
Rahmenbedingungen

Wann und wo?

Der Workshop findet in der Schule nach Unterrichtsschluss im April und Mai 2013 statt. Die einzelnen Termine werden mit deiner Schule vereinbart und dort bekannt gegeben.

Teilnahmevoraussetzungen

Der Workshop richtet sich an Schülerinnen und Schüler der 8., 9. und 10. Klasse des Gymnasiums.

Zum Bearbeiten der Onlinemodule und der Lerntagebücher brauchst du täglich die Möglichkeit, das Internet zu benutzen – am besten von zuhause aus.

Belohnung

für die Teilnahme

Als Dank für deine vollständige Teilnahme am Workshop und den Befragungen erhältst du einen Amazon-Gutschein im Wert von 20€.

für das Lerntagebuch

Mit der Bearbeitung des Lerntagebuchs kannst du deinen Gutscheinwert auf bis zu 50 € erhöhen.

Hier gilt: Je regelmäßiger und sorgfältiger du das Tagebuch ausfüllst, desto höher die Belohnung.

Wie kann ich teilnehmen?

Frage deine Lehrerin/deinen Lehrer nach der Teilnehmerliste und melde dich verbindlich an. Bringe zur Auftaktveranstaltung die unterschriebene Einverständniserklärung der Eltern mit.

Kontakt



Dipl.-Psych. Anne-Kathrin Scheibe
scheibe@psychologie.tu-darmstadt.de
Telefon: 06151 16-5215



cand. psych. Heike Spieske
H.Lyenne.Spieske@gmx.de

www.paedpsy.psychologie.tu-darmstadt.de/projekt_erle

Vertraulichkeit

Alle Informationen aus Befragungen, Lerntagebuch und Onlinemodulen werden selbstverständlich anonymisiert und vertraulich behandelt.

Schülerworkshop: Leichter und effektiver lernen

Workshop zum Selbstregulierten Lernen – fit für
Oberstufe und Abitur (mit Online-Übungen)



Projekt ERLE

www.paedpsy.psychologie.tu-darmstadt.de/projekt_erle

JACOBS
FOUNDATION

Worum geht es?

Du willst...

- ... fit sein für das selbstständige Lernen, das in Oberstufe, Abitur, Studium und Ausbildung vorausgesetzt wird?
- ... leichter, effektiver und selbstständiger lernen?
- ... deine Lernzeit besser nutzen und dadurch mehr Freizeit haben?
- ... dich motivieren können, wenn das Lernen mal keinen Spaß macht?
- ... dranbleiben bei langweiligen, schweren oder frustrierenden Aufgaben?
- ... nach einer schlechten Note besser mit Enttäuschung oder Prüfungsängstlichkeit umgehen können?

Wer sollte mitmachen?

Alle, die...

- ❖ ihr Lernen verbessern oder optimieren möchten.
- ❖ sich optimal auf die Anforderungen der Oberstufe, des Abiturs und den weiteren Weg vorbereiten wollen.
- ❖ schon heute besser und leichter in der Schule zurechtkommen möchten.
- ❖ Lust haben, neue Techniken auszuprobieren.

Was kann ich im Workshop lernen?

- Lernstrategien und -techniken
- Umgang mit störenden Gefühlen (z.B. Langeweile, Angst vor Misserfolg)
- Ziele setzen und erreichen
- Planung und Zeitmanagement
- Konzentration, Umgang mit Ablenkern
- sich motivieren
- Umgang mit Fehlern oder Misserfolg
- verschiedene Anwendungsbereiche wie Hausaufgaben, Unterricht, Prüfungsvorbereitung
- Tipps zur Umsetzung im Alltag

Was wird im Workshop gemacht?

- Gemischter Online- und Präsenzworkshop (je 3 Einheiten plus Auftakt- und Abschlussveranstaltung)
- freie Zeiteinteilung bei den Onlinemodulen
- Wechsel aus Informationen, Übungen und Austausch
- Lernen anhand von eigenen Beispielen
- Erfahrungen austauschen und Fragen einbringen
- persönliches Feedback
- Lerntagebuch zur Unterstützung des Workshop-Nutzens (tägl. 10 min)
→ das Tagebuch ist nicht verpflichtend, wird aber empfohlen

Ablauf

