

# Fortbildung für Eltern

---

## *Lernen lernen*

### Die Rolle der Eltern

Innsbruck AK

14.04.2010

Dr. Astrid Freienstein-Torggler

LERNHILFEN

LERNZEITEN

LERNUNTERLAGEN

LERNWEGE

LERNORTE

LERNVERSTÄNDNIS



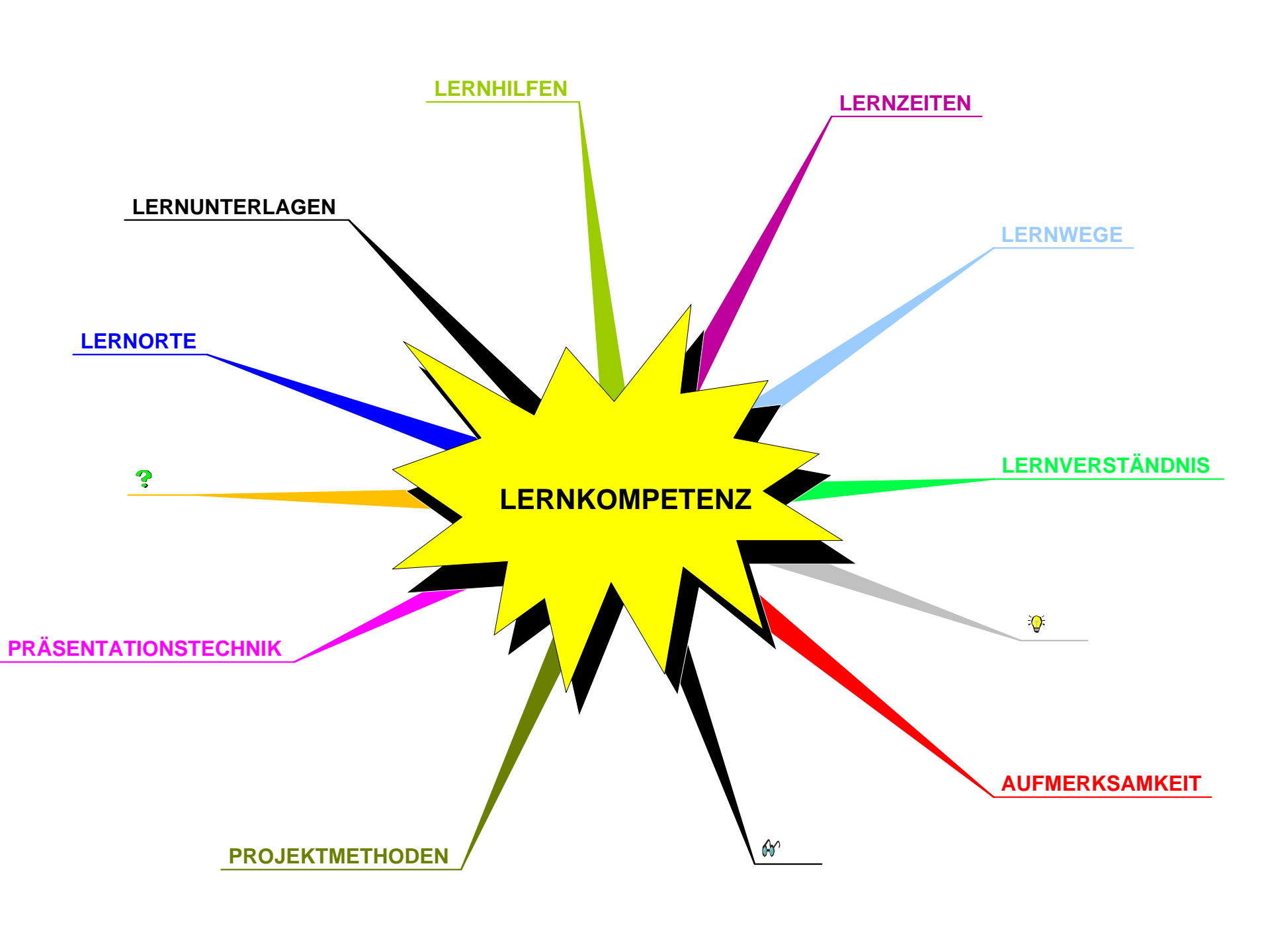
**LERNKOMPETENZ**



PRÄSENTATIONSTECHNIK

AUFMERKSAMKEIT

PROJEKTMETHODEN



# Haltbarkeit des Wissens

---

Wissen zur Hälfte veraltet nach x Jahren...

Schulwissen: **20 Jahre**

Hochschulwissen: **10 Jahre**

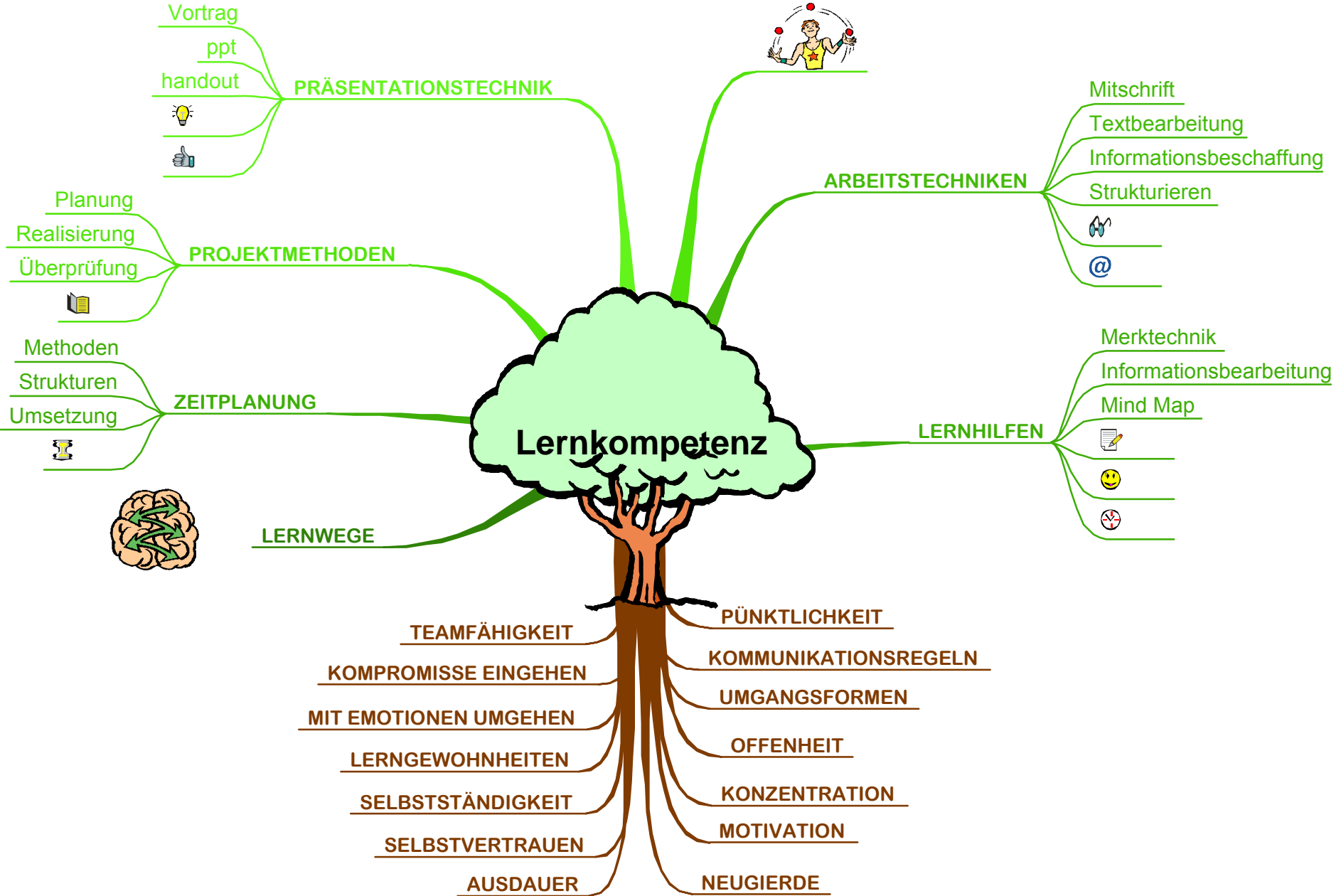
Berufliches Fachwissen: **5 Jahre**

Computer/Technik: **1-2 Jahre**

**Kompetenzen bleiben!**

- Was habe ich besonders gern gelernt?

- Was war dabei mühsam?
- Was hat mir beim **Erlernen** geholfen?



# Lernkompetenz



TEAMFÄHIGKEIT

KOMPROMISSE EINGEHEN

MIT EMOTIONEN UMGEHEN

LERNGEWÖHNHEITEN

SELBSTSTÄNDIGKEIT

SELBSTVERTRAUEN

AUSDAUER

PÜNKTLICHKEIT

KOMMUNIKATIONSREGELN

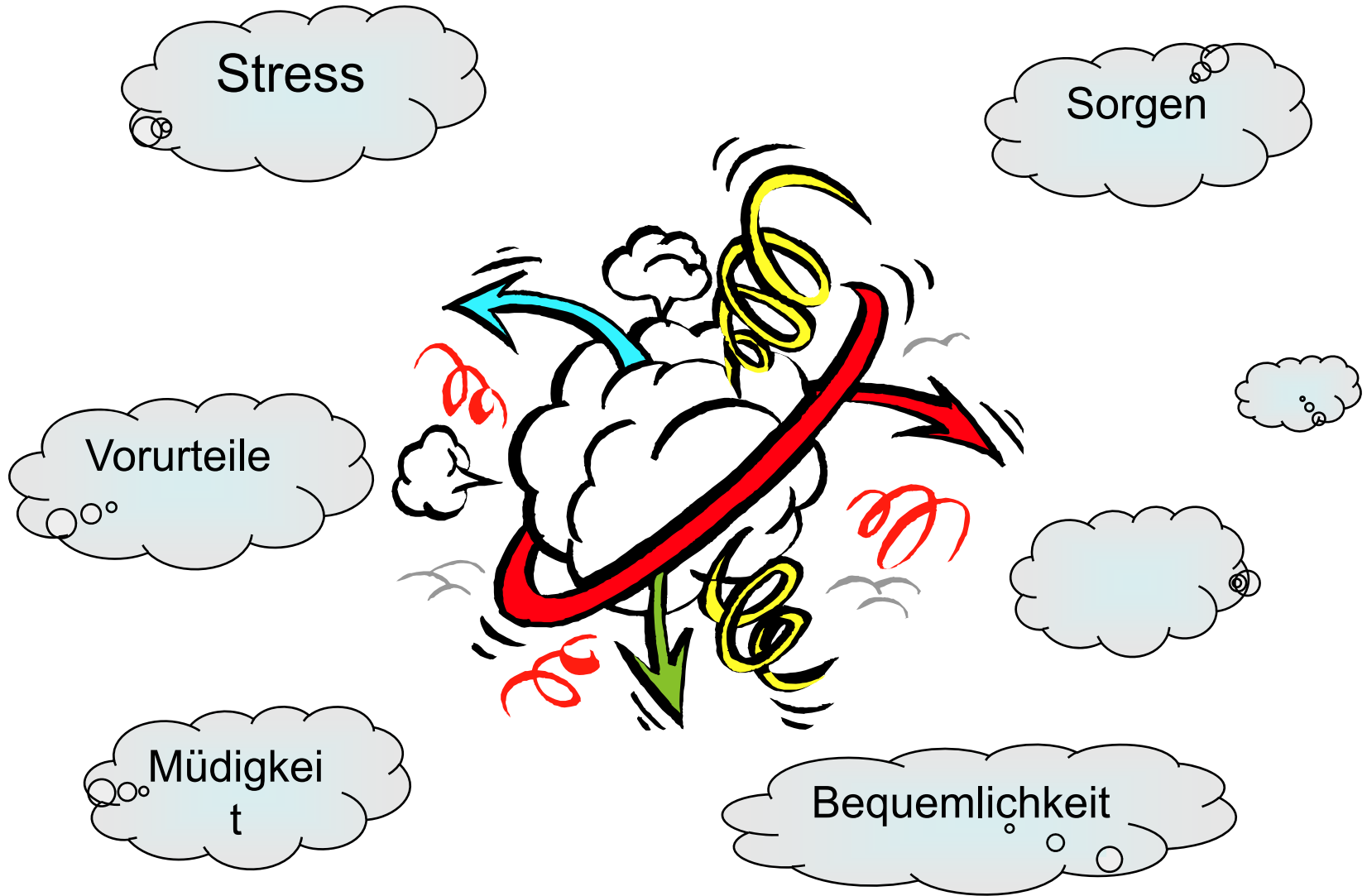
UMGANGSFORMEN

OFFENHEIT

KONZENTRATION

MOTIVATION

NEUGIERDE



# Lernkompetenz



TEAMFÄHIGKEIT

KOMPROMISSE EINGEHEN

MIT EMOTIONEN UMGEHEN

LERNGEWÖHNHEITEN

SELBSTSTÄNDIGKEIT

SELBSTVERTRAUEN

AUSDAUER

PÜNKTLICHKEIT

KOMMUNIKATIONSREGELN

UMGANGSFORMEN

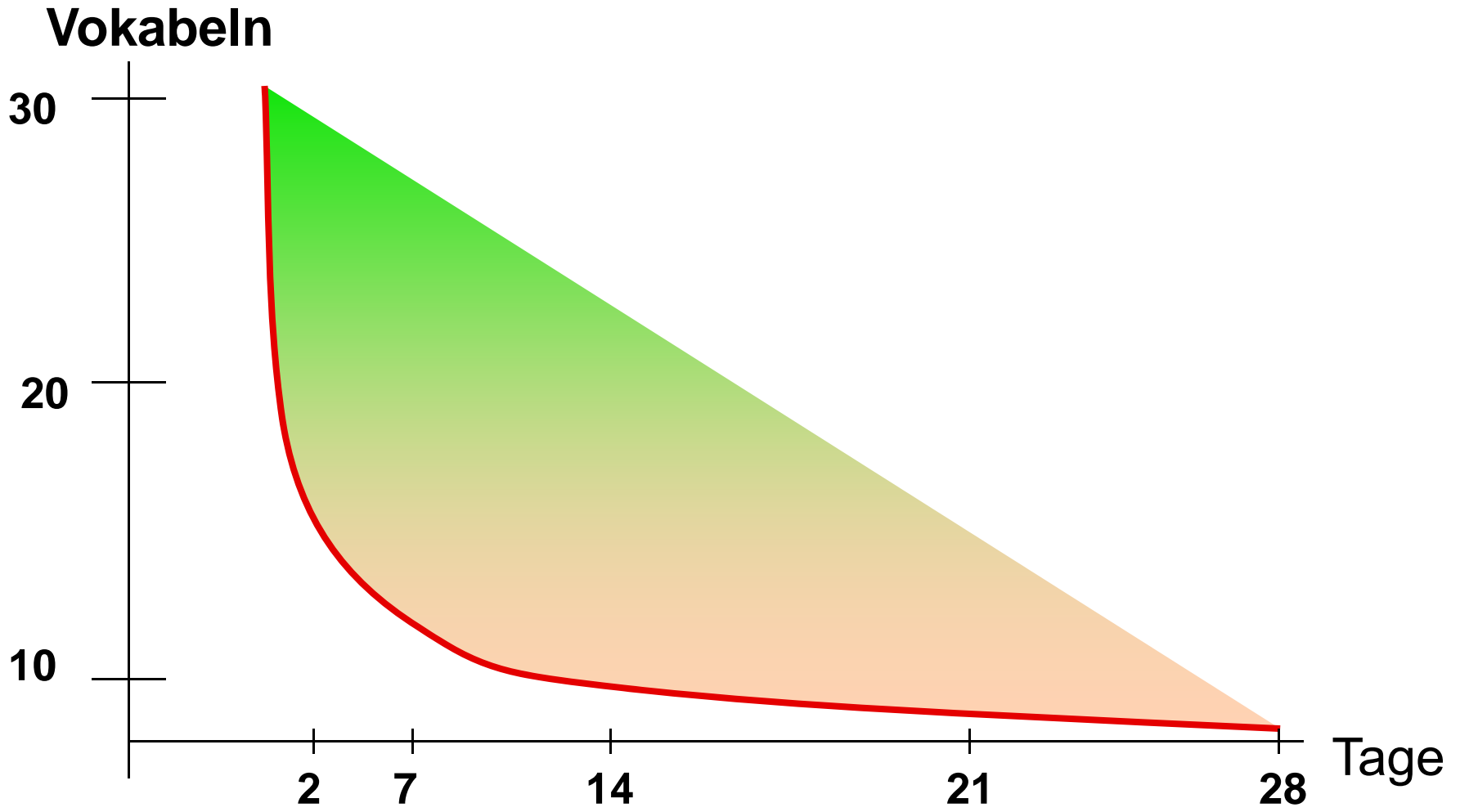
OFFENHEIT

KONZENTRATION

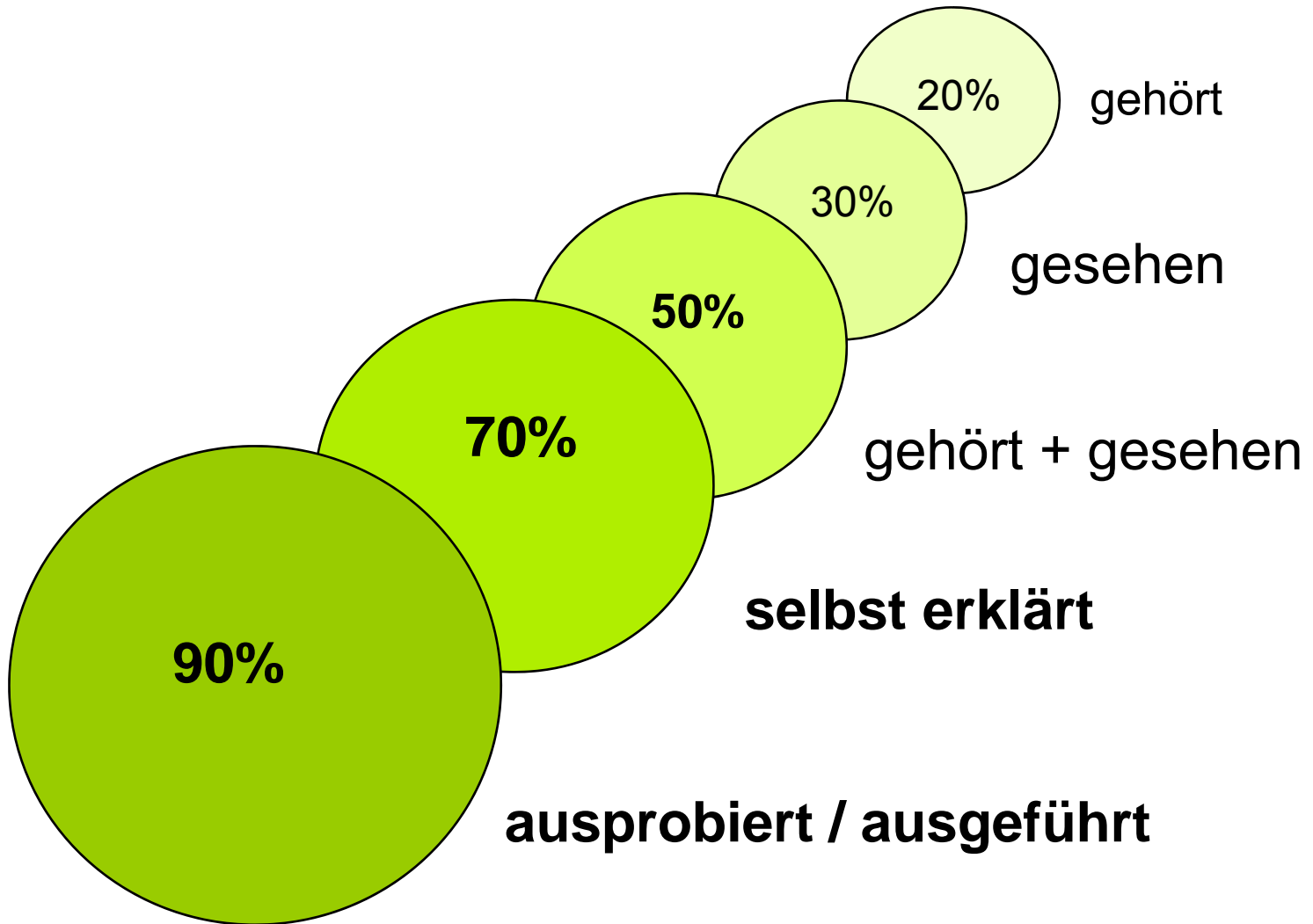
MOTIVATION

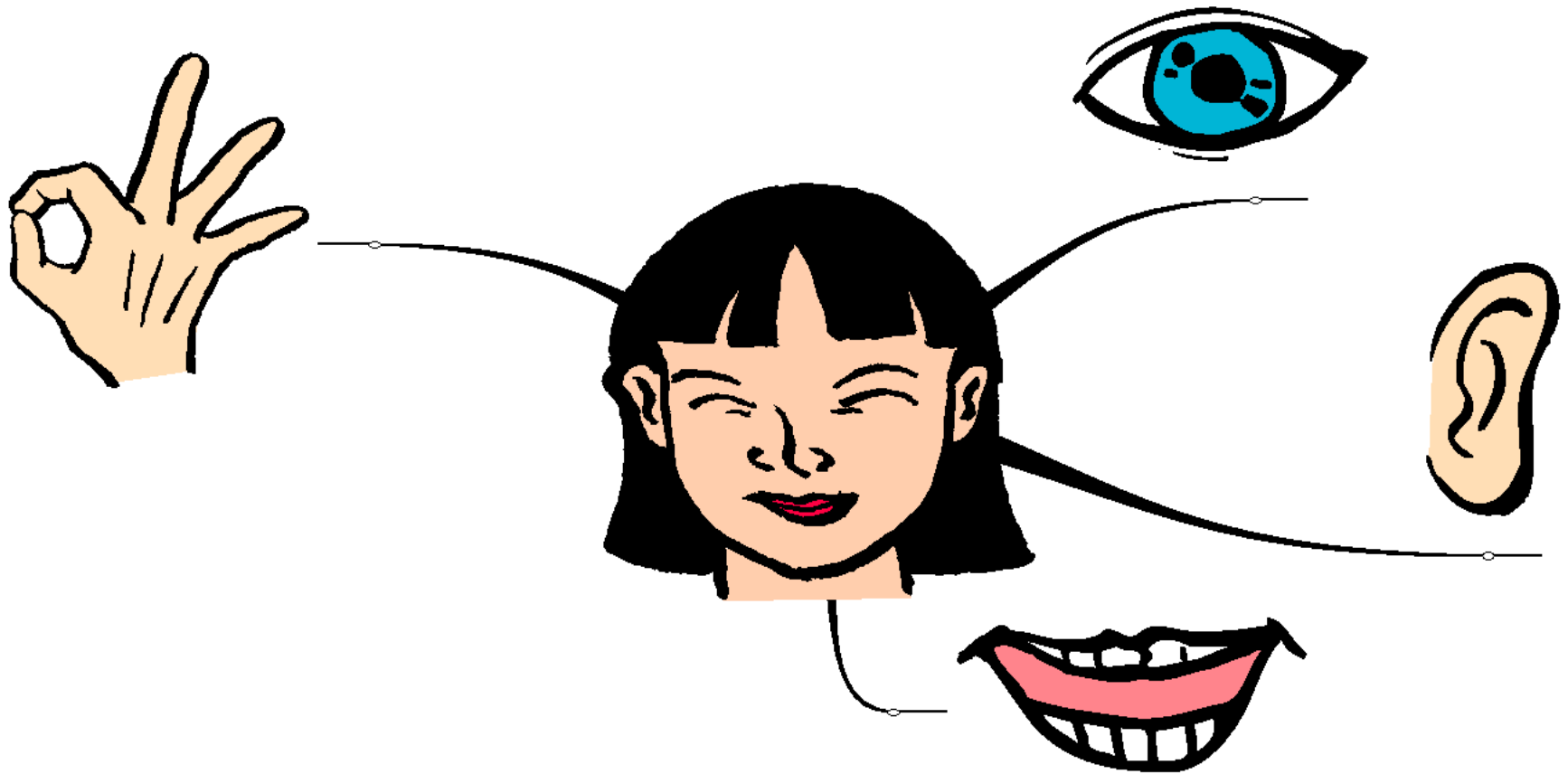
NEUGIERDE

# Vergessen

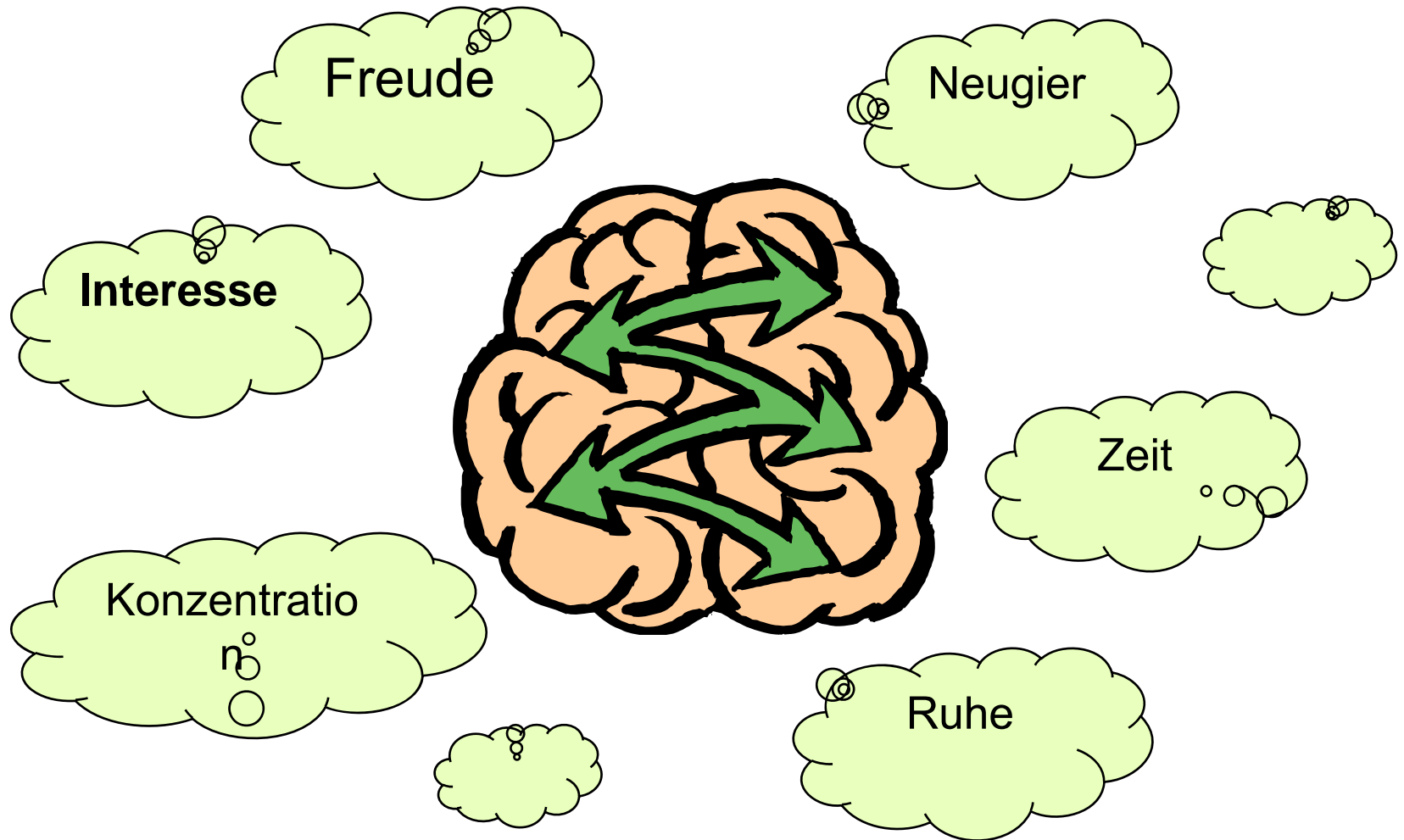


Ich behalte ...

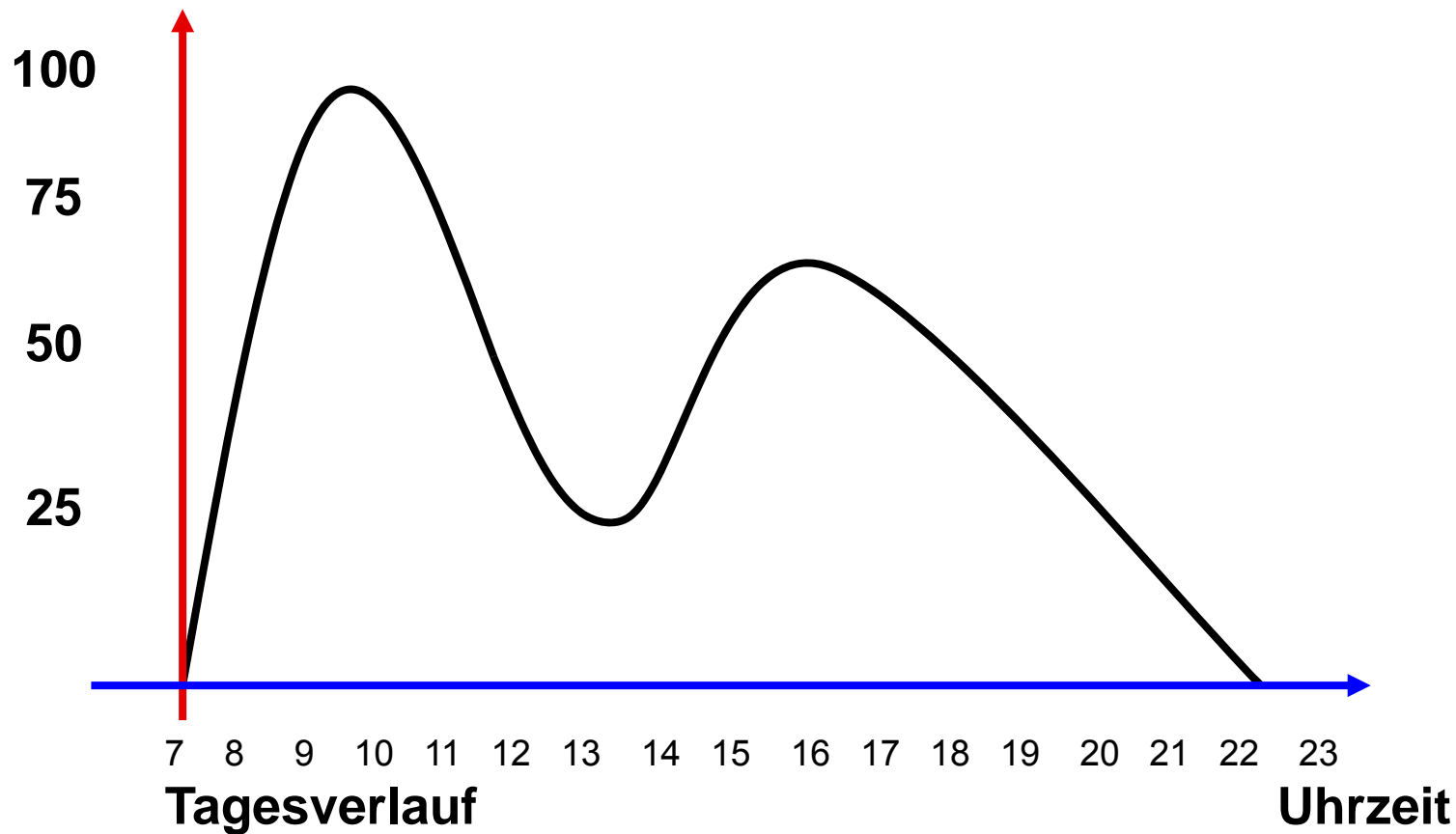




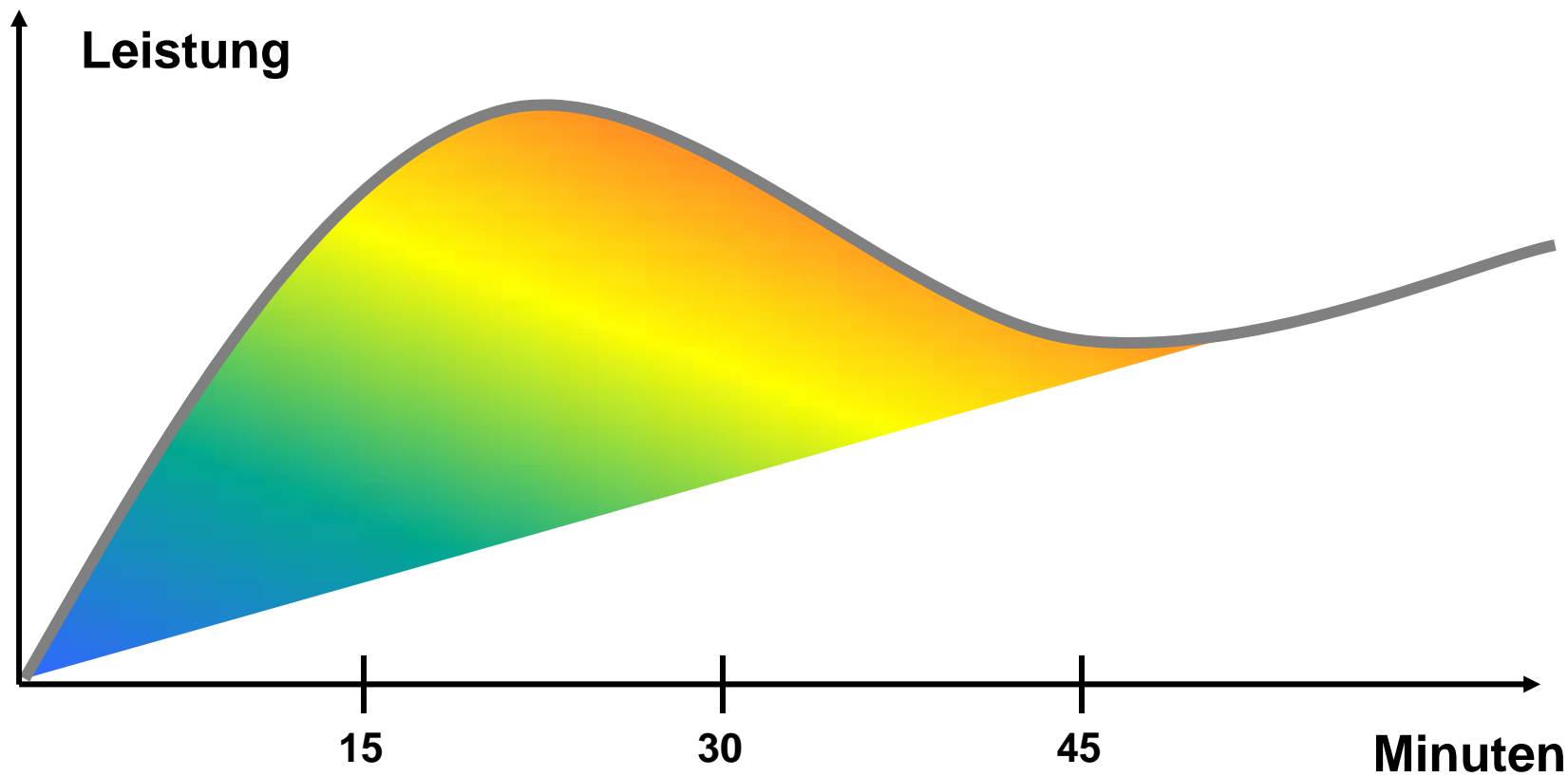
# Gedächtnisleistung



# durchschnittliche Leistungsbereitschaft in %

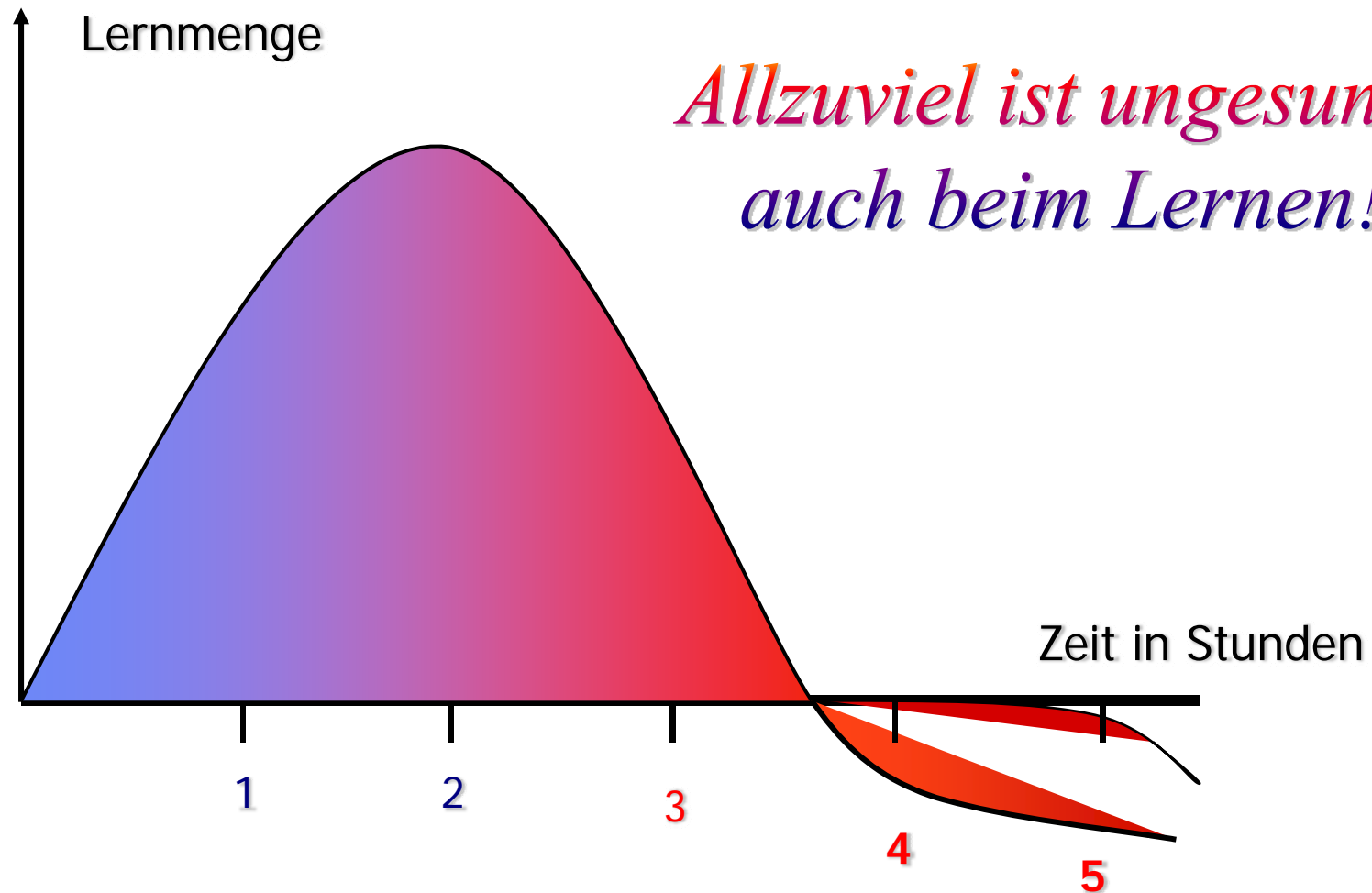


# Lernreihenfolge



Aufwärmphase: mit leichter / angenehmer Aufgabe beginnen!

# Zeiteinteilung



# Abwechslung

---

zwischen

- sprachlichen und technischen Fächern
- leichten und schwierigen Aufgaben
  
- *Fremdsprachen nie hintereinander lernen!*
  - *Regelmäßige **Kurzpausen** einlegen!*

- Was würde ich gerne können bzw. lernen?





Information

*Bild  
Platz  
„Leim“*  
kurze Wdh.  
nach  
20 Minuten

10–20 Sekunden  
im  
*Ultrakurzzeitgedächtnis*



*Kurzzeitgedächtnis  
hält ~24 h*



Langzeitgedächtnis

# Freude an Leistung

