

# Inhalt

Einleitung .....	V
<b>Kapitel 1: Die Ausgangssituation – Schulwirklichkeit in Deutschland. . .</b>	<b>1</b>
1. Kritische Äußerungen zum deutschen Bildungssystem. ....	1
2. Die Pisa-Studie – Ergebnisse und Konsequenzen .....	5
3. Weist uns die Gehirnforschung einen Weg aus der Bildungsmisere? .....	11
4. Reformpädagogisch-konstruktivistische Ansätze als Lösung aus der Bildungsmisere? .....	15
5. Erfolgversprechende Perspektiven .....	20
<b>Kapitel 2: Grundlagenwissen 1 – Erkenntnisse der Lernpsychologie . . .</b>	<b>21</b>
Einleitung .....	21
1. Die Informationsaufnahme .....	21
2. Die Rolle der „selektiven Aufmerksamkeit“ .....	22
3. Das Behalten – der Grundprozess .....	24
4. Der Arbeitsspeicher .....	28
5. Das Langzeitgedächtnis – Vergessen ist leicht, Behalten ist schwer . .	35
6. Die emotionale Bewertung des Lerngegenstandes .....	37
<b>Kapitel 3: Grundlagenwissen 2 – Lernen aus Sicht der aktuellen         Gehirnforschung .....</b>	<b>41</b>
1. Was wissen wir heute über die Funktionsweisen des Gehirns?.....	41
2. Wie haben wir uns die so genannte neuronale Ebene in unserem Gehirn vorzustellen? .....	42
3. Wie sieht der Grundvorgang im Gehirn aus, der langfristig zum dauerhaften Behalten von Wissen führt? .....	42
4. Wie funktioniert die Informationsweiterleitung auf neuronaler Ebene? .....	44
5. Wie wird aus der flüchtigen Signalweitergabe ein dauerhaftes Erinnern? – Die Langzeitpotenzierung. ....	44
6. Welche Bedeutung kommt den Emotionen im Lernprozess zu? .....	48

7. Was geschieht, wenn wir bestimmte Fertigkeiten „automatisieren“? . . . . .	50
8. Wie sind die Ergebnisse der modernen Gehirnforschung zu bewerten, was bedeuten sie für unseren Lernprozess? . . . . .	51
<b>Kapitel 4: Grundprinzipien erfolgreichen Lernens . . . . .</b>	<b>55</b>
1. Ausgangspunkt: Der Teufelskreis im Lernprozess . . . . .	55
2. Emotionale Umbewertung. . . . .	56
3. Entlastung des Arbeitsspeichers. . . . .	60
<b>Kapitel 5: Grundprinzipien Lernmethoden . . . . .</b>	<b>64</b>
A. Allgemeine Einführung – Gibt es Lernrezepte? . . . . .	64
B. Konkrete Tipps, um den Lernprozess zu verbessern . . . . .	65
1. Die gezielte Ausrichtung der Aufmerksamkeit gewährleisten. . . . .	65
2. Ausreichend automatisiertes Vorwissen – auf der niedrigsten Ebene ansetzen . . . . .	65
3. Zur Bedeutung des „Schriftlichen“ im Einprägeprozess . . . . .	66
4. Weniger ist mehr. . . . .	67
5. Kleine Portionen – regelmäßig. . . . .	67
6. Dauer des Lernens . . . . .	68
7. Kurze Wiederholungssequenzen – über den Tag verteilt . . . . .	68
8. Können heißt nicht dauerhaftes Beherrschen. . . . .	68
9. Den Sinn der Hausaufgaben wiederentdecken. . . . .	69
10. Indirekte Maßnahmen zur Lernverbesserung . . . . .	70
C. Anforderungen an Eltern sowie Lehrerinnen und Lehrer. . . . .	73
1. Eltern sind gefordert . . . . .	73
2. Team-Gedanke anstatt „überzogener“ Selbstständigkeitsanforderungen. . . . .	74
3. Grundprinzipien der äußeren Strukturierung . . . . .	75
4. Loben – aber richtig . . . . .	78
5. Der Punkteplan als zeitlich begrenzte „Notmaßnahme“ zur Motivationsverbesserung . . . . .	79
6. „Fallen“ für Eltern bzw. Lehrerinnen und Lehrer . . . . .	80
<b>Kapitel 6: Förderung bei Schwierigkeiten im Rechenlernprozess. . . . .</b>	<b>82</b>
1. Grundlagen. . . . .	82
2. Ursachen und Störungsmodell. . . . .	83
3. Woran Sie eine Rechenschwäche bei Ihrem Kind erkennen . . . . .	83

4. Testpsychologische Diagnostik bei Rechenschwäche bzw. Rechenstörung . . . . .	86
5. Lernziele – was soll in Mathematik eigentlich gelernt werden? . . . . .	87
6. Praktizierte Fördermaßnahmen bei Rechenschwäche und Rechenstörungen – Mythen oder gesicherte Erkenntnisse? . . . . .	88
7. Zentraler Aspekt beim Mathematiklernen: Die Bedeutung der Kapazität des Arbeitsspeichers . . . . .	94
8. Anforderungen an Lernmethoden – nicht nur für das Rechnen . . . . .	100
9. Lernen durch Veranschaulichung . . . . .	104
10. Die Grundrechenfertigkeiten automatisieren . . . . .	110
11. Sachaufgaben . . . . .	133

**Kapitel 7: Förderung bei Schwierigkeiten im Leselernprozess . . . . . 138**

1. Grundlagen . . . . .	138
2. Ursachen und Störungsmodell. . . . .	139
3. Woran kann ich als Eltern oder Lehrer/in eine Leseschwäche erkennen? . . . . .	143
4. Testpsychologische Diagnostik bei Leseschwäche bzw. Lesestörung . . . . .	144
5. Ziele im Leselernprozess . . . . .	144
6. Förderung der Lesekompetenz – Mythen und effiziente Fördermaßnahmen . . . . .	147
7. Übungen zur phonologischen Bewusstheit besonders im Vorschulalter und zu Beginn der Grundschulzeit – eine hilfreiche Fördermaßnahme? . . . . .	151
8. Der Leselernprozess – ein Grundprogramm . . . . .	155
9. Übungsmaterialien zur Automatisierung von Silben . . . . .	160
10. Förderung durch die Eltern . . . . .	164
11. Zusätzliche Möglichkeiten für Eltern, die Lesetechnik Ihrer Kinder gezielt zu verbessern . . . . .	165
12. Hilfreiches für den Leselernprozess . . . . .	167
13. Verbesserung des Leseverständnisses und der Sinnentnahme . . . . .	169

**Kapitel 8: Förderung bei Schwierigkeiten im Rechtschreiblernprozess . . 171**

1. Grundlagen . . . . .	171
2. Ursachen und Störungsmodell. . . . .	171
3. Woran kann ich als Eltern oder Lehrer eine Rechtschreibschwäche erkennen? . . . . .	172
4. Testpsychologische Diagnostik bei Rechtschreibschwäche bzw. -störung . . . . .	173
5. Ziele im Rechtschreiblernprozess . . . . .	174
6. Rechtschreibkompetenz fördern – Mythen oder effiziente Fördermaßnahmen? Was hilft in der Rechtschreibförderung nicht oder nur bedingt? . . . . .	174

7. Grundlegendes zu den Lerntechniken .....	184
8. Grundlegende Lernmethoden .....	186
9. Zusammenfassender Überblick .....	200
Schlusswort .....	203
Literatur .....	206