GAME OF MIND

Lernplan

Verteiltes Lernen und Selbstabfrage: die zwei Techniken mit den besten Belegen.

FACH

ARBEIT AM



1 Teil den Stoff in Portionen. Eine Portion schaffst du in 20 bis 30 Minuten.

2 Plane jede Portion viermal ein. Die Abstände werden größer.

3 Fang jeden Termin mit Abfragen an: Buch zu, aufschreiben, was du weißt.

PORTION Thema oder Seiten	1. MAL heute	2. MAL 2 Tage später	3. MAL 1 Woche später	4. MAL kurz vor der Arbeit	SITZT? nein, fast, ja
1	am ☐ abgefragt	am ☐ abgefragt	am ☐ abgefragt	am ☐ abgefragt	○ ○ ○
2	am ☐ abgefragt	am ☐ abgefragt	am ☐ abgefragt	am ☐ abgefragt	○ ○ ○
3	am ☐ abgefragt	am ☐ abgefragt	am ☐ abgefragt	am ☐ abgefragt	○ ○ ○
4	am ☐ abgefragt	am ☐ abgefragt	am ☐ abgefragt	am ☐ abgefragt	○ ○ ○
5	am ☐ abgefragt	am ☐ abgefragt	am ☐ abgefragt	am ☐ abgefragt	○ ○ ○
6	am ☐ abgefragt	am ☐ abgefragt	am ☐ abgefragt	am ☐ abgefragt	○ ○ ○
7	am ☐ abgefragt	am ☐ abgefragt	am ☐ abgefragt	am ☐ abgefragt	○ ○ ○
8	am ☐ abgefragt	am ☐ abgefragt	am ☐ abgefragt	am ☐ abgefragt	○ ○ ○

SO FRAGST DU DICH AB

1. Blatt zu. Schreib aus dem Kopf auf, was du weißt.
2. Vergleiche mit dem Heft. Was fehlt, markierst du.
3. Erklär das Thema jemandem in einfachen Worten.

MEINE LÜCKEN

Das kommt beim nächsten Termin zuerst dran:



Haku

Wiederlesen fühlt sich gut an und bringt wenig. Abfragen fühlt sich mühsam an und bringt viel.

LEVEL UP YOUR MIND.

Cepeda et al. (2006), Roediger & Karpicke (2006), Dunlosky et al. (2013). Kostenlose Vorlage, privat, in Workshops und im Unterricht frei kopierbar.