

# Staatliche Gewerbeschule Gastronomie und Ernährung

Berufsvorbereitung ▪ Berufsschule ▪ Hotelfachschule

---

**Kursprofil:** **Kurs Nummer** **4018**

**Angeboten von:** Daniela Lund

**Titel:** **Lernen optimieren**  
**Strategien zum effektiven und erfolgreichen lernen**

Inhalte und Ziele	<p>Am Ende des Kurses hast du verschiedene Methoden kennengelernt und ausprobiert, die dir helfen, deinen Lernprozess besser zu organisieren.</p> <p>Zunächst kommen wir deinem persönlichen Lerntypen auf die Spur. Lernen ist nämlich so individuell wie ein Fingerabdruck. Es gibt nicht DIE richtige Lernmethode für alle. Du musst da manchmal ein bisschen ausprobieren, bis du eine Methode gefunden hast, die zu dir passt. In diesem Kurs lernst du Planungsinstrumente und Überblicksmethoden kennen, Erarbeitungs- und Memoriermethoden. Du erfährst was im Gehirn passiert beim Lernen und wie du dein Lernen mit diesem Wissen optimaler gestalten kannst. Es gibt kein Patentrezept – probiere es aus!</p> <p><b>Für wen ist der Kurs?</b> Alle diejenigen, die lernen wollen</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• ihr eigenes Lernen in die Hand nehmen,</li><li>• Inhalte gut zu strukturieren,</li><li>• Wichtiges von Unwichtigem zu unterscheiden,</li><li>• sich Inhalte (über längere Zeit) zu merken</li><li>• ihr Chaos im Griff zu haben</li><li>• Freude am Lernen zu haben</li></ul>
Voraussetzungen	<b>Keine</b>
Bewertung	<p>In die Bewertung fließen ein:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Eigene Lernunterlagen dabei haben</li><li>• Aktive Arbeit an eigener Lernstrategie</li><li>• Aktive Mitarbeit in Plenumsphasen</li><li>• Je ein Ergebnis der Anwendung einer Überblicks- und einer Erarbeitungsmethode wird abgegeben und benotet</li></ul>