THEMENHEFT

KLUGE KÖPFE

Tipps und Tricks für kluge Köpfe

LERN UP

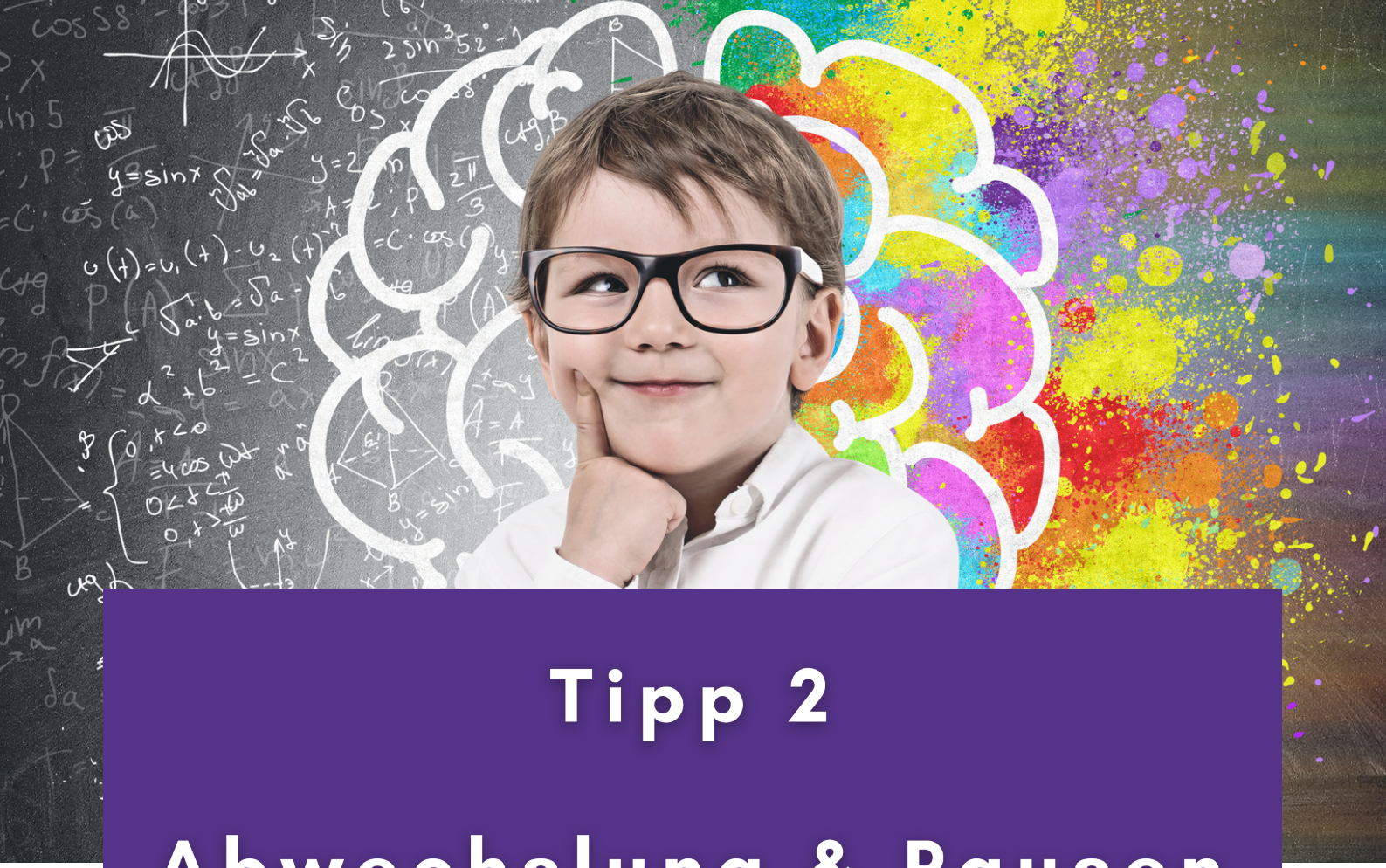
Benita Hasler Lerncoaching

Tipp 1

Lernumgebung

- Sorge für eine angenehme Lernumgebung, in der du dich wohlfühlst

- Stelle vor dem Lernen alles bereit, was du brauchst: Unterlagen, Bücher, Stifte, Getränk, etc.



Tipp 2

Abwechslung & Pausen

- Sorge zwischendurch für Abwechslung, damit deinem Gehirn nicht langweilig wird

- Mache zwischendurch kleine Pausen, damit sich dein Gehirn erholen kann

- Bewegung bringt dein Gehirn in Schwung

Tipp 3

Klug Lernen

- Lerne in kleinen Portionen, die kann sich das Gehirn schneller und leichter merken

- Plane zwischendurch immer wieder Wiederholungen ein. So wird das Gelernte besser abgespeichert

Tipp 4

Erholung fürs Gehirn

- Gönne deinem Gehirn mindestens eine halbe Stunde Pause nach den Hausaufgaben und Lernen, so kann es noch "nach arbeiten" - also kein Fernsehen oder Handy direkt danach

- Sorge für genügend Schlaf, damit dein Gehirn Zeit hat, das Gelernte zu verarbeiten

INFOS

ERSTELLT VON:

LernUp
Benita Hasler
Lerncoaching
Jedergass 34
9487 Gamprin

www.lernup.li

LERNUP

Ausführliche Infos findest du auch auf meinen Instagram und Facebook-Accounts lernup.li

https://www.instagram.com/lernup/

https://www.facebook.com/lernup.li

Möchtest du noch mehr wissen? Gerne unterstütze ich dich und dein Kind. Schreibe mir oder ruf mich an - ganz unverbindlich.

T +423 340 30 50

info@lernup.li