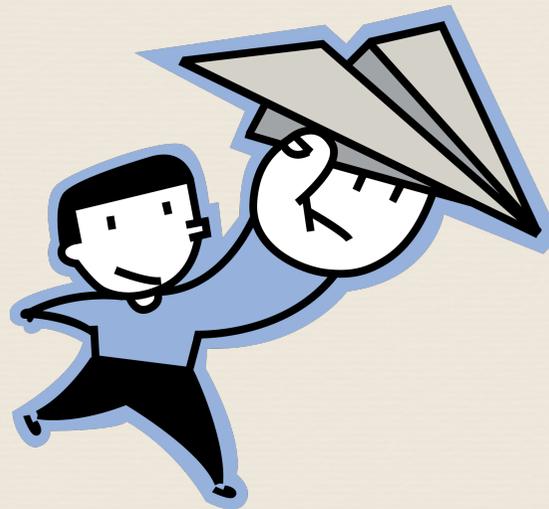


In dieser Broschüre  
geben wir euch Tipps  
zum gehirngerechten  
und sinnvollen Lernen.  
Klappt sie auf, um zu  
lesen, wie ihr effektiv  
lernen könnt.



Überflieger-AG  
Inselchule Fehmarn

## WIE LERNT MAN GEHIRNGERECHT?

---

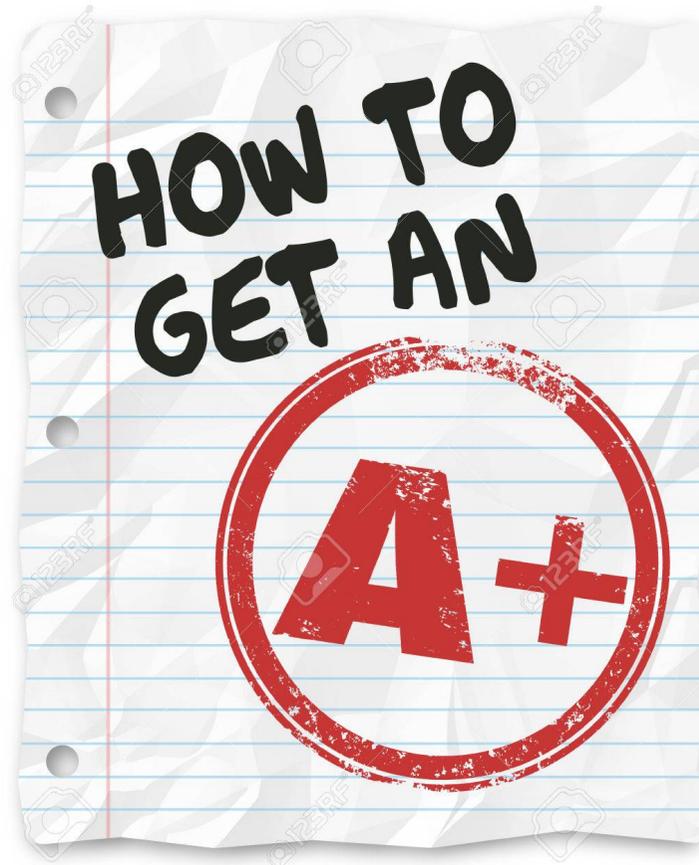


Motivation, Konzentration und die Strukturierung des Arbeitsmaterials sind essenzielle Faktoren für einen erfolgreichen Lernprozess.

Unter Lernen versteht man die zunehmende Vernetzung von Nervenzellen im Gehirn. Dabei kommt es darauf an, erste, intuitive Theorien zu einem Thema zu vertiefen, um komplexe Zusammenhänge zu verstehen und auf Alltagssituationen anzuwenden.

Jeder muss dabei für sich individuell sein optimales Lernsystem finden.

Für gehirngerechtes Lernen möchten wir euch noch einige Tipps mitgeben



## Unsere Lerntipps

- Auf richtiges Schlafmaß achten
  - Zu gewohnten Zeiten/ in gewohntem Umfeld lernen
  - Störungsfaktoren, die ablenken könnten, verhindern
  - Zu Beginn Wissensstand prüfen und entsprechend lernen
  - Gelerntes in bestimmten Abständen wiederholen
  - Lernsysteme schaffen und anwenden
- Falls es mal nicht so gut läuft...
- Pause einlegen:
- Nach draußen an die frische Luft/ Zimmer lüften
  - Bewegung kann bei Verinnerlichung helfen und freien Kopf schaffen