

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Wie trainiere ich mein Gedächtnis? Gehirnjogging

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de



Wie das Gehirn Lernstoff verarbeitet

Unser Gehirn besteht aus mehreren Zentren, die für unterschiedliche Aufgaben zuständig sind, z. B.: für das Sprechen, Hören, Sehen, Lesen, Schreiben ... Am besten kann das Gehirn den Merk- oder Lernstoff verarbeiten, wenn mehrere dieser Sinne angesprochen und aktiv beteiligt sind. Dann kann das Gelernte an verschiedenen Orten gespeichert werden. Um allerdings Gelerntes vom Kurzzeit- ins Langzeitgedächtnis zu bringen, sind Wiederholungen notwendig.

Im Alltag ist es wichtig, Gelesenes zu verstehen, das Gelesene zu behalten und Inhalte wiedergeben zu können. Es gibt verschiedene Methoden, Verfahren und Werkzeuge, um einen Lernstoff oder Dinge und Inhalte, die man sich merken soll, aktiv zu bearbeiten.

In diesem Buch werden viele Möglichkeiten vorgestellt, beschrieben und mit Beispielen verständlich gemacht. Es sind allerdings nicht alle Methoden für jeden Menschen geeignet. Finde deine Methoden heraus! Dazu ist es wichtig, dass du deinen Lerntyp kennst, das heißt, dass du Bescheid weißt, auf welche Weise du am besten lernst, um das Gelernte zu behalten und Neues damit zu verbinden.

Lerne deinen Grundlerntyp kennen! Du verstehst den Lernstoff besser, wenn der Sinn, den du am besten entwickelt hast, angesprochen wird. Allerdings lernst du am nachhaltigsten, wenn du unterschiedliche Techniken verwendest und alle Sinne angesprochen werden. Ändere deine Gewohnheiten!

- Der visuelle Lerntyp: alles läuft über das Auge. „Das sieht aber gut aus!“ Verwendet werden: Bilder und Farben, Zeichnungen, Mind-Maps und Lernplakate, es wird unterstrichen und markiert, man stellt sich alles bildlich vor.
- Der auditive Lerntyp: alles läuft über das Ohr. „Das hört sich gut an!“ Hilfreich sind Musik, Rhythmus, Reime, lautes Lesen, Fragen stellen und Fragen beantworten.
- Der kommunikative Lerntyp lernt am besten mit anderen, stellt Fragen und diskutiert den Lernstoff.
- Der motorische Lerntyp muss alles selber erfahren und erforschen, er benützt seine Hände beim Sprechen und bewegt sich beim Lernen.

Inhaltsverzeichnis

1. Was heißt Assoziieren?	6
1.1 Schreibe in die drei Spalten, was dir zu dem Wort einfällt!	7
1.2 Assoziationsstern	8
1.3 Gedankenverbindungen herstellen	10
1.4 Gegensätze und Ähnlichkeiten finden	12
1.5 Assoziationsgesetze	12
2. Merken ... merken ... merken	16
2.1 Welcher Begriff fällt dir zu diesen Tieren ein?	16
2.2 Was ist ein Piktogramm?	18
2.3 Sternzeichen	20
2.4 Verkehrszeichen	21
2.5 Ziffern	23
2.6 Fahnen	24
3. Assoziieren ist lustig!	26
3.1 Welcher Begriff fällt dir zu Zahlen ein?	26
3.2 Mini-Geschichten erfinden	29
3.3 Noch einmal Mini-Geschichten erfinden	30
4. Bilder einprägen	32
5. Mnemotechniken: Anwenden, verwenden, nutzen	34
5.1 Die Schlüsselwortmethode	35
5.2 Eselsbrücken sind Merksätze	37
5.3 Die Körperlisten-Methode	39
5.4 Wie man sich Namen und Gesichter merkt	40
5.5 Wie merke ich mir Zahlen?	43
5.6 Die Loci-Methode. Sie heißt auch Wege- oder Routen-Methode.	47

6. Weitere Strategien für dein Gedächtnis	49
6.1 Die Mind-Map	49
6.2 Ich präge mir einen Text ein	51
6.3 Ich informiere mich über die Geschichte der Rechtschreibung	51
6.4 Ich übe meine Rechtschreibung für ein Diktat	54
6.5 Ich lerne ein Gedicht	56
7. Geschichten	61
7.1 Eine Geschichte des Kode-Knackens	61
7.2 Ein Vorreiter der Medizin	62
7.3 Orpheus und Eurydike – eine traurige Liebesgeschichte	63
7.4 Ein ziemlich kluges kleines Tier und ziemlich kluge Brasilianer!	64
7.5 Die Geschichte des Kaugummi	65

1

Was heißt Assoziieren?



Mir fällt ein „Sport“
und „Wanderung“.



Gib genau Acht!
Ich nenne euch jetzt
ein Wort und ihr sagt
schnell, was euch
dazu einfällt!
Das Wort ist „Schuh“.



Mir fällt ein „Stiefel“ oder
„unbequem“ oder „barfuß“.

Ihr habt jetzt gesagt, was euch dazu eingefallen ist. Es gibt noch viele solcher gedanklichen Verbindungen, man nennt sie **Assoziationen**. Es ist ein Fachausdruck, für den es kein treffendes deutsches Wort gibt. Beim Assoziieren verknüpfst du in Gedanken Begriffe oder Wörter mit Bildern und Vorstellungen. Sie spielen beim Gedächtnis eine große Rolle. Je lustiger, bunter, einmaliger und außergewöhnlicher deine Gedankenverbindungen sind, desto besser bleiben sie im Gedächtnis haften.

In den folgenden Aufgaben geht es darum, gedankliche Verbindungen herzustellen. Lass deinen Gedanken beim Assoziieren freien Lauf! Es gibt kein richtig oder falsch, daher findest du auch keine Lösungen zu den Aufgaben.

1

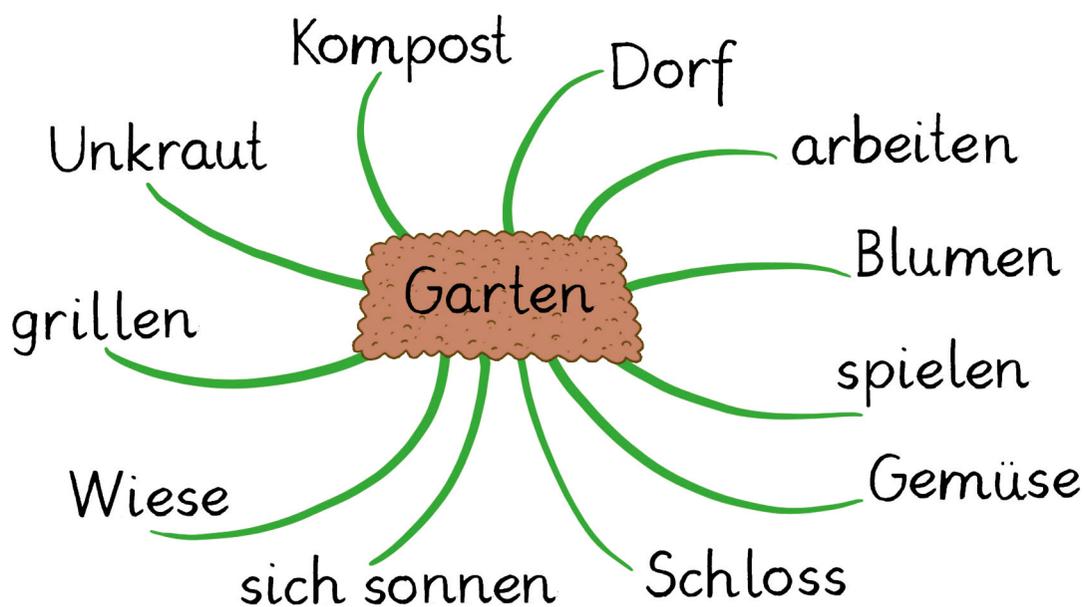
Was heißt Assoziieren?

1.2 Assoziationsstern

Das ist ein **Assoziationsstern**. In der Mitte steht ein Wort, schreibe weitere passende Wörter dazu, bis dir nichts mehr einfällt! Da die Begriffe miteinander in inhaltlicher Verbindung stehen, wirst du dich besser an diese Begriffe erinnern. Das Gehirn hängt gleichsam eins ans andere. Der Vorteil dieses Sterns ist, dass du zu den einzelnen Stichwörtern immer wieder Neues dazuschreiben kannst.

Später wirst du die Methode des Mind-Mapping kennen lernen. Das ist eine erweiterte Form des Assoziationssterns.

Du findest hier ein ausgefülltes Beispiel, zwei weitere Vorschläge zum gedanklichen Verbinden und zwei leere Assoziationssterne für Wörter deiner Wahl. Diese Methode ist gut geeignet, um dir einen Lernstoff einzuprägen. Du kannst jedes beliebige Thema so aufbauen.



SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Wie trainiere ich mein Gedächtnis? Gehirnjogging

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de

