

# Alles Gute zum Schulstart!

Nach den langen Sommerferien geht es jetzt wieder ab in die Schule! Falls du in den Ferien das Lernen ein bisschen verlernt hast, haben wir hier ein paar Tipps für dich.

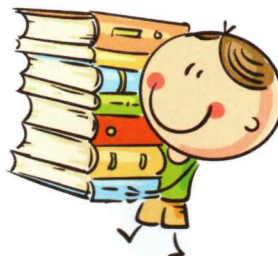
## Gut geplant – besser gelernt!

Teile dir den Stoff ein und setze dir ein Ziel für den Tag. So freust du dich, wenn du es erreicht hast. Auch viel Lernstoff wirkt einfacher, wenn du ihn in kleine Einheiten zerlegst. Außerdem braucht unser Gehirn auch Pausen. Es ist besser, wenn du öfter und kürzer lernst.



## Kein Stress!

Stress entsteht, wenn alles zu viel auf einmal ist. Daher ist es besser, wenn du in der Schule gut zuhörst und jeden Tag ein bisschen lernst. Wenn du bis zum letzten Augenblick wartest, ist es schwieriger für dich, so viel Wissen im Kopf zu behalten.

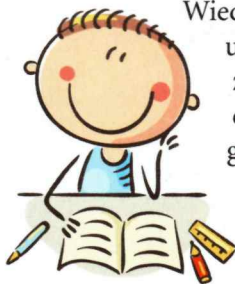


## Psst – Ruhe bitte!

Beim Lernen brauchst du Ruhe! Nimm dir für diese Zeit vor, dich nicht ablenken zu lassen. Am besten drehst du das Handy, die Musik und alles ab, das Krach macht. So lernst du schneller!

## Immer das Gleiche!

Wiederholungen helfen uns, uns Dinge besser zu merken. Daher ist es wichtig, dass du die gleichen Übungen oder denselben Stoff öfter lernst. Nutze auch die Zeit, wenn du zum Beispiel auf den Bus wartest. Findest du das neue Wissen noch in deinem Kopf?



## Was, wenn du keine Lust hast?

Wenn du regelmäßig lernst, kannst du auch eine Pause machen, wenn es einmal gar nicht geht. Aber wenn du die Aufgaben vor dir herschiebst, wird es ungemütlich. Oft mag man nur nicht anfangen, weil der Berg so riesig erscheint. Nimm dir dann eine gewisse Zeit vor. Zum Beispiel: Ich lerne jetzt eine halbe Stunde. Das klingt dann nicht so schlimm und hilft dir anzufangen. Außerdem: Je öfter du lernst, desto einfacher wird es! Auch gemeinsames Lernen hilft. Bitte deine Freunde mitzumachen. Ihr könnt euch dann gegenseitig abfragen.

