

Lernen in den Ferien

Ob es darum geht, den Nachzopf zu bestehen, oder darum, in den Problemfächern im nächsten Schuljahr nicht wieder mit denselben Schwierigkeiten „an den Start“ zu gehen: Mit einigen Tricks und Kniffen fällt es leichter, die Ferien effektiv zu nutzen und die schulfreie Zeit - trotz Lernen - auch zu genießen.

11 Tipps zum Lernen auf die Wiederholungsprüfung und die Problemfächer im nächsten Schuljahr

Viele Eltern kennen das Problem: Das Schuljahr ist vorbei, aber die unangenehmen Erinnerungen an die Zeugnisnoten sitzen noch allzu deutlich im Nacken. Während für einen Teil der Schüler der Nachzopf ansteht, wissen andere ganz genau, dass sie, wenn sie nicht zumindest ein oder zwei Ferienwochen mit Lernen für ihre wichtigsten Problemfächer verbringen, beim Start ins nächste Schuljahr schnell unangenehme Überraschungen erleben werden.

Doch wenn die Ferien erst einmal begonnen haben, fällt es vielen Schülern schwer, die notwendige Disziplin aufzubringen, um tatsächlich das zu tun, was in ihrer Situation sinnvoll und notwendig ist. Der häufigste Grund, warum das Lernen in den Ferien immer wieder im Misserfolg endet, ist letztlich nicht, dass der Stoff nicht zu schaffen gewesen wäre, sondern vielmehr, dass die Schüler das, was sie sich vorgenommen haben, einfach nicht tun oder mit auftretenden Schwierigkeiten nicht auf sinnvolle Weise umgehen.

Aber wie so oft im Leben gibt es auch beim Lernen in den Ferien einiges, was berücksichtigt werden sollte, wenn man seine Chancen auf positive Noten deutlich erhöhen will.

Tipps Nr. 1: Erlauben Sie auf keinen Fall, das Ihr Kind aus der Nachprüfung ein Glücksspiel macht. Während Schüler, die sich auf eigene Faust vorbereiten, häufig 5 bis 6 Wochen benötigen, um den Stoff eines kompletten Schuljahres aufzuarbeiten, empfehlen professionelle Nachhilfeanbieter i.d.R. mindestens 3 bis 4 Wochen Intensivkurse, damit der Stoff sicher beherrscht wird. Es ist wichtig, dass schon am Anfang der Ferien klar ist, in welchen Wochen die eigentliche Prüfungsvorbereitung stattfinden soll und welche Wochen dem Schüler zur Entspannung bleiben.

Tipps Nr. 2: Die Lernmaterialien müssen bereits vor Beginn der eigentlichen Lernphase komplett zusammengestellt werden. Sowohl die eigenen Schulsachen als auch kopierte Hefte und Schularbeiten von Klassenkameraden, aber auch zusätzliche Arbeitsblätter und

Übungsmaterialien sind wichtig für die optimale Vorbereitung.

Tipps Nr. 3: Unbedingt im Juli zunächst eine Entspannungsphase einlegen und die Ferien genießen. Im August, sobald der Abstand zum letzten Schuljahr ausreichend groß ist, ist es dann an der Zeit, mit dem Lernen zu beginnen. Auch für Schüler, die sich ihr Problem selbst eingebracht haben, ist es wichtig, zunächst einmal den Kopf freizubekommen.

Tipps Nr. 4: Zu Beginn der Lernphase einen Lernplan für den gesamten Stoff erstellen und sich konsequent daran halten. Dabei ist es wichtig, zeitliche Puffer einzubauen. Nur wer rechtzeitig einige Tage vor der Prüfung fertig ist, hat noch genügend Gelegenheit, Unvorhergesehenes zu berücksichtigen und letzte Unklarheiten zu beseitigen.

Tipps Nr. 5: Täglich immer zu denselben Zeiten lernen und Ablenkungen dabei unbedingt vermeiden. Fernseher, Internet und Handy gehören beim Lernen ausgeschaltet. Gerade wer alleine lernt, braucht viel Disziplin, um sich täglich 4 bis 6 Stunden und manchmal auch länger auf das zu konzentrieren, was schon im vergangenen Schuljahr genervt hat. Da ist es natürlich wichtig, immer schon im Vorhinein zu wissen, zu welchen Zeiten man lernen muss und wann man frei hat.

Tipps Nr. 6: Wer die Möglichkeit hat, sollte einen Teil der Lernzeit zusammen mit Gleichaltrigen lernen. Das erhöht die Motivation und



gibt Gelegenheit, zu sehen, dass man nicht der einzige ist, der sich in den Ferien in Selbstdisziplin üben muss. Aber natürlich macht das Lernen in der Gruppe nur Sinn, wenn alle am selben Strang ziehen und sich die „Privatgespräche“ auf die Pausen beschränken.

Tipps Nr. 7: Unbedingt regelmäßig Pausen machen. Wissenschaftliche Studien zeigen, dass das Gehirn nach jeder Lernphase von 30 bis 50 Minuten etwa fünf bis zehn Minuten Pause benötigt, um das Gelernte zu verarbeiten. Wichtig ist dabei, in den Pausen wirklich

Die (oft) bessere Alternative: Sommerferien-Intensivkurse

Auch in den Sommerferien müssen viele Schüler für die Schule büffeln, einerseits, um im kommenden Schuljahr in den Problemfächern nicht wieder mit denselben Schwierigkeiten konfrontiert zu sein, aber natürlich auch, wenn es darum geht, eine oder mehrere Nachprüfungen zu bestehen.

Aber natürlich will sich keiner die schönste Zeit des Jahres ruinieren lassen. Trotz guter Vorsätze verbringen die meisten Schüler ihre Ferien hauptsächlich am Badesee und vor dem Fernseher und letztlich scheitern viele bei dem Versuch, die notwendige Lerndisziplin aufzubringen und den Arbeitsaufwand richtig zu organisieren...



Bei genauer Betrachtung liegt die Lösung für dieses Problem auf der Hand: Wer in den Ferien einen Intensivkurs besucht, lernt deutlich effektiver und damit erheblich mehr Stoff in kürzerer Zeit. Unter der Anleitung erfahrener Lehrkräfte können die Defizite jedes einzelnen Schülers analysiert und Verständnisprobleme gelöst werden. Die Schüler lernen, ihren Arbeitsaufwand zu planen und das erforderliche Lernpensum zu bewältigen.

Intensivkurse Sommer 2009

Wer seine Chance verstreichen lässt, wird sich nicht verbessern, doch wer sein Lernprogramm richtig einteilt, dem wird immer noch genügend Zeit bleiben, die Ferien, trotz lernen, auch zu genießen.

Unsere Intensivkurse im Ogmios-Institut bieten



abzuschalten und nicht mehr an den Stoff zu denken, damit die Informationen vom Unterbewusstsein aufgenommen werden. Wer stundenlang ununterbrochen am Stück lernt, um „die Sache hinter sich zu bringen“ lernt weniger effektiv und verschenkt, trotz scheinbarem Eifer, daher letztlich wertvolle Zeit.

Tipp Nr. 8: Unbedingt sicherstellen, dass der gesamte Stoff verstanden wird. Es ist besser, sich den Stoff von jemandem erklären zu lassen, der ihn wirklich versteht, als bis zuletzt zu hoffen, dass die „Eingebung“ doch noch von alleine kommt. Es lohnt sich dabei, bei der Auswahl der „Lernhelfer“ kritisch zu sein. Dass jemand den Stoff selbst beherrscht, bedeutet nicht, dass er automatisch auch in der Lage ist, sein Wissen auf eine für andere verständliche Weise zu vermitteln. Im Zweifelsfall sollte man sich den Stoff lieber von mehreren Personen erklären lassen, statt unnötige Risiken einzugehen.

Tipp Nr. 9: Wer schon vorher, aufgrund eigener Erfahrungen im vergangenen Schuljahr, weiß, dass er nicht genügend Selbstdisziplin hat, die Sache alleine konsequent durchzuziehen, sollte sich frühzeitig um eine Nachhilfelogung bemühen. Viele Eltern bekommen gar nicht wirklich mit, ob ihr Kind die Zeit, die es



in seinem Zimmer verbringt, wirklich lernt, oder sich doch nur ständig von den üblichen Ablenkungen aus dem Konzept bringen lässt. Im Nachhinein, wenn klar wird, dass das

„alleine Lernen“ eben doch nicht funktioniert hat, ist es häufig zu spät. Wirklich gute private Nachhilfelehrer planen in vielen Fällen langfristig und sind in den Sommerferien oft schnell ausgebucht. Nachhilfeinstitute sind hier aufgrund ihrer größeren Auswahl an Lehrern und ihrer räumlichen Kapazitäten meist flexibler. Doch auch hier treten bei manchen Anbietern in einigen Fächern immer wieder Engpässe auf, zumal sich in den letzten Jahren auch der Trend verstärkt hat, in den Ferien mit einer oder zwei Wochen Nachhilfe in den Problemfächern den Start ins nächste Schuljahr zu erleichtern. So mancher Schüler hat hierdurch schon erreicht, dass diese Problemfächer im nächsten Schuljahr keine Problemfächer mehr waren. Wenn Sie sich für ein Institut entscheiden, machen Sie sich unbedingt ein Bild von den Räumen, in denen unterrichtet

wird und lassen Sie sich ausführlich beraten. Das Beratungsgespräch sagt viel über die Qualität des Anbieters aus.

Tipp Nr. 10: Das gelernte Wissen ist nur dann etwas wert, wenn es in der Prüfungssituation auch tatsächlich abgerufen werden kann. Die veraltete Sichtweise, dass Nervosität bei Prüfungen eben dazu gehört, ist wissenschaftlich längst widerlegt. Mit Schüler-Coaching kann meist zuverlässig verhindert werden, dass am Ende nur wegen Stress und „Prüfungsblack-

outs“ die positive Note knapp verfehlt wird und das Schuljahr unnötigerweise wiederholt werden muss.

den Vorteil, dass hier an fünf Tagen in der Woche 2¼ Stunden täglich in entspannter Atmosphäre intensiv in der Kleingruppe gelernt und gearbeitet wird (bzw. 90 Minuten im Einzel- oder Duo-Unterricht). Auf diese Weise kann in kurzer Zeit sehr viel Stoff durchgenommen und eingeübt werden.



Wir bieten unseren Kunden:

- » Intensivkurswochen vom 03. Aug. bis 11. Sept. 2009, flexibel buchbar 1 bis 6 Wochen in jedem Schulfach
- » Alle Schulfächer & alle Schularten
- » Engagierte und qualifizierte Lehrkräfte, denen das Unterrichten Spaß macht und die gut erklären können
- » Fachhomogener Unterricht in der Minigruppe, Einzel- oder Duo-Unterricht
- » Optimales Lernklima ohne die Ablenkungen, denen die Schüler zu Hause ausgesetzt sind und ohne die nervige „Klassenzimmeratmosphäre“
- » Für jeden Unterricht steht ein eigener Raum zur Verfügung, in dem konzentriertes Lernen und Arbeiten leicht fällt
- » Unverbindliche Beratung zu allen Nachhilfefragen: Wir führen mit jedem Kunden vor der Anmeldung ein ausführliches



Tipp Nr. 11: Keine Panik. Grundsätzlich kann jeder die Wiederholungsprüfung bestehen und auch wenn es nur darum geht, in den Ferien ein oder zwei Wochen lang für die Problemfächer im nächsten Schuljahr zu büffeln, ist gute Planung oft schon die halbe Miete. Wer konsequent das tut, was notwendig ist, kann seine Ziele auch erreichen. ▲

Gespräch, um genau zu ermitteln, wie wir dem jeweiligen Schüler am besten helfen und was wir für den konkreten Einzelfall anbieten können.

- » Feedback für die Eltern: Unsere Lehrer führen über die Fortschritte ihrer Schüler Buch, so dass wir für Auskünfte jederzeit zur Verfügung stehen.

Schüler-Coaching

Schulpädagogen wissen seit langem, dass schlechte Noten in vielen Fällen nicht lediglich auf fehlendes Wissen und Verständnis zurückgeführt werden können, denn in der Regel spielen auch andere Faktoren wie Stress, Nervosität, fehlende Motivation, Frust in der Schule, aber auch Lernblockaden und Prüfungssängste eine wesentliche Rolle.

Aus diesem Grund bieten wir im Ogmios-Institut ein in Vorarlberg einmaliges Schüler-Coaching an. Bei dieser speziellen Form des Coachings handelt es sich um keine Entspannungsübungen und um keinen therapeutischen Ansatz, sondern um ein effektives pädagogisches Kompetenztraining, an dem mittlerweile bereits mehrere hundert Schüler teilgenommen haben. Im Rahmen des Coachings wurden unter anderem bereits folgende Themen erfolgreich bearbeitet:

- » Nervosität, Prüfungsangst und „Prüfungs-Blackouts“
- » Konzentrationsschwierigkeiten und Lernblockaden
- » Probleme mit Lehrern und Mitschülern
- » Hemmungen und Unsicherheit
- » Lernstress, Leistungsdruck und Motivationslosigkeit
- » Schulfrust, Abneigungen gegen bestimmte Fächer u.a.m.

Das Coaching ist im Ogmios-Institut ein eigenständiges Angebot, das unabhängig von der Nachhilfe gebucht werden kann. Es wird häufig auch zusammen mit einem Intensivkurs in Anspruch genommen, weil es die Aufnahmefähigkeit steigert und die Effektivität des Unterrichts zusätzlich erhöht. Und natürlich hat ein Schüler, der von Widerständen und Blockaden befreit ist, einen deutlich kürzeren Weg hin zu positiven Noten. ▲

Ogmios-Institut - Kompetenz im Lernen

Inh. Angela Moser

Filiale Dornbirn

Filialeitung: Angela Moser
Marktstr. 14a, 6850 Dornbirn
05572/372244 oder 0664/5331371

Filiale Bregenz

Filialeitung: Andreas Pap
Römerstr. 13, 6900 Bregenz
05574/42266 oder 0664/4472626

www.Kompetenz-im-Lernen.com