

Work Smarter – Not Harder

Lerntipps für das Fernstudium

Wie du mehr Erfolg im Fernstudium haben wirst



Inhaltsverzeichnis

| | |
|---|----|
| Lernförderliche Umgebung..... | 3 |
| Erfolgreicher Lernprozess..... | 4 |
| Markierungsempfehlung..... | 5 |
| 1 h Lernphase Markieren / Exzerpieren von Studienbriefen..... | 6 |
| Was bringt was oder nichts..... | 7 |
| Objektivitation von Lernstoff / → Brain, langfristig..... | 8 |
| Lerntipps..... | 10 |
| Lernprozess..... | 11 |

Lernförderliche Umgebung

- BIO RHYTMUS beachten!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!! Wann bist du am Tag am fittesten?
- Absolute Ruhe! Störfaktoren ausschalten: Handy, Skype, Mail.
- Getränke parat: extra aufstehen zum Trinken ist Zeitverlust.
- Kleinigkeit zum essen (Nüsse, Rosinen)
- Süßkram und Traubenzucker bringt nix: erhöht kurzfristig deinen Blutzuckerspiegel (kurz mehr Energie), nur damit du danach viel viel weniger Power hast..
- Dunkle Schokolade (ab 60%) motiviert, sättigt.

Erfolgreicher Lernprozess

1. Text lesen, mittlere – hohe Geschwindigkeit

Fremdwörter notieren

Evtl ? = unverständlich oder ! = wichtig schon mal anmerken

(manchmal kann man das wichtigste im Absatz schon beim schnellen Lesen erkennen)

1b – Fremdwörter recherchieren

In Tabelle eintragen / im Text notieren

Wichtig hierbei, weniger Erklärung = mehr. Oftmals erleutert sich der Zusammenhang des Fremdwortes später im Text. Es bringt wenig 15 Seiten Wiki zu verinnerlichen, lieber 3 Stichwörter.

2. Text lesen, langsame – mittlere Geschwindigkeit

In Marginalien Texte Zusammenfassen (wichtige Kernaussätze)

Ich nutze Klammern zur Verdeutlichung

Evtl. Übungen durchführen (je nach Laune / Zeit und Priorfrage)

3. Klausurvorbereitung

Klausureingrenzung besorgen

Texte nochmal lesen, Zusammenfassen (transformieren)

Das prüft, ob man den Bereich verstanden hat

4. Klausurvorbereitung detailliert

Zusammenfassung hinterfragen

memorieren

Verinnerlichen

Wichtig: Halte dich nicht an absolut unverständlichen Absätzen / Texten auf. Notiere dir die

Stelle, recherchiere später in Moodle oder anderen Zusammenfassungen nach wichtigen
Hilfen

Markierungsempfehlung

! oder !! sehr wichtig oder wichtiger Absatz

Sehr wichtig, Schlüsselwörter

°- _ Absatz, Zäsur in einem Absatz

() unwichtig

... nur Blabla

Wichtig, längere Sätze

- - - Aufzählung, weniger wichtig

? absolut unverständliche Passagen

' ' Fremdwörter

Alles was ?? durchgestrichen ist = erklärt oder verstanden

FZ = Fazit

ET = Einleitung

1 h Lernphase Markieren / Exzerpieren von Studienbriefen

Warmlaufphase – 5-10 min (einfache Texte lesen / wiederholen)

Hauptphase 20-40 Min (schwierige Texte lesen, zusammenfassen)

Verfall 10 Min (Wiederholung, Entspannung)

Pause 10-15 min nach ca 30 Min.

Was bringt was oder nichts

Absätze in Marginalien zusammenfassen.

Kleine Mindmaps oder Grafiken erstellen.

Keine FRAGEN stellen ... Fragen kann man später als Klausurtest sich selbst stellen (hat man das notierte Verstanden? Kann man es reproduzieren)

Ich markiere lieber zuviel, als zu wenig..

Nicht zu früh zuviel zusammenfassen, ohne Klausureingrenzungen zu beachten: kostet zuviel Zeit, ist zu umfangreich und schwierig, bringt im Wiederholen wenig.

Papier, handschriftliche Notizen sind schneller, aber nur kurzfristig zu nutzen, Laptop langsamer, langfristig nutzen.

Powerpoints liegen mir nichts so sehr zum erstellen. Sie beschränken die Formulierung

Karteikarten bringen mir auch nicht soviel. Entweder zuviel Info = kein Sinn von Karteikarten, oder zu wenig Info und dann keine Zusammenhänge.

Objektivitation von Lernstoff / → Brain, langfristig

Grundlage Studienbriefe, Stoff zu lernen für Klausur

Schriftliche, Analoge Notizen vor und Nachteile

Text

- Beengter Platz
- + keine Ablenkung
- + schnell
- kein Index

Mindmaps

Benötigt blanko Papier, sonst zu sehr in Gedanken der Ordnung

- + schnell, gut für Überblick
- Überlappungen

Nur gut für kleine, schnelle, einfache Mindmaps

Digitale Notizen vor und Nachteile

Text

- Formatierungen
- Tippfehler
- Rechtschreibung
- Ablenkung
- + Weitergabe

+ Verarbeitung

+ multi Plattform: Netbook, Smartphone, Printout, PC

Mindmap

- viel Zeit mit Sinnstruktur verbrauchen

+ Aus / Einklappen möglich, somit Lernkontrolle

+ Beschäftigung mit Stoff und Struktur zusätzlich

Gut für Zusammenhänge

Ablauf

Objektivierung digital, mit logischer Struktur und Formatierung

Mindmap erstellung für Crossplattform Lernprozess

Printout von digitalem Text

Lernen durch Mindmaps am Smartphone

Lernen durch Memorierung durch Abgleich Lernstoff zu Printout

Lerntipps

Beim Abfragen vom Lernstoff Antworten aufschreiben, nicht mündlich sagen oder überlegen. Größerer Erfolg. Beim beantworten auch Antwort UND Frage niederschreiben.

Wenn Augen / Gedanken müde, 5 Minuten absolute Pause und Augen schliessen – Wecker stellen.

80 / 20 – 90 / 10 Regel beachten. Man wird nicht alles sich merken können! Aber 100% anstreben.

Rotationsverfahren: Während der Woche einzelne Themen WH, am WE alle Teile Wiederholen eines KE / SB

Zeitplan kann ca. So aussehen:

Ca 6 – 8 Wochen für 1 Klausur wiederholen. Da hat man Puffer von 2 Wochen drin

Ca 6 – 8 Wochen zum Zusammenfassen.

Rest kann man auf Lesen vom Stoff verwenden.

Die ersten 3 Monate kann man also etwas "gammeln", danach aber Gas geben.

Am Tag der Klausur frei von der Arbeit nehmen, das fördert den Bio-Rhythmus, da die Arbeiten sowieso zwischen 14-18 Uhr geschrieben werden. Hintergrund ist das Nachmittagsloch, sowie die Gefahr von Spannungskopfschmerzen wie bei der Klausur 1A. Also lieber frei am gleichen Tag.

Urlaub vor der Klausur half mir nichts. Ich lerne lieber regelmäßig in Etappen.

Lernprozess ständig evaluieren und Gedanken schriftlich niederfassen, nur was man liest und sieht, darüber denkt man mehrmals.

Lernprozess

Prozess SS 2011

SB lesen, markieren:

----- wichtig

===== Schlüsselwort

| ganze Absätze oder Zeilen (manchmal wirds sonst zuviel

(Fremdwörter recherchieren, eintragen, zum Glück in 1C wenig)

ZF anlegen, copy/paste von langen Absätzen in SB:” ”. Nicht schlimm, lieber zuviel

Markieren und dann in der ZF komprimieren, als zu wenig (Gefahr des Nachlesens, weil zu zerstückelt!) wenn Möglich Sätze schon zusammenfassen.

ZF danach später nochmal komprimieren, SB:” ” in eigene Worte transferieren.

Weniger Marginalien benutzen, Fokus mehr auf Arbeit der ZF

SB die zu schwer sind (Beispiel SB9), vor Prüfungsphase durcharbeiten - ähnlich Teil 1 330042. Nicht-klausurrelevant weglassen, auch wenn es vielleicht nur 1 Tag kostet.. 4 KE weglassen = 4 Lerntage mehr zeit = 1 Woche, idr. 1 wichtige KE zusammengefasst! → lernen für Klausur!

Nur mit schwarz oder blau unterstreichen, Randbemerkungen weglassen, keine kurzzusammenfassungen. Keine Highliter mehr!

Fettmarkierungen oder Marginalien als Überschriften benutzen.

Zeiteinteilung in 6 Monate: März - May Modul 1C, May bis Juli Modul 1B, Juli, August Prüfungsvorbereitung

Prüfungsvorbereitung: ZF weiter Komprimieren, evtl in UBER-ZF komprimieren, Lesekurs mit Fragen zur Repetition benutzen, aber Achtung vor Störfaktor ”Diskussionen” im Forum.

Wochenende ist ”Freizeit”, kann aber auch zum lernen benutzt werden, aber keine Pflicht. Mo-Fr ist Lernzeit. Sonst unnötige Geldverschwendung. WE Ist Beziehungs-Zeit.

ZF auf Notebook benötigt Konzentration und Ruhe, somit Teilzeitjob vorteilhaft, da mehr Erholung von Arbeit. Technikprobleme bei ZF auf Notebook vermeiden: Vollbildschirm, chattools abschalten, Telefone ausschalten, nicht mit Formatierung rumspielen: Vorlagen

benutzen

Unverständliches im SB und ZF markieren, vor Prüfungsphase notieren.

Moodle meiden - Störfaktor zu hoch. Zu frühe zu intensive Beschäftigung mit Material.

Merke: Wir pauken für Klausur und Abschluss - nicht fürs Leben! Berufspraxis ist fürs Leben. Abschluss ist Eintrittskarte in Berufspraxis.

Moodle und Lesekurs kurz vor Klausur benutzen.