

## Wiederholen, aber richtig!

In den ersten Minuten \_\_\_\_\_ wir besonders viel:

verstrichene Zeit	vergessen wird
20 Minuten	30-45 Prozent
1 Tag	50-65 Prozent
1 Woche	70-75 Prozent
1 Monat	80 Prozent

### Vermeidbare Ursachen des Vergessens:

1. Eine Vokabel gelangt in das Ultrakurzzeitgedächtnis und \_\_\_\_\_, weil ihr nicht genug „Lernenergie“ mit auf den Weg gegeben wurde.
2. Das Wort gelangt \_\_\_\_\_ und wird nach 20 Minuten wieder gelöscht, weil wir falsch lernen. Falsches Wortschatzlernen heißt:
  - \_\_\_\_\_
  - einkanalig statt \_\_\_\_\_
  - den Lernstoff nicht \_\_\_\_\_
3. Das Wort wird unsystematisch \_\_\_\_\_ im Langzeitgedächtnis gespeichert und deshalb nicht gefunden. Weil es kaum gebraucht wird, sinkt es in das passive Langzeitgedächtnis ab.
4. Wir wiederholen falsch, weil wir
  - \_\_\_\_\_ wiederholen
  - in falschen \_\_\_\_\_ wiederholen
  - \_\_\_\_\_ wiederholen
  - Wortschatz, der schon \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_

### Richtiges Wiederholen:

Für das Wiederholen gilt wie für das Lernen: nicht klotzen, sondern kleckern, nicht massiert, sondern gestaffelt wiederholen. Also lieber

\_\_\_\_\_ üben als zwei Stunden an einem Tag. Eine \_\_\_\_\_ lautet:

1. Wiederholung nach ein paar \_\_\_\_\_
2. Wiederholung nach einem \_\_\_\_\_
3. Wiederholung nach einer \_\_\_\_\_
4. Wiederholung nach einem \_\_\_\_\_
5. Wiederholung nach einem \_\_\_\_\_