



Lernen in der Familie

mit Juliane Oldenburg und Felix Gringel

Themen



Lernumgebung

Wochenpläne und Energie

Motivation

Rolle der Eltern

Familienfreundliche Lerntipps

Fragerunde

Was braucht es für eine lernförderliche Umgebung?

Fester, ruhiger Lernplatz
ohne Ablenkungen

Gute Beleuchtung
(Tageslicht oder
Schreibtischlampe)

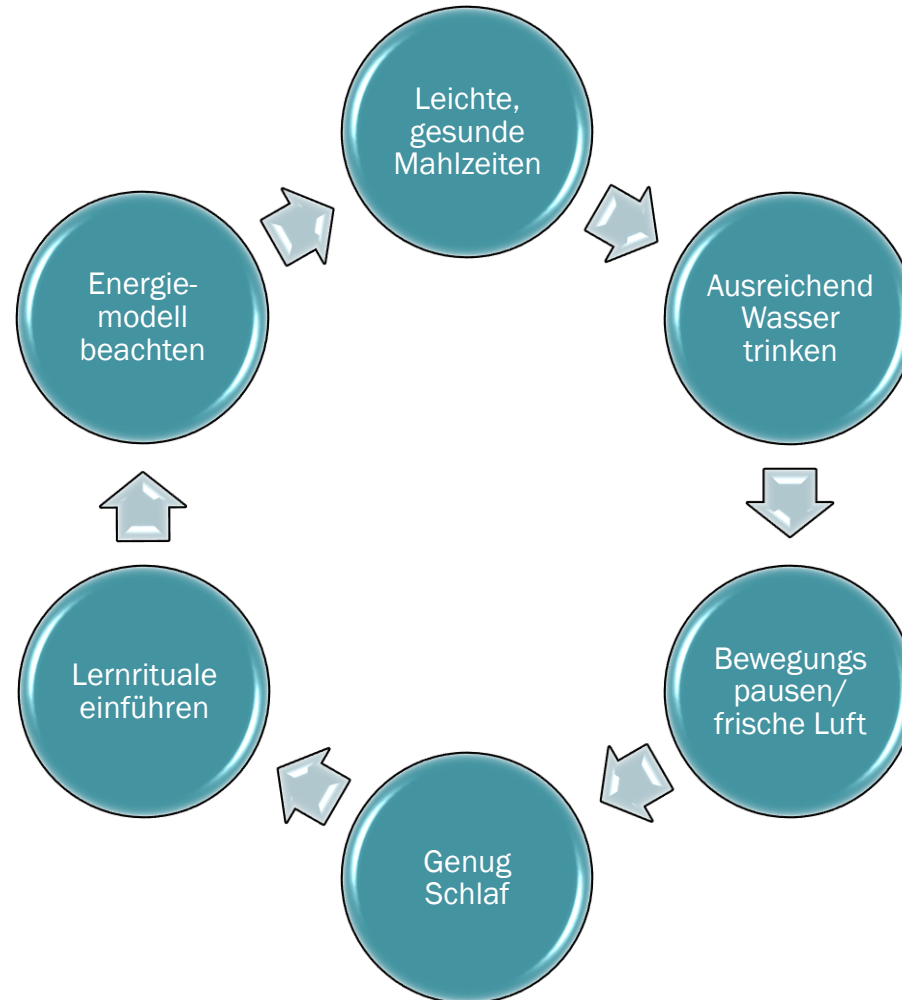
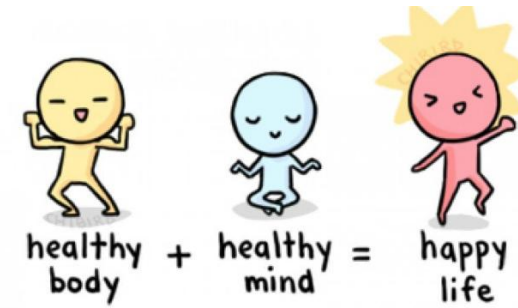
Aufgeräumter Schreibtisch
mit allen nötigen
Materialien

Bequemer, ergonomischer
Stuhl und Tisch

Handy/Tablet auf lautlos
oder außer Sichtweite



Körper und Wohlbefinden



WOCHENPLAN

VON: _____ BIS: _____

Lernwerk
die Reformnachhilfeschule

☐ MONTAG	UHRZEIT	☐ DIENSTAG	UHRZEIT	☐ MITTWOCH	UHRZEIT	☐ DONNERSTAG	UHRZEIT	☐ FREITAG	UHRZEIT	☐ SAMSTAG	UHRZEIT	☐ SONNTAG	UHRZEIT

Für diese Woche habe ich mir vorgenommen:

- a) _____ ☐
- b) _____ ☐
- c) _____ ☐
- d) _____ ☐
- e) _____ ☐
- f) _____ ☐

und dafür werde ich:

- a) _____ ☐
- b) _____ ☐
- c) _____ ☐
- d) _____ ☐
- e) _____ ☐
- f) _____ ☐

Die wichtigsten Aufgaben / Termine diese Woche:

- 1) _____ ☐
- 2) _____ ☐
- 3) _____ ☐
- 4) _____ ☐
- 5) _____ ☐
- 6) _____ ☐

 Klassenarbeit / Test

— ich bereite vor

 ich erstelle Karten

 ich lerne

neuer Wochenplan:

Download auf www.lernwerk.de/wochenplan

Lernwerk
die Reformnachhilfeschule

Beispiel für dich!

Probiere diesen Wochenplan ein paar mal, du wirst über deine Organisation staunen! 😊

WOCHENPLAN

VON: _____ BIS: _____

Lernwerk
die Reformnachhilfeschool

☐ MONTAG	UHRZEIT	☐ DIENSTAG	UHRZEIT	☐ MITTWOCH	UHRZEIT	☐ DONNERSTAG	UHRZEIT	☐ FREITAG	UHRZEIT	☐ SAMSTAG	UHRZEIT	☐ SONNTAG	UHRZEIT
 Ph Arbeitsbogen bearbeiten													
		Training 19:00		Lerngruppe bei Lena 18:00		Frau Schulze (Ch) Dr. Fahlbeck 17:30		E-Vok +		Themensuche Referat (Ch) Party Kai 20:00		Spiel 16:00	18:00
								Laura				Neuen Wochenplan erstellen 18:00	

Für diese Woche habe ich mir vorgenommen:

- a) für die Bioarbeit lernen ☒
- b) mich 3x pro Unterricht melden ☐
- c) mich mit Laura vertragen ☐
- d) immer Hausaufgaben machen ☐
- e) Englischvokabeln wiederholen ☐
- f) Geschenk für Kai besorgen ☐

und dafür werde ich:

- a) täglich! mind. 30 Minuten ☒
- b) Strichliste führen ☐
- c) Laura anrufen ☐
- d) täglich mind. 15 min hinsetzen für RA ☐
- e) Unit 12 und ☐
- f) Dienstag CD kaufen ☐

Die wichtigsten Aufgaben / Termine diese Woche:

- 1) Bioarbeit ☒
- 2) Frau Schulze wegen Referat ansprechen ☒
- 3) Kieferorthopäde Do 17:30 ☐
- 4) Lerngruppe Mi 18:00 bei Lena ☐
- 5) Party bei Kai Sa 20:00 ☐
- 6) Handballspiel So ☐

Klassenarbeit / Test
 ich bereite vor

ich erstelle Karten
 ich lerne

So wie du es bei uns gelernt hast

bitte laut

neuer Wochenplan:
 Download auf www.lernwerk.de/wochenplan

Lernwerk
die Reformnachhilfeschool

Gib unterschiedlichen Fächern verschiedene Farben

Das Energie-Modell nach Vera Birkenbihl

⚡ Energie - Modell ⚡ nach Vera Birkenbihl

A autonome Energie	B beziehungs-Energie	C hronos - Energie	D urchführungs-Energie	E ntdeckungs - Energie
Grundfunktionen des Körpers	Beziehungen, Bin ich ok?, Selbstwert	Zeit, Planung, Termine	Durchführung der täglichen Lebensdinge, Routinen	Entdecken, Entfaltung
• zu wenig ☹ Getränke • Schlafmangel • schlechte / falsche Ernährung • zu wenig Bewegung • Krankheit, Verletzung, Allergien • zu viel Bildschirm • schlecht sehen / hören • zu wenig frische Luft • Lärm • Drogen, Alkohol	• Einsamkeit • Streit, Stress • falsche Freunde • Kummer / Sorgen • Frosch sein • unter Druck stehen • Mobbing • Trauer • zu wenig Selbstvertrauen • zu wenig auf sich selbst achten	• schlechte Planung • Medien • Hektik • Aufschieberitis • Bildschirme (Zeiträuber) • lange Fahrtwege • zu viele Termine	kein von außen zu beeinflussender Energieverlust	kein von außen zu beeinflussender Energieverlust



ENERGIEVERLUST

Das Energie-Modell nach Vera Birkenbihl

⚡ Energie - Modell ⚡ nach Vera Birkenbihl

A autonome Energie	B beziehungs- Energie	C hronos - Energie	D urchführungs- Energie	E ntdeckungs- Energie
Grundfunktionen des Körpers	Beziehungen, Bin ich ok?, Selbstwert	Zeit, Planung, Termine	Durchführung der täglichen Lebensdinge, Routinen	Entdecken, Entfaltung
• zu wenig ☹ Getränke • Schlafmangel • schlechte /falsche Ernährung • zu wenig Bewegung • Krankheit, Verletzung, Allergien • zu viel Bildschirm • schlecht sehen/hören • zu wenig frische Luft • Lärm • Drogen, Alkohol	• Einsamkeit • Streit, Stress • falsche Freunde • Kummer /Sorgen • Frosch sein • unter Druck stehen • Mobbing • Trauer • zu wenig Selbstvertrauen • zu wenig auf sich selbst achten	• schlechte Planung • Medien • Hektik • Aufschieberitis • Bildschirme (Zeiträuber) • lange Fahrwege • zu viele Termine	kein von außen zu beeinflussender Energieverlust	kein von außen zu beeinflussender Energieverlust



Doch was bedeutet das genau?

Zum Beispiel:

A	B	C	D	E
20%	45%	15%	15%	5%

Wann sind wir motiviert?

1. Muss ich überhaupt (heute) etwas tun?
2. Fühle ich mich in der Lage / fähig, das zu tun?
3. Ist mir diese Tätigkeit oder deren Resultat wichtig?



3x ja = Motivation

Die Rolle der Eltern



- Helfen Sie nicht ungefragt
- Seien Sie nicht Anwalt der Schule
- Wagen Sie einen Perspektivwechsel
- Pflegen Sie eine stärkende Lobkultur
- Überprüfen Sie Ihre fachlichen Fähigkeiten
- Die Mannschaft wartet ungeduldig auf den Abpfiff
- Sitzen Sie nicht stundenlang mit dem Kind
- Setzen Sie gute Lerntechniken ein
- Seien Sie Vorbild
- Nutzen Sie die Bettkante



Wissenschaftlich fundierte Lerntechniken

- Retrieval Practice (Abrufübungen)
- Spacing (Verteiltes Lernen statt Pauken)
- Interleaving (Verschachteltes Lernen)
- Dual Coding (Verknüpfung von Bild & Text)

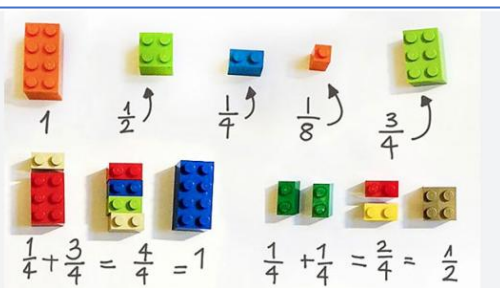
Dear Diary,
It's the school play tomorrow! I'm really nervous
but also a little bit excited.
Everyone's coming: mum, dad, Josie, Danni ... Help!!!

L A N D E
B A U E N
S T R O M
S T E I N
S T E R N



20	8	4	19
1	17	7	13
3	11	16	9
14	0	12	15

20	1	8	18
7	14	2	20
9	17	12	5
10	6	11	15



Stadt-Land-Fluss einmal anders:
Wortarten Stadt - Land - Fluss

16. Zeit zu zwei oder zu dritt. Für jedes richtig geschriebene Wort gibt es 5 Punkte. Für ein Wort, das kein anderes hat, gibt es 10 Punkte. Kontrolliert die Wörter mit dem Wörterbuch.

Name: _____ Datum: _____

Run- de	Buch- stabe	Nomen Namenwort	abstraktes Nomen	Adjektiv Wiewort	Verb Tuwort	Pun- kte
1						
2						
3						
4						



M _ T H E _ _ I L K



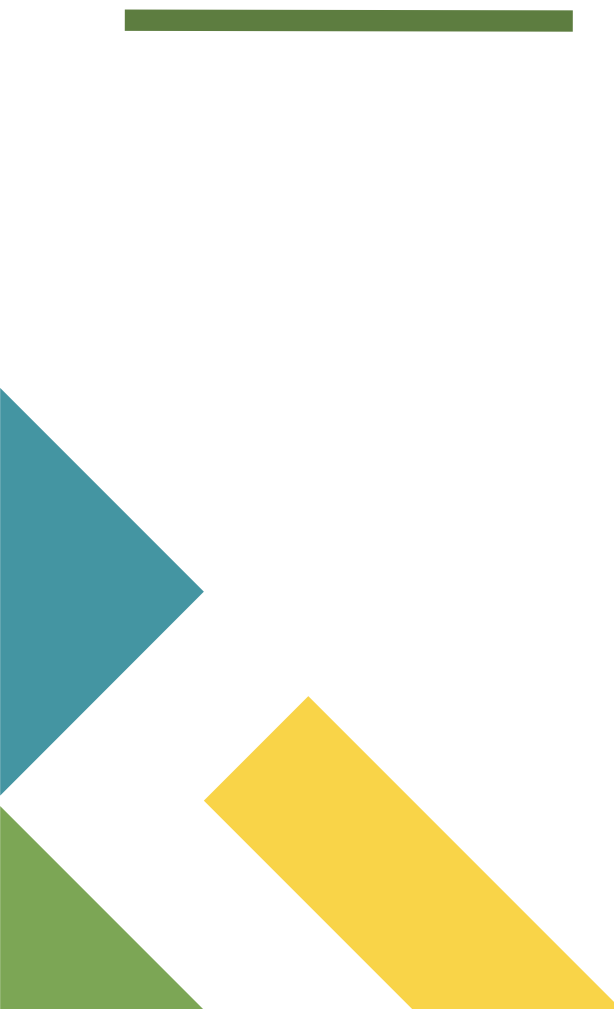
Eine Farbe auf Englisch

O R A N G E
M A R O O N
Y E L L O W



However, I've been led to believe you speak English quite well.

Podcasts zum Englischlernen:



- Podcasts zum Englischlernen:
- 6-Minute English from the BBC
- All Ears English
- Espresso English
- Overheard at National Geographic
- Comedy Bang Bang
- Global News by the BBC
- English Learning for Curious Minds by Leonardo English

YouTube-Kanäle zum Englischlernen:



- The DailyShow (Äquivalent zur deutschen HeuteShow)
- DW Documentary (aktuelle Nachrichten/Themen)
- Learn English with TV Series
- The History Channel (Geschichte)
- The Coaches Voice (Fußball)
- mmmEnglish (with Emma)
- English with Katharine (British English & culture)



Danke!

- 
- Lesemuffel (Ins Bett oder noch 10min lesen, Zeitschriften statt Bücher)
 - Diktatwörter mit Galgenmännchen
 - Vokalen und Diktatwörter mit Wordl
 - Stadt-Land-Fluss mit Vokabeln, Wortarten
 - Einheiten umrechnen für Mathe: Familienmitglieder ausmessen in mm, cm, dm, m)
 - Prozentrechnung im Sale/Supermarkt
 - Volumenberechnung mit Gegenständen
 - Lernspiel basteln (noch eins aus ST suchen)
 - Serien in Fremdsprache + entsprechende Untertitel, Podcasts
 - Tagebuch in Englisch schreiben
 - Bruchrechnen mit Lego-Steinen
 - Nebeneinander lernen; Familienlernbüro
 - Wenn das laut lesen üben quält: Quatschvorlesen, z.B. mit verstellter Stimme als Mafiaboss oder als gaaaanz alter Mann oder mit etwas zwischen den Zähnen
 - Für die ganz Kleinen: Bingo zum Wiedererkennen der Zahlen bis 100 spielen
 - Es gibt Escape Rooms in Berlin, die man auf Englisch spielen kann
 - Dominos und Memorys basteln – lohnt sich vor allem für längere Projekte wie 1x1