontrollieren Sie die unten aufgeführten Lernziele von diesem **Modul I** und setzen Sie bei den Lernzielen, welche Sie erreicht haben, einen grünen Haken.  Gibt es Lernziele, welche Sie noch nicht erreicht haben?

- ☐ Sie gehen zukünftig gut ausgerüstet und vorbereitet ans Lernen.
- ☐ Sie lernen das Wichtigste und können die Lerninhalte richtig priorisieren.
- ☐ Sie lernen, Ihre Strategie zu überprüfen und verbessern stetig Ihren Lernerfolg.
- ☐ Sie wissen, wie Sie sich persönlich den Stoff am besten einprägen können.
- ☐ Sie lernen so, dass Sie keine Zeit vergeuden.

Absichtserklärung:

Ab sofort werde ich...

Wie gut ist Ihnen der Auftrag G1 gelungen?	<input type="checkbox"/> sehr gut	<input type="checkbox"/> gut	<input type="checkbox"/> genügend	<input type="checkbox"/> schlecht
Wie gut ist Ihnen der Auftrag G2 gelungen?	<input type="checkbox"/> sehr gut	<input type="checkbox"/> gut	<input type="checkbox"/> genügend	<input type="checkbox"/> schlecht
Wie gut ist Ihnen der Auftrag G3 gelungen?	<input type="checkbox"/> sehr gut	<input type="checkbox"/> gut	<input type="checkbox"/> genügend	<input type="checkbox"/> schlecht