

Einen Lernplan erstellen

von Kristina Zierhut (14.09.2014)

Gerade hat das Schuljahr angefangen und die Prüfungen am Jahresende sind noch gefühlt „so weit weg“. Wer denkt da schon daran, einen Lernplan aufzustellen. Den meisten Schülerinnen und Schülern fällt so etwas erst ein, wenn es schon zu spät ist.

Dabei ist es sehr einfach sich einen Plan für das restliche Schuljahr aufzustellen, um so in aller Ruhe nochmal alles wiederholen zu können. Vor allem in der Abprüfung werden in Geographie, Biologie oder BWL sehr viele und umfangreiche Themen abgefragt. Erst im Januar mit Lernen anzufangen ist definitiv zu spät.

Wie stellt man nun so einen Lernplan auf?

Schritt 1: Du schaust, wie viel Zeit du zum lernen hast. Z.B. Abprüfung Biologie ist im März. Du willst jetzt anfangen zu lernen. Also hast du noch gute 6 Monate.

Schritt 2: Du schaust, was du lernen musst (die großen Themen). Dazu kannst du den Lehrplan heranziehen oder das Inhaltsverzeichnis deines Schulbuchs. Nehmen wir mal an, du musst in Bio folgendes lernen: Genetik, Zellbiologie, Neurobiologie und Evolution.

→ Dann hast du für jedes der vier Themen ca. 6 Monate / 4 Themen = 1,5 Monate Zeit. Das sind ungefähr 6 Wochen.

Schritt 3: Du nimmst dir das erste Thema und schaust, welche Unterpunkte dazu gehören. Das findest du wiederum im Inhaltsverzeichnis deines Buchs oder du schreibst dir die Überschriften aus deinem Schulheft raus.

Nehmen wir an, du findest heraus, dass zu Genetik die Unterthemen Molekulargenetik, Humangenetik und Gentechnik gehören. Im Inhaltsverzeichnis siehst du schon, dass bei Molekulargenetik viel mehr Unterkapitel und Seiten sind als bei den anderen beiden Themen. Dann teilst du so ein:

1. bis 3. Woche: Molekulargenetik
4. Woche: Humangenetik
5. Woche: Gentechnik
6. Woche: Puffer

Schritt 4: Dann brichst du die Unterthemen auf einzelne Lernportionen runter. Auch dazu nimmst du wieder dein Buch/Heft zu Hilfe. Diesmal schaust du nach den genauen Seitenzahlen.

Beispiel: Molekulargenetik hat 36 Seiten im Buch. Dafür sind 3 Wochen vorgesehen. → Du musst also jede Woche ungefähr 12 Seiten wiederholen.

Schritt 5: Jetzt nimmst du die Themen, die auf den ersten 12 Seiten stehen und packst sie in deinen Wochenplan. Dazu musst du berücksichtigen, wie dein Stundenplan aussieht und welche Freizeitaktivitäten du machst. Wenn du dienstags bis 5 Uhr Schule hast und danach noch Fußballtraining, dann brauchst du an diesem Tag nicht noch Lernen eintragen.

In unserem Beispiel sieht das dann so aus:

1. Woche - Montag: Experiment von Avery & Griffith / Replikation der DNA

1. Woche - Dienstag: ----
(da ist ja Fußballtraining)

1. Woche - Mittwoch: Vom Gen zum Merkmal - Translation und Transkription

usw.

1. Woche - Sonntag: Pufferzeit

Pufferzeit solltest du immer einplanen, denn es werden viele unerwartete Ereignisse eintreten. Du wirst auf eine Geburtstagsfeier eingeladen und kannst nicht am geplanten Tag lernen. Oder ihr schreibt in einer Woche drei Klassenarbeiten und noch einen Vokabeltest. Dann wird es auch nichts mit Wiederholen.

„Wofür soll ich dann überhaupt einen Plan machen?“, könntest du jetzt fragen. Ein Lernplan hilft dir in vielerlei Hinsicht.

Kennst du die Situation, dass du ja eigentlich lernen möchtest, dich an deinen Schreibtisch setzt und dann doch irgendwie bei deinem Lieblings-computerspiel oder auf Facebook landest?

Das liegt nicht an mangelnder Motivation. Dir ist ja schon klar, dass du lernen willst. Das Problem ist die fehlende „Fiat-Tendenz“. Das ist der Antrieb, der uns den ersten Schritt machen lässt, der uns dazu bringt, überhaupt anzufangen. Und genau da hilft dir dein Lernplan, weil er dir genau sagt, welche Seite im Buch du lesen sollst oder welche Übungs-aufgabe du machen willst. So „kriegst du die Kurve“. Vielleicht nicht immer, aber doch mit größerer Wahrscheinlichkeit.

Ein weiterer großer Vorteil dieser Vorgehensweise ist, dass du schon beim Erstellen des Lernplans einen guten Überblick über das Thema kriegst, was alles so dazu gehört. Das macht das Lernen einfacher und du kannst später bei Prüfungsaufgaben besser zuordnen, in welchen Themenbereich sie hinein gehören.

Kalendervorlagen und Tagespläne, die dir deine Planung erleichtern, findest du auf meiner Homepage zum kostenlosen Download.

Kristina Zierhut