

Inhaltsübersicht*

Vorwort zur Reihe «Materialien für den herkunftssprachlichen Unterricht»	5
<hr/>	
Einleitung	
1. Ziele und Aufbau dieses Hefts	7
2. Zur Bedeutung von Lernstrategien und -techniken	7
3. Die Rolle des HSU bei der Vermittlung von Lernstrategien	8
4. Zum 10-Schritte-Trainingsprogramm in Teil II	10
Literaturhinweise	11
<hr/>	
I Teil I: Lernstrategien und -techniken für verschiedene Teilbereiche	13
1. Techniken und Strategien zum Üben allgemein (M 1–4)	14
M1 Üben und trainieren – Gründe und ein paar heiße Tipps	
M2 Inhalte verstehen und wiedergeben können	
M3 Selber Trainingshilfen herstellen	
M4 Die Lernkartei: Eine nützliche Hilfe für Lernprofis	
2. Techniken und Strategien zum Umgang mit Hilfsmitteln (Wörterbücher, Lexika, Bücher, Internet) (M 5–7)	21
M5 Rasch etwas im Wörterbuch oder Lexikon finden	
M6 Sich in Büchern zurechtfinden	
M7 Sich im Internet und anderswo Informationen beschaffen	
3. Techniken und Strategien zum Lesen (M 8–10)	27
M8 Einen Text genau verstehen mit der 5-Schritte-Technik	
M9 In Texten das Wichtige markieren; Notizen machen	
M10 Gute Zusammenfassungen schreiben	

* Hinweis: Die Blätter mit den Materialien für die Schüler/innen und die Blätter des 10-Schritte-Programms tragen keine Seitenzahlen. Da sie einzeln abgegeben werden, würden Seitenzahlen für die Schüler/innen keinen Sinn machen. Die Materialienblätter sind mit M1–M15 resp. S1–S10b gekennzeichnet.

4. Techniken und Strategien zum Schreiben (M 11–13) 34

M11 Ideen finden, Texte planen mit Cluster, Mind-Map und Zettelchen

M12 Einen Text planen, verfassen, überarbeiten – Schritt für Schritt

M13 Mit Schreibproblemen umgehen

5. Techniken und Strategien zum Vorbereiten von Vorträgen und Prüfungen (M 14–15) 41

M14 Einen Vortrag vorbereiten und halten

M15 Sich auf eine Prüfung vorbereiten: Tipps und Techniken

II Teil II: Das 10-Schritte-Trainingsprogramm für erfolgreiches Lernen 47

S1 Schritt 1: Genügend Schlaf und Bewegung

S2 Schritt 2: Gesundes Essen, reichhaltiges Frühstück

S3 Schritt 3: Dein Arbeitsplatz zu Hause

S4 Schritt 4: Ruhe am Arbeitsplatz

S5 Schritt 5: Feste Arbeitszeiten

S6 Schritt 6: Die Arbeit planen:
a) Eine Planung machen

S7 Schritt 7: Die Arbeit planen:
b) Ziele und Teilziele setzen

S8 Schritt 8: Mit der Arbeit beginnen

S9 Schritt 9: Konzentriert arbeiten, Pausen machen

S10 Schritt 10: Und wenn du mal absolut keine Lust hast ...
