

Christine Stadler, Christine Trachsler

# 29 LERNJOBS

TIPPS, TRICKS UND ÜBUNGEN FÜR DAS EIGENSTÄNDIGE LERNEN



der bildungsverlag

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort für Lernende	6
Einstieg ins Lernen	7
Achtsamkeit	11
Ausdauer	17
Blackout	21
Brainfood	27
Digital Detox	31
Hausaufgaben	35
Knigge Challenge	39
Konzentration	43
Laufend lernen	47
Lernplanung	51
Lerntagebuch	55
Lernwege aufzeigen	59
Motivation	63
Neugier	69
Präsentieren	73
Prüfungsangst	79
Schreibtischordnung	83
Selbstvertrauen	87
Selbstwirksamkeit	91
Standortbestimmung	95
Strukturieren	99
Teamarbeit	103
Umgang mit neuen Situationen	107
Unterrichtsinhalte verarbeiten	111
Vorwissen aktivieren	117
Zeitmanagement	121
Zuhören und Wahrnehmen	127
Zusammenfassung schreiben	131
Literaturverzeichnis	135
Bildverzeichnis	138