

# **Lernen im Gymnasium**

**Lernstrategien und Arbeitstechniken**

**Hinweise und Kopiervorlagen  
für Lehrpersonen**

## Vorbemerkung

Diese Unterlagen richten sich an Lehrpersonen an einem Gymnasium, die im Rahmen ihres Unterrichts (z.B. in den Klassenstunden) das Thema „Lernen“ sowie Lern- und Arbeitstechniken bearbeiten wollen. Die Unterlagen sind Teil des Gesamtkonzepts „**Lernen im Gymnasium**“, das sich an Schülerinnen und Schüler, Lehrpersonen und Eltern richtet und folgende, miteinander verknüpfte Teile umfasst:

- **Broschüre für Schüler/innen:** Zu Beginn der gemeinsamen Arbeit erhalten die Schüler/innen die Broschüre „Lernen im Gymnasium“ mit wichtigen Inhalten rund ums Lernen.
- Für Lehrpersonen: **Powerpoint-Präsentation:** Anhand der bereits vorbereiteten PPP können Lehrpersonen ihren Unterricht angemessen schnell vorbereiten. Im Notizfeld unter den Folien befinden sich jeweils didaktische und inhaltliche Hinweise. In der Powerpoint-Präsentation wird auf die Broschüre für Schüler/innen und auf die hier vorgestellten Arbeitsblätter Bezug genommen.

- Für Lehrpersonen: **Hinweise und Kopiervorlagen:** Hier befinden sich neben den kopierbereiten Arbeitsblättern, die im Anschluss an die PPP und/oder die Arbeit mit der Broschüre zur Vertiefung eingesetzt werden können, auch eine Einführung ins Thema, methodisch-didaktische Überlegungen, ein Vorschlag für einen Zeitplan, Hinweise zum Umgang mit Schwierigkeiten beim Erwerb von Lernstrategien und Arbeitstechniken und – soweit dies notwendig ist – didaktische Hinweise zur Arbeit mit den Arbeitsblättern.

Die Arbeitsblätter sind thematisch geordnet, parallel zu den Kapiteln der Broschüre für Schüler/innen. Ein Kapitel enthält ABs, die sich für die Wiederholung einzelner Themen in späteren Semestern eignen. Die Arbeitsblätter sind so gestaltet, dass dasselbe Blatt mehrmals bearbeitet werden kann (z.B. mit einem anderen Inhalt) und dass sie – dort, wo es sinnvoll ist – in Einzelarbeit verwendet werden können. Somit eignen sich die Arbeitsblätter in dieser Sammlung auch für die Einzelberatung von Schülern und Schülerinnen.

Für ältere Schüler/innen liegt ein Dossier vor, das selbständig bearbeitet werden kann und so eine Binnendifferenzierung ermöglicht.

- **Broschüre für Eltern:** Für Eltern ist eine separate Broschüre erhältlich, in der anhand von Leitsätzen Hinweise und Tipps gegeben werden, wie Eltern ihr jugendliches Kind beim Lernen im Gymnasium begleiten und unterstützen können.

### Autorin

Yvonne Studer, lic. phil.  
Lernzentrum am Tobelacker  
Tobelackerstrasse 8  
8620 Wetzikon  
076 457 47 87  
[www.lernzentrum-am-tobelacker.ch](http://www.lernzentrum-am-tobelacker.ch)  
[www.verlag-am-tobelacker.ch](http://www.verlag-am-tobelacker.ch)

© Lernzentrum am Tobelacker, Yvonne Studer  
© Verlag am Tobelacker, Wetzikon  
2021

ISBN 978-3-9525132-9-3

Die Arbeitsblätter liegen hier als Kopiervorlagen vor. Mit dem Kauf haben Sie das Recht erworben, für Ihre jeweilige Klasse Kopien anzufertigen. Die Weitergabe an andere Lehrpersonen ist erlaubt, wenn Ihre Schule eine Schullizenz erworben hat. Ansonsten ist die Weitergabe an andere Lehrpersonen untersagt. Es gilt das Urheberrecht.

# Inhalt

<b>Einführung ins Thema und methodisch-didaktische Hinweise</b> .....	<b>5</b>
<i>Lernstrategien und Arbeitstechniken: Einführung, Begriffe und Definitionen</i> .....	
<i>Lernstrategien und Arbeitstechniken vermitteln</i> .....	
<i>Schwierigkeiten beim Lernen und beim Erwerb von Lernstrategien und Arbeitstechniken</i> .....	
<i>Hinweise zum Materialangebot</i> .....	
<i>Vorschlag für einen zeitlichen Ablauf „Lernen, wie man lernt“ (LAT) mit der ganzen Klasse</i> .....	
<i>Übersicht über die zur Verfügung stehenden Materialien und die Arbeitsblätter</i> .....	
<b>Was muss ich über das Lernen wissen? (Kopiervorlagen)</b> .....	<b>27</b>
<i>Gedanken über mein Lernen</i> .....	
<i>Sammlung meiner „Geheimtipps“</i> .....	
<i>Lernquiz: Teste dein Wissen anhand von W-Fragen [2 Versionen]</i> .....	
<i>Eine Lernhaltung aufbauen und weiterentwickeln</i> .....	
<i>Mit mehreren Sinnen lernen</i> .....	
<i>Der Motivation auf der Spur</i> .....	
<i>Wie kann ich mich selber zum Lernen motivieren?</i> .....	
<i>Aufmerksamkeit</i> .....	
<b>Wie richte ich mich lerngünstig ein? (Kopiervorlagen)</b> .....	<b>45</b>
<i>Wie sieht dein Traum-Zimmer aus?</i> .....	
<i>Arbeitsplatz: Ablagesysteme für meine Fächer</i> .....	
<i>Freie Zeiten in der Schule und zuhause</i> .....	
<i>„Rituale“ im Alltag</i> .....	
<i>Lernen mit oder ohne Musik?</i> .....	
<i>Digital lernen</i> .....	
<i>Umfrage: Lernen mit digitalen Medien</i> .....	
<b>Wie nutze ich meine Zeit klug? (Kopiervorlagen)</b> .....	<b>57</b>
<i>Eine Agenda führen</i> .....	
<i>Einen Lernplan erstellen [mit Formularen]</i> .....	
<b>Wie profitiere ich mehr vom Unterricht? (Kopiervorlagen)</b> .....	<b>67</b>
<i>Selber ein Wissensnetz knüpfen</i> .....	
<i>Notizen machen</i> .....	
<i>Mich im Unterricht mündlich beteiligen</i> .....	
<i>Lernablauf in einem Unterrichtsfach</i> .....	
<b>Was für Techniken helfen mir beim Lernen? (Kopiervorlagen)</b> .....	<b>75</b>
<i>Nachdenken über verschiedene Lern- und Arbeitstechniken</i> .....	
<i>W-Fragen stellen und beantworten</i> .....	
<i>Mit einem Mindmap lernen</i> .....	
<i>Kurzzusammenfassungen vergleichen</i> .....	
<i>Schwierigkeiten beim Schreiben einer Kurzzusammenfassung</i> .....	
<i>Rund ums Lesen</i> .....	
<i>Lesen: eine Handlung als Zeitstrahl darstellen</i> .....	
<i>Lerninhalte visualisieren</i> .....	
<i>Sketchnotes verwenden</i> .....	
<i>Einen Leuchtstift verwenden</i> .....	
<i>Sich Informationen beschaffen</i> .....	
<i>Umfangreiche Texte am Computer schreiben</i> .....	
<i>Einen Vortrag halten</i> .....	
<i>Ist Sans Forgetica die Lösung? [mit Materialblättern]</i> .....	

<b>Wie lerne ich kreativ? (Kreative LT) (Kopiervorlagen) .....</b>	<b>103</b>
<i>ABC-Liste .....</i>	
<i>Eselsbrücken bauen .....</i>	
<i>Körperliste: Mein eigenes Beispiel .....</i>	
<i>„Zehn wichtige Punkte“ mit der Körperliste lernen [mit Formular] .....</i>	
<i>Organisationsebenen mit der Körperliste lernen: Ein Beispiel aus dem Biologie-Unterricht .....</i>	
<i>Literaturepochen mit der Körperliste lernen: Ein Beispiel aus dem Deutsch-Unterricht .....</i>	
<i>Rutschbahnliste .....</i>	
<i>Rhetorische Figuren (Auswahl) .....</i>	
<i>Rhetorische Figuren mit der Rutschbahnliste lernen .....</i>	
<i>Rhetorische Figuren mit der Rutschbahnliste lernen (Blanko-Liste für eigene Ideen).....</i>	
<b>Wie bewältige ich schwierige Alltagssituationen? (Kopiervorlagen).....</b>	<b>125</b>
<i>Konzentration entwickeln .....</i>	
<i>Schwierigkeiten beim Lernen: Mehr Zeit als geplant benötigen .....</i>	
<i>Schwierigkeiten beim Lernen: Nicht mit Lernen anfangen/aufhören können .....</i>	
<i>Situation aus dem Alltag A, B, C .....</i>	
<i>Dem Alltag standhalten .....</i>	
<i>Entspannungstechniken .....</i>	
<i>Wie wir miteinander umgehen .....</i>	
<i>Ich strebe, du strebst, er strebt, wir streben, ihr strebt, sie streben ... die Matur an .....</i>	
<i>Was ist eigentlich ein „Streber“? .....</i>	
<i>„Streber“, „Nerd“ und andere Bezeichnungen.....</i>	
<b>Wie arbeite ich im Team? (Kopiervorlagen) .....</b>	<b>141</b>
<i>Rund um Gruppenarbeiten .....</i>	
<i>Längerfristig angelegte Gruppenarbeiten durchführen [mit Formularen] .....</i>	
<i>Schwierigkeiten beim Arbeiten in Gruppen angehen.....</i>	
<b>Themen zum Wiederholen in späteren Semestern (Kopiervorlagen) .....</b>	<b>149</b>
<i>Erinnerst du dich daran, wie du dein Lernen verbessern könntest?.....</i>	
<i>Weitere Gedanken über mein Lernen .....</i>	
<i>Zehn wichtige Punkte.....</i>	
<i>Motivation und Einstellung / Grundsätze .....</i>	
<i>Mindmap „Motivation“ .....</i>	
<i>Was tun, wenn ich unmotiviert bin .....</i>	
<i>Arbeitsplatz.....</i>	
<i>Mit einem Lernplan arbeiten [mit Formularen] .....</i>	
<i>Vorbereitungen auf Prüfungen mit viel Stoff in Arbeitsschritte aufteilen.....</i>	
<i>Wichtige Techniken.....</i>	
<i>Auf eine Fremdsprach-Prüfung lernen .....</i>	
<i>Viele Vokabeln auf einmal lernen müssen .....</i>	
<i>Die Übersicht über das Unterrichtsmaterial behalten .....</i>	
<i>Ein Wissensnetz knüpfen .....</i>	
<i>Dem Gehirn helfen, sich auf den Unterricht einzustellen.....</i>	
<i>Rund um Prüfungen .....</i>	
<i>Mindmap (Gedankenkarte, Ideen-Landkarte) .....</i>	
<i>Effizientes Lesen.....</i>	
<i>ABC-Liste .....</i>	
<i>Körperliste.....</i>	
<i>Körperliste: Mein eigenes Beispiel .....</i>	
<b>Dossier für KG-Schüler/innen: Dem eigenen Lernen auf der Spur (Kopiervorlagen) .....</b>	<b>185</b>
<b>Quellenverzeichnis und Anhang .....</b>	<b>215</b>

# Einführung ins Thema und methodisch-didaktische Hinweise

BEISPIEL

### Lernstrategien und Arbeitstechniken: Einführung, Begriffe und Definitionen

Lehrerinnen und Lehrer begleiten täglich Lernprozesse und werten diese aus. An weiterführenden Schulen wie beispielsweise einem Gymnasium gilt dies besonders im eigenen Fach: Lehrerinnen und Lehrer an Gymnasien sind in erster Linie Fach-Lehrpersonen mit einer sehr grossen Expertise für das jeweilige Fach, das sie studiert haben, und einer zusätzlichen fachdidaktischen Ausbildung. Lehrpersonen an einem Gymnasium wissen sehr genau, wie in ihrem Fach „gelehrt und gelernt“ wird.

Wie „Lernen“ in einem überfachlichen Sinne „geht“ und daran angeschlossen, „wie man Lernen lernt“, ist in der Regel im Rahmen der Ausbildung zwar Thema, gerät aber oft in den Hintergrund respektive wird nicht so ausführlich behandelt, dass es später mit wenig Aufwand als Unterrichtsthema weitervermittelt oder begleitet werden könnte. Hinzu kommt, dass die Forschung, insbesondere die Hirnforschung, im Laufe der letzten Jahre zum Thema „Lernen“ zahlreiche Erkenntnisse vorgelegt hat. Viele Lehrpersonen an einem Gymnasium fühlen sich angesichts der Forderung, „lernen, wie man lernt“ vermitteln zu müssen, wenig vorbereitet.



**Lektüre-Tipp:** Einen fundierten und doch überschaubaren Überblick über Lernen bietet „Gehirngerecht lernen“ von Peter Gasser (Details vgl. *Quellenverzeichnis*). Es richtet sich an Erwachsene; auszugsweise könnte es sich auch für die Lektüre mit älteren Schülern/Schülerinnen eignen.

Aus der Lehr-Lern-Forschung ist belegt, dass Wissen darüber, wie man lernt, und Kenntnisse in Lern- und Arbeitstechniken ein wichtiges Element für Schulerfolg darstellen (z.B. Mandl/Friedrich, 2006; Hattie, 2014 & 2015; Suter/Hirt/Karlen/Maag Merki, 2018). Lernstrategien sind ausgewiesener Bestandteil des Lehrplans 21. Im Kanton Zürich beispielsweise bildet die Vermittlung von Lern- und Arbeitstechniken eine unterstützende Massnahme für Schülerinnen und Schüler in der Probezeit an einer Kantonsschule (Bildungsdirektion Kanton Zürich, 9. Mai 2017). Es wundert darum nicht, dass „Lern- und Arbeitstechniken“ auch an Maturitätsschulen zum fixen Bestandteil eines Lehrplans gehören, zum Beispiel unter „LAT“ (wobei die Abkürzung sowohl für „Lernstrategien und Arbeitstechniken“ als auch für „Lern- und Arbeitstechniken“ stehen kann), „überfachliche Kompetenzen (üfaK)“, „Methodenkompetenzen“, um nur einige Begriffe zu nennen, unter denen „Lernen, wie man lernt“ behandelt wird. In diesen Unterlagen wird von „Lernstrategien und Arbeitstechniken“, kurz: LAT, gesprochen.

Nicht nur die Begriffe, auch die Rahmenbedingungen für die konkrete Umsetzung eines Unterrichts für LAT differieren an Gymnasien je nach Schule und Kanton stark:

- Es gibt Schulen, in denen für eine „LAT-Einführung“ keine separate Unterrichtszeit zur Verfügung steht und diese einem Fach, zum Beispiel dem Fach Deutsch, zugewiesen wird.
- In anderen Schulen ist „LAT“ ein eigenes Unterrichtsfach mit entsprechenden Stundendotationen.

- An vielen Gymnasien wird der Auftrag, ins Thema „Lernen“ einzuführen, der sogenannten „Klassenlehrperson“ zugewiesen: Aus dem Kreis der für eine Klasse zuständigen Fachlehrpersonen übernimmt eine Lehrperson das Amt der Klassenlehrperson. Neben zahlreichen organisatorischen und administrativen Aufgaben gehört die Behandlung des Themas „Lernstrategien und Arbeitstechniken“ zum Auftrag der Klassenlehrperson. Oft bearbeiten Klassenlehrpersonen „LAT“ anhand von Fachinhalten des Faches, welches die Klassenlehrperson als Fachlehrperson vermittelt. Die bearbeiteten Inhalte können in der Folge für die Schülerschaft sehr unterschiedlich sein. Oft stehen als Unterrichtsgefäß während eines Semesters (des Probezeit-Semesters) eine Lektion und/oder während besonderen Schulwochen Fachtage zur Verfügung. In späteren Semestern zweigen Klassenlehrpersonen in der Regel von ihrem Fachunterricht jeweils ein paar Minuten ab, um Klassen-Inhalte zu besprechen. Für „LAT-Themen“ bleibt meistens weder Zeit noch stehen schnell einsetzbare Unterlagen dafür zur Verfügung.

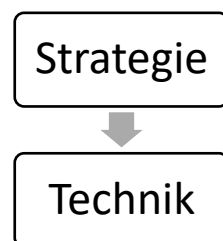
Weil die Situation für die Einführung ins Lernen und die Begleitung des Erwerbs von Lernstrategien und Arbeitstechniken insgesamt sehr unübersichtlich und die Unterschiede bezüglich der Rahmenbedingungen sehr gross sind, ist bei den vorliegenden Materialien darauf geachtet worden, dass sie in unterschiedlichen Situationen eingesetzt werden können (vgl. weiter unten).

### Begriffe und Definitionen

Lernstrategien und Arbeitstechniken werden mit unterschiedlichen wissenschaftlichen Zugängen und Gewichtungungen unter dem Dach von beispielsweise „überfachlichen Kompetenzen“ respektive „methodischen Kompetenzen“, „Methoden-Training“, „selbstreguliertem Lernen“ respektive „selbstorganisiertem Lernen“, „Lernstrategieforschung“ untersucht und diskutiert. Vertieft man sich ins Thema „Lernen, wie man lernt“, fallen rasch die unterschiedlichen Begriffe auf, die in Fachliteratur und in Publikationen für die Praxis für mehr oder weniger dieselbe Erscheinung oder Vorgehensweise verwendet werden, etwa: Arbeitsstrategie, Lernstrategie; Arbeitstechnik, Lerntechnik.

Die verwendeten Begriffe sind nicht trennscharf; ihre Verwendung in verschiedenen Publikationen uneinheitlich. Je nach Zugang zum Thema liegt als Bestimmungswort „Lern-“ oder „Arbeits-“ näher. Die Unterscheidung der Grundwörter „-strategie“ respektive „-technik“ ist dann meistens einheitlicher:

„Strategien“ stehen hierarchisch höher als „Techniken“ und werden jeweils durch diese konkretisiert. „Techniken“ bilden demnach das „Handwerk“ respektive das „Werkzeug“, das für die konkrete Umsetzung einer Strategie benötigt wird. Darum werden – auch in diesen Unterlagen – gerne Werkzeugkästen als Metapher für Lern- und Arbeitstechniken verwendet. Ob eine konkrete Tätigkeit dann als Strategie oder als Technik gesehen wird, ist wiederum nicht überall gleich.



- ☞ Um die Schülerinnen und Schüler, die sich bereits in früheren Schuljahren mit „LAT“ beschäftigt haben, nicht zu verwirren und um möglichst verschiedene Begriffsfüllungen zuzulassen, wird in den vorliegenden Unterlagen für die Schüler/innen von „Lern- und Arbeitstechniken“ oder einfach von „Techniken“ gesprochen; der Begriff „Strategie“ wird in den Unterlagen für die Schüler/innen vermieden und bleibt so fachbezogenen Inhalten vorbehalten (z.B. Strategien für eine Textüberarbeitung; Lese-Strategien).

[...]

BEISPIEL



**Mit mehreren Sinnen lernen**



Notiere in der linken Spalte ein paar Situationen, in denen du lernst. In der Mitte schreibst du dazu, welche „Lernkanäle“ du dabei nutzt (z.B. zuhören, lesen, darüber reden, dazu handeln, schreiben).

Überlege in einem weiteren Schritt, wie du den Lernstoff noch vielseitiger verarbeiten könntest, und schreibe deine Ideen in der rechten Spalte auf.

Ein paar Ideen:

den Leuchtstift nutzen; Zusammenfassungen schreiben; Randnotizen machen; mitnotieren; einen Inhalt als Skizze, Grafik oder Tabelle darstellen; im Zimmer umhergehen und etwas laut vortragen; mit sich selber (oder dem Kleiderschrank) reden; selber Fragen formulieren; im Lernteam Fragen beantworten; jemandem etwas erklären


Lernsituationen	So arbeite ich bereits	So könnte ich noch erweitern

Hilfreich sind auch Techniken, bei denen du dir etwas bildlich vorstellst, etwas mit einem Bild verbindest oder eine Eselsbrücke baust.

BEISPIEL

## Was für Techniken helfen mir beim Lernen?

### Nachdenken über verschiedene Lern- und Arbeitstechniken

 Notiere in die erste Spalte die Fächer, in denen du zurzeit lernst.  
Schreibe in die zweite Spalte, welche Techniken du dabei verwendest.



Fach	So lerne ich (Technik)
Französisch	Karteikarten für Voci

## Was für Techniken helfen mir beim Lernen?

Es gibt noch unzählige weitere Techniken. Einige stehen hier aufgeschrieben. Markiere diejenigen, die du einmal ausprobieren möchtest, und schreibe sie in deiner Tabelle zum betreffenden Fach dazu.

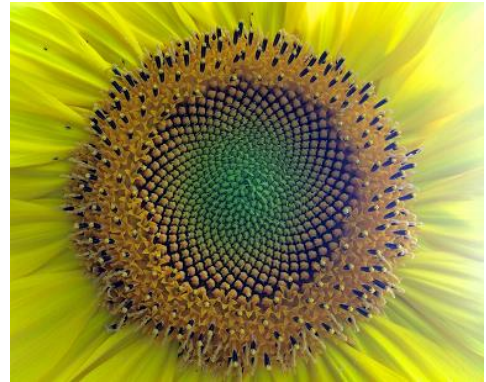
[...]

BEISPIEL

## Wie bewältige ich schwierige Alltagssituationen?

### Konzentration entwickeln

Unter „Konzentration“ versteht man die Fähigkeit, seine Aufmerksamkeit für eine gewisse Zeit bewusst und willentlich auf eine bestimmte Sache oder Tätigkeit auszurichten. Wie lange es gelingt, sich zu konzentrieren und sich nicht ablenken zu lassen, hängt von verschiedenen Faktoren ab, z.B. Trainingsstand im Sich-Konzentrieren, Interesse für einen Inhalt, Müdigkeit, Lärm.



- ✎ In welchen Situationen kannst du dich gut konzentrieren?
- ✎ Und in welchen Situationen gelingt dir Konzentration nicht?
- ✎ Was sind deine „Konzentrations-Killer“? Schreibe sie auf und ergänze allenfalls mit Stichworten aus der Tabelle. Überlege dir dann, wie du deine Situation verbessern kannst. Ergänzende Ideen findest du auf der Rückseite.

„Konzentrations-Störer“ können beispielsweise sein:

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zu viele Eindrücke (z.B. unaufgeräumter Arbeitsplatz, Handy)</li> <li>• Zu hoch gesteckte Ziele</li> <li>• Schnell frustriert sein, schnell aufgeben</li> <li>• Zu wenig Interesse am Inhalt</li> <li>• Keine oder zu wenig Motivation</li> <li>• Mangelnde Planung</li> <li>• Stress</li> <li>• Schlafmangel</li> <li>• Durst/Hunger</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterbrechungen</li> <li>• Multitasking</li> <li>• Eingübte Unaufmerksamkeit</li> <li>• Aufschieben/vor sich herschieben von Arbeiten</li> <li>• Keine oder diffuse Ziele</li> <li>• Krankheit</li> <li>• Müdigkeit</li> <li>• Lärm</li> <li>• Mehrere Arbeiten parallel</li> <li>• Abgelenkt sein</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zu schnell von einer zu einer anderen Aufgabe wechseln</li> <li>• Zu lange beim Gleichen verharren</li> <li>• Überlastet sein</li> <li>• Starke Emotionen (z.B. Wut, Angst, Traurigkeit, Liebeskummer)</li> <li>• Zerstreutheit</li> <li>• Zu wenig Erfahrung und Übung im Konzentriert-Sein</li> <li>• ...</li> </ul>
---	--	---

Meine Konzentrationssteigerungsideen für den Unterricht resp. für in der Schule

Meine Konzentrationssteigerungsideen für zuhause

## Wie bewältige ich schwierige Alltagssituationen?

Die Konzentrationsfähigkeit ist beeinflussbar. Je häufiger du versuchst, dich bewusst auf etwas zu konzentrieren, desto eher gelingt es dir auch. Trotzdem wird es hin und wieder vorkommen, dass deine Gedanken auf Wanderschaft gehen, ohne dass du das eigentlich willst.

Man kann Konzentration zwar nicht verordnen, aber man kann sie trainieren und fördern.

### **Tipps zur Steigerung deiner Konzentration – falls du mit den Gedanken immer wieder abschweifst**

- [...]

BEISPIEL

## Quellenangaben

Die vorliegenden Unterlagen sind entstanden unter Einbezug von folgenden Quellen:

### Fachliteratur und Lehrmittel/Lehrmaterialien


- Bildungsdirektion Kanton Zürich (9. Mai 2017): Unterstützende Massnahmen in der Probezeit. Abgerufen von: [https://www.zh.ch/internet/de/aktuell/news/medienmitteilungen/2017/gymnasiastinnen-und-gymnasias-ten-in-der-probezeit-staerken/\\_jcr\\_content/contentPar/downloadlist/downloaditems/430\\_1494254506113.spooler.download.1494255797775.pdf/20170509\\_MK\\_Gymnasien\\_Massnahmen.pdf](https://www.zh.ch/internet/de/aktuell/news/medienmitteilungen/2017/gymnasiastinnen-und-gymnasias-ten-in-der-probezeit-staerken/_jcr_content/contentPar/downloadlist/downloaditems/430_1494254506113.spooler.download.1494255797775.pdf/20170509_MK_Gymnasien_Massnahmen.pdf) (27.2.2020).
- Birkenbihl, Vera F. (<sup>48</sup>2009): Stroh im Kopf? Vom Gehirn-Besitzer zum Gehirn-Benutzer. 48., korrigierte Auflage. München: mvg.
- Born, Armin/Oehler, Claudia (<sup>7</sup>2009): Lernen mit ADS-Kindern. Ein Praxishandbuch für Eltern, Lehrer und Therapeuten. 7., aktualisierte Auflage. Stuttgart: Kohlhammer.
- Büchel, Elsbeth/Gloor, Ursina (ab 2009): Sprachland. Arbeitstechniken. Zürich: Lehrmittelverlag.
- Büchel, Fredi P./Büchel, Patrick (<sup>2</sup>2012): DELV – Das Eigene Lernen Verstehen. Handbuch zum DELV-Programm. 2., verbesserte Auflage. Bern: hep.
- Dettling, Roger Quintin (2015): Lernstrategien und Mediennutzung im Studium. Explorative Langzeitstudie mit Lernjournalen. Dissertation. Universität Zürich. Abgerufen von: <https://www.zora.uzh.ch/id/eprint/118400/> (25.4.2019).
- Einstein, Albert: Zitat aus: [https://de.wikiquote.org/wiki/Albert\\_Einstein](https://de.wikiquote.org/wiki/Albert_Einstein) (14.10.2018).
- Frey, Pascal (2012): Wege zur Literatur. Deutsch am Gymnasium 4. Rothenburg: Fuchs.
- Gasser, Peter (2010): Gehirngerecht lernen. Eine Lernanleitung auf neuropsychologischer Grundlage. Bern: hep.
- Gasser, Peter (2011): Lerne lieber gehirngerecht. Wie man neuronale Potenziale nutzen und erweitern kann. Bern: hep.
- Gasser, Peter (2012): Einführung in die Neuropsychologie. Bern: hep.
- Geisselhart, Oliver/Lange, Helmut (<sup>3</sup>2012): Schieb das Schaf. München: mvg. [Weitere Wörterbücher für andere Sprachen erhältlich, z.B. Französisch (Wasch die Kuh), Spanisch (Liebe am O(h)r)]
- Hattie, John (2014): Lernen sichtbar machen für Lehrpersonen. Überarbeitete deutschsprachige Ausgabe von „Visible Learning for Teachers“ besorgt von Wolfgang Beywl und Klaus Zierer. Baltmannsweiler: Schneider Verlag Hohengehren.
- Hattie, John (<sup>3</sup>2015): Lernen sichtbar machen. Überarbeitete deutschsprachige Ausgabe von „Visible Learning“ besorgt von Wolfgang Beywl und Klaus Zierer. Erweiterte Auflage mit Index und Glossar. Baltmannsweiler: Schneider Verlag Hohengehren.
- Heidler, Maria-Dorothea (2013): Das Arbeitsgedächtnis. Ein Überblick für Sprachtherapeuten, Linguisten und Pädagogen. Bad Honnef: Hippocampus.
- Hinnen, Hanna (2001): Lernen kennen lernen in der 6. bis 9. Klasse. Lernstrategien und Lerntechniken richtig einsetzen. Zürich: Lehrmittelverlag.
- Hinnen, Hanna (<sup>7</sup>2012): Ich lerne lernen. 3. bis 5. Klasse. Lernstrategien und Lerntechniken kennen lernen und einüben. Zürich: Lehrmittelverlag.
- Horn, Sam (1996): Konzentration. Mit gesteigertem Aufnahme- und Erinnerungsvermögen zum Erfolg. München: Redline Wirtschaftsverlag. Zitiert in: <https://www.psychotipps.com/Konzentration.html> (18.10.2017).
- Jäncke, Lutz/Sandmann, Pascale (2010): Music listening while you learn: No influence of background music on verbal learning. In: Behavioral and Brain Functions, 2010, 6 (3). Abgerufen von: <https://behavioralandbrainfunctions.biomedcentral.com/articles/10.1186/1744-9081-6-3> (2.4.2019).
- Keller, Gustav (<sup>3</sup>2008): Ich will nicht lernen! Motivationsförderung in Elternhaus und Schule. 3., überarbeitete Auflage. Bern: Hans Huber.
- Keller, Gustav (<sup>2</sup>2011): Lerntechniken von A bis Z. Infos, Übungen, Tipps. 2., aktualisierte Auflage. Bern: Hans Huber.
- Keller, Gustav (2015): Lerncoaching in der Schule. Praxishilfen für Lehrkräfte. Göttingen u.a.: Hogrefe.
- Krowatschek, Dieter u.a. (<sup>4</sup>2017): Marburger Konzentrationstraining für Jugendliche (MKT-J). Dortmund: Borgmann.
- Maehrlein, Katharina (<sup>4</sup>2014): Die Bambusstrategie. Den täglichen Druck mit Resilienz meistern. Offenbach: Gabal.
- Mandl, Heinz/Friedrich, Helmut Felix (Hrsg.) (2006): Handbuch Lernstrategien. Göttingen u.a.: Hogrefe.
- Martin, Pierre-Yves (2015): Wie lernst du? Fragebogen zur Lernstrategie-Nutzung (LSN). Abgerufen von: [https://pymagix.com/unterlagen/Martin\\_LSN-Schule.pdf](https://pymagix.com/unterlagen/Martin_LSN-Schule.pdf) (15.2.2021). [Tutorial, Auswertungstool etc. abrufbar unter <https://pymagix.com/BuchLernstrategien.html> → Online-Ressourcen (Downloads & Links) zum Buch → Kapitel 2: Diagnose lernstrategischer Kompetenzen (15.2.2021)]
- Martin, Pierre-Yves/Nicolaisen, Torsten (Hrsg.) (2015): Lernstrategien fördern. Modelle und Praxisszenarien. Weinheim, Basel: Beltz Juventa.

- Metzger, Christoph (<sup>2</sup>1998): Wie lerne ich? WLI-Schule. Eine Anleitung zum erfolgreichen Lernen für Mittelschulen und Berufsschulen. Aarau: Sauerländer. [Fragebogen integriert]
- Metzger, Christoph (<sup>4</sup>2004): Wie lerne ich? WLI-Schule. Eine Anleitung zum erfolgreichen Lernen für Mittelschulen und Berufsschulen. Handbuch für Lehrkräfte. Aarau: Sauerländer.
- Metzger, Christoph (u.a.) (2010): Wie lerne ich? Lernstrategieninventar für Schülerinnen und Schüler. Aarau: Sauerländer. [Separater Fragebogen]
- Müsseler, Jochen (2000): Aufmerksamkeit. Lexikon der Psychologie. Heidelberg: Akademischer Verlag. Abgerufen von: <https://www.spektrum.de/lexikon/psychologie/aufmerksamkeit/1655> (29.3.2019).
- Ransdell, Sarah E. u.a. (2001): The effects of background music on word processed writing. In: Computers in Human Behavior 17 (2001), 141-148. Abgerufen von: <https://www.gwern.net/docs/music-distraction/2001-ransdell.pdf> (8.4.2019).
- Rhetorische Figuren: <http://wortwuchs.net/rhetorische-figuren-liste/> (10.2.2018).  
[https://de.wikipedia.org/wiki/Liste\\_rhetorischer\\_Stilmittel](https://de.wikipedia.org/wiki/Liste_rhetorischer_Stilmittel) (14.3.2019).
- Sans Forgetica: <https://sansforgetica.rmit.edu.au> (15.2.2021). Zeitungsartikel: <https://www.bild.de/ratgeber/wissenschaft/ratgeber/sans-forgetica-neue-schrift-soll-beim-erinnern-helfen-57770200.bild.html> (15.10.2018). Und: <https://www.20min.ch/wissen/news/story/Neue-Schriftart-soll-Lernen-einfacher-machen-26381657> (27.2.2020). Schriften: von Microsoft Office und <https://www.1001fonts.com/> (15.2.2021).
- Schader, Basil (2012): Mein schlaues Lernheft. Zürich: Orell Füssli.
- Schröder-Naef, Regula (<sup>21</sup>2003): Rationeller Lernen lernen. Ratschläge und Übungen für alle Wissbegierigen. 21., aktualisierte Ausgabe. Weinheim, Basel: Beltz.
- Seligman, Martin (<sup>4</sup>2015): Wie wir aufblühen. Die fünf Säulen des persönlichen Wohlbefindens. München: Goldmann.
- Spitzer, Manfred (2002): Lernen: Gehirnforschung und die Schule des Lebens. Heidelberg, Berlin: Spektrum, Akademischer Verlag.
- Staub, Gregor (<sup>2</sup>2006): Mega Memory. Optimales Gedächtnistraining für Privatleben, Schule und Beruf. München: mvg.
- Steiner, Verena (<sup>4</sup>2006): Sich besser konzentrieren heisst ... Die wirksamsten Strategien für Studium und Berufsalltag. Zürich: Pendo.
- Stenger, Christiane (2007): Das Gummibärchen im Spinat. Gedächtnistraining für Kinder. Frankfurt, New York: Campus.
- Stenger, Christiane (<sup>3</sup>2008): Warum fällt das Schaf vom Baum? München: Heyne.
- Suter, Francesca/Hirt, Carmen/Karlen, Yves/Maag Merki, Katharina (2018): Selbstreguliertes Lernen und Maturaarbeit. Zürich: Institut für Erziehungswissenschaften. [SelMa Booklet; dieses und div. weitere Artikel abrufbar unter: <https://www.ife.uzh.ch/de/research/teb/forschung2/selma/selmaindex/publikationen.html> (28.2.2019)]

### Primärliteratur

- Meyer, Conrad Ferdinand: Der römische Brunnen. Aus: von Wiese, Benno (Hrsg.): Echtermeyer. Deutsche Gedichte. Von den Anfängen bis zur Gegenwart. Auswahl für Schulen. Düsseldorf: Pädagogischer Verlag Schwann-Bagel, 1982, S. 491.
- Morgenstern, Christian: Galgenlieder, Palmström, Palma Kunkel, der Gingganz. Stuttgart: Reclam, 1985. S. 137.

### Quellennachweise Bilder

-  Bilder werden in dieser Auflistung nur einmal genannt; auch dann, wenn sie mehrmals verwendet werden. Bild Cluster: von YS.  
Albert Einstein: <https://pixabay.com/de/photos/albert-einstein-porträt-1144965/> (14.10.2018).

[...]