



Workshopdesign Blended Learning

Tag 4 - Lernstrategien



Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or OeAD-GmbH. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.

2021-1-AT01-KA220-ADU-000035339



access
2learn

Inhaltsverzeichnis

09:00 – 09:15 Begrüßung.....	3
09:15 – 09:45 Nachbereitung des Selbststudiums der Einheit 4.....	3
09:45 - 10:15 Energizer Oma, Jäger, Wolf	3
10:15 - 11:15 3 Arten des Lernens	5
11:30 – 11:45 Präsentation Gedächtnis.....	7
11:45 - 12:05 Kurzzeitgedächtnis.....	7
12:05 - 12:35 Langzeitgedächtnis	9
13:35 - 14:00 Picknicken	11
14:00 - 15:35 Lernumgebung.....	12
15:45 - 16:10 Energizer Farben.....	14
16:10 - 17:10 Prüfungsstress	16
17:10 – 17:45 Evaluierung des vierten Tages	17
17:45 – 18:00 Zeitplan für den nächsten Workshoptag, Verabschiedung	17
Follow-up zu Hause.....	17



Zeitplan für den 4. Tag des Blended Learning Workshops - Lernstrategien

Auf den folgenden Seiten finden Sie genaue Beschreibungen aller Übungen des Workshops, die für den dritten Tag erstellt wurden. Wie bereits erwähnt, sind die Workshopzeiten und somit auch die Zeitdauer der einzelnen Übungen nur Empfehlungen und können individuell angepasst werden.

Der vierte Tag ist in erster Linie auf die fünfte Lerneinheit auf bit EU academy „Lernstrategien“ ausgerichtet. Die Lehrpersonen können aus den vorgeschlagenen Aktivitäten wählen, um die verschiedenen Methoden des Blended Learning zu gewährleisten.



09:00 – 09:15 BEGRÜßUNG



09:15 – 09:45 NACHBEREITUNG DES SELBSTSTUDIUMS DER EINHEIT 4

Die Lehrperson bittet die Lernenden um ein Feedback zur Selbstlerneinheit. Hier sind Tipps für mögliche Fragen:

- Haben Sie alle Lernunterkapitel abgeschlossen? Wenn nein, warum nicht?
- Sind während Ihres Selbststudiums irgendwelche Hindernisse aufgetreten und wie haben Sie diese überwunden?
- Was war Ihr persönliches Highlight (Schlüsselinformation/Thema) der vermittelten Lerninhalte?
- Haben Sie ein für Sie interessantes Thema vermisst?
- Benötigen Sie eine Erklärung zum Thema Zeitmanagement?

Der Lehrperson kann die Diskussion moderieren und die Lernenden dabei unterstützen, ihre Erfahrungen und erzielten Lernerfolge zu teilen.



09:45 – 10:15 ENERGIZER: OMA, JÄGER, WOLF

WORKSHOP-
SESSION

09:45 - 10:15
Energizer Oma, Jäger, Wolf



NAME DER AKTIVITÄT	Oma, Jäger, Wolf
ZIELE	<ul style="list-style-type: none"> ● Gegenseitiges Kennenlernen ● Schaffen einer angenehmer Gruppenatmosphäre
BESCHREIBUNG	<p>1. Erklärung (Vorbereitung)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Erklären Sie den Lernenden, dass sie nun ein ähnliches Spiel wie Schere-Stein-Papier spielen werden, nur mit den Figuren aus „Rotkäppchen“. ● Es gibt drei Figuren: <ul style="list-style-type: none"> ○ die Oma (eine Hand auf dem Rücken, die andere zittrig auf den Gehstock und "uiuiui" murmelnd) ○ den Jäger (ein Gewehr abschießen und laut "peng" rufen) ○ den Wolf (beide Arme zum Angriff sprunghbereit über dem Kopf und laut brüllend) ● Die Regeln sind: <ul style="list-style-type: none"> ○ Trifft der Wolf auf den Jäger, wird der Wolf erschossen und hat verloren ○ Trifft der Wolf auf die Oma, wird diese gefressen und hat verloren ○ Trifft die Oma auf den Jäger, hat der Jäger verloren, denn man darf nie auf unbewaffnete, alte Damen schießen! <p>2. Durchführung</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Bevor das Spiel richtig beginnt, werden alle drei Figuren ein paar Mal geübt. ● Dann wird die Gruppe in zwei Teams geteilt. Diese stellen sich gegenüber voneinander in einer Reihe auf. ● Dann haben beide Teams ca. 30 Sekunden Zeit, sich auf eine Figur zu einigen. ● Die Lehrperson zählt von 3 herunter und dann müssen alle eines Teams dieselbe Figur machen. ● Von dem Team, das verloren hat, scheidet eine Person aus und muss sich hinsetzen. ● Das Spiel geht so lange, bis ein Team keine aktiven Mitglieder mehr hat. Alternativ kann das Spiel beendet werden, sobald z.B. 5 Mitglieder eines Teams ausgeschieden sind.
DAUER	<p>Gesamtdauer: 30 Minuten</p> <p>-----</p> <p>Vorbereitung: 5 Minuten</p> <p>Durchführung: 25 Minuten</p>
	Diese Aktivität wird in einer großen Gruppe durchgeführt.



SETTING	<p>Die Rolle der Lehrperson:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erklärung der Übung • Spielleitung <p>Die Rolle der Lernenden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Durchführung der Übung im Team
MATERIALIEN FÜR DIE LEHRPERSON	/
MATERIALIEN FÜR DIE LERNENDEN	/



10:15 – 11:00 LERNSESSION I: 3 ARTEN DES LERNENS

WORKSHOP-SESSION	<p>10:15 - 11:15 3 Arten des Lernens</p>
NAME DER AKTIVITÄT	3 Arten des Lernens
ZIELE	<ul style="list-style-type: none"> • Kennen der 3 Lerntypen und ihrer Besonderheiten • Verstehen, welche Art des Lernens am besten zu einem passt
BESCHREIBUNG	<p>3. Vorbereitung Die Lehrperson bereitet für jede Gruppe ein Set von 3 Karten mit 3 kurzen Texten vor. Jeder Text auf einer Karte sollte ca. 2-3 Absätze haben, die Lesedauer sollte 2-4 Minuten sein. Um welche Themen es bei den Texten geht, ist nicht relevant. Wichtig ist nur, dass alle 3 Texte dasselbe Schwierigkeitsniveau haben sollten.</p> <p>4. Erklärung (Vorbereitung)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erklären Sie den Lernenden, was sie in den nächsten 45 Minuten tun werden. <p>5. Durchführung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bitten Sie die Lernenden, sich in kleine Gruppen von 3 bis 4 Lernenden aufzuteilen.

	<ul style="list-style-type: none"> ● Geben Sie ein Kartenset mit drei Texten an jede Gruppe. ● Bitten Sie einen oder eine Teilnehmende aus der Gruppe, den anderen Gruppenmitgliedern den Text von der ersten Karte vorzulesen. Die übrigen Teilnehmenden hören sich den Text an und versuchen, ihn sich zu merken. ● Dann bitten Sie ein anderes Mitglied der Gruppe, den Text von der zweiten Karte zu lesen die anderen Gruppenmitglieder sollen dabei Notizen oder Zeichnungen erstellen. ● Zuletzt sollte der Text der dritten Karten von allen Gruppenmitgliedern einzeln gelesen werden. <p>6. Abschluss (Nachbesprechung)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Sie beenden die Gruppenarbeit und fragen die Lernenden im Plenum, woran sie sich durch die verschiedenen Arten des Aufnehmens der Texte erinnern. ● Die Lernenden sollen einschätzen, welche Art des Merkens für sie die einfachste war. ● Jede:r Lernende sollte die Möglichkeit haben, eigene Erfahrungen zu äußern. ● Dann fassen Sie alle 3 Typen zusammen und geben den Lernenden Tipps, wie sie den Lernprozess bei jedem Typ unterstützen können. ● Nach der Diskussion sollte jede:r Lernende wissen, welchen Lerntyp er bzw. sie bevorzugt.
<p>DAUER</p>	<p>Gesamtdauer: 60 Minuten (+ Vorbereitung)</p> <p>-----</p> <p>Vorbereitung: 20 Minuten Vorbereitung: 5 Minuten Durchführung: 30 Minuten Nachbesprechung: 25 Minuten</p>
<p>SETTING</p>	<p>Diese Aktivität wird zuerst in Kleingruppen und dann im Plenum (oder per Videokonferenz) durchgeführt.</p> <p>Die Rolle der Lehrperson:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Vorbereitung der Texte ● Leitung der Nachbesprechung <p>Die Rolle der Lernenden:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Merken der Texte in Gruppen ● Aktive Beteiligung an der Nachbesprechung



MATERIALIEN FÜR DIE LEHRPERSON	/
MATERIALIEN FÜR DIE LERNENDEN	<ul style="list-style-type: none"> • Kartenset mit den Texten (eines pro Gruppe) • Papier, Stifte



11:15 – 11:30 KAFFEPAUSE



11:30 – 11:45 PRÄSENTATION GEDÄCHTNIS

Die Lehrperson stellt den Lernenden die Arten des Gedächtnisses vor und erläutert die verschiedenen Arten von Hilfsmitteln zur Gedächtnisstimulation: Der Vorschlag für eine kurze Präsentation ist als Anhang zu Tag 4 Nr. 7a „Präsentation Gedächtnis“ beigefügt (15 Minuten).



Anhang 7a: Präsentation Gedächtnis



11:30 – 12:35 LERNSESSION II: KURZZEITGEDÄCHTNIS

WORKSHOP-SESSION	11:45 - 12:05 Kurzzeitgedächtnis
NAME DER AKTIVITÄT	Kurzzeitgedächtnis
ZIELE	<ul style="list-style-type: none"> • Verstehen, was das Kurzzeitgedächtnis ist • Wissen, wie man das Kurzzeitgedächtnis trainiert
BESCHREIBUNG	<p>1. Vorbereitung</p> <p>Die Lehrperson bereitet ein Set mit 10 Bildern vor, auf denen verschiedenen Objekte zu sehen sind (z.B. Obst, Gemüse, Möbel, Haus, Baum, usw.) Die Lehrperson benötigt je Paar ein Bilderset, wobei diese Sets unterschiedlich sein sollten.</p>

	<p>2. Erklärung (Vorbereitung)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Erklären Sie den Lernenden, was sie in den nächsten 15 Minuten tun werden. <p>3. Durchführung</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Bitten Sie die Lernenden, sich in Paare aufzuteilen. ● Geben Sie jedem Paar ein Bildersetz. ● Bitten Sie einen oder eine der zwei Lernenden, die Bilder vor den Partner bzw. die Partnerin zu legen. Diese:r hat 10 Sekunden Zeit, sich die Bilder einzuprägen. Dann versucht er oder sie, alle Dinge auf den Bildern zu benennen. ● Die Lehrperson bittet nun einen oder eine der zwei Lernenden, die in einer Reihe aufzulegen. ● Der oder die Lernende, der oder die dies macht, macht sich eine Notiz über die Reihenfolge der Bilder. ● Der oder die andere hat 10 Sekunden Zeit, sich die Reihenfolge zu merken. ● Dann werden die Bilder gemischt. ● Die Aufgabe des oder der zweiten Lernenden ist es nun, die Bilder in die ursprüngliche Reihenfolge zu bringen. ● Dann tauschen die Paare die Sets mit einer anderen Gruppe. ● Außerdem tauschen die Lernenden die Rollen für beide Aufgaben und führen die Aufgabe erneut durch. <p>4. Auswertung (Nachbesprechung)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Sie beenden die Paararbeit und fragen die Lernenden im Plenum, was ihre Erfahrungen waren. Tipps für Fragen: <ul style="list-style-type: none"> ○ An wie viele Dinge haben Sie sich erinnert? ○ Wie viele Fehler haben Sie bei der Bestimmung der Reihenfolge der Bilder gemacht? ○ Welche Aufgabe war für Sie schwierig? ● Sie geben Ihren Lernenden Ideen für geeignete Aktivitäten zum Training des Kurzzeitgedächtnisses (Pexeso, Sudoku, Tetris usw.).
<p>DAUER</p>	<p>Gesamtdauer: 20 Minuten (+ Vorbereitung)</p> <p>-----</p> <p>Vorbereitung: 20 Minuten</p> <p>Vorbereitung: 5 Minuten</p> <p>Durchführung: 10 Minuten</p> <p>Nachbesprechung: 5 Minuten</p>



SETTING	<p>Diese Aktivität wird von der Lehrperson geleitet und in Kleingruppen und dann im Plenum (oder per Videokonferenz) durchgeführt.</p> <p>Die Rolle der Lehrperson:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Erstellung der Bildersets ● Koordination der Übung und des Bilder-Tauschens ● Leitung der Nachbesprechung <p>Die Rolle der Lernenden:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Durchführung der Übung und aktive Teilnahme an der Nachbesprechung
MATERIALIEN FÜR DIE LEHRPERSON	/
MATERIALIEN FÜR DIE LERNENDEN	<ul style="list-style-type: none"> ● Ein Set mit 10 Bildern pro Paar ● Papier + Stifte



12:05 – 12:35 LONG-TERM MEMORY

WORKSHOP-SESSION	<p>12:05 - 12:35 Langzeitgedächtnis</p>
NAME DER AKTIVITÄT	Langzeitgedächtnis
ZIELE	<ul style="list-style-type: none"> ● Verstehen, was das Langzeitgedächtnis ist ● Wissen, wie man das Langzeitgedächtnis trainiert
BESCHREIBUNG	<p>1. Vorbereitung Die Lehrperson bereitet eine Vorlage mit Zahlen vor (Vorschlag im Anhang Nr. 7b) – pro Paar wird eine benötigt.</p> <p>2. Erklärung (Vorbereitung)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Erklären Sie den Lernenden, was sie in den nächsten 15 Minuten tun werden. <p>3. Durchführung</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Bitten Sie die Lernenden, sich in Paare aufzuteilen.



	<ul style="list-style-type: none"> • Geben Sie jedem Paar eine Vorlage. • Bitten Sie das Paar, so viele Assoziationen, die ihm zu der Zahl einfallen, wie möglich aufzuschreiben (z.B. 60 - Minuten in einer Stunde, Sekunden in einer Minute, usw.). <p>4. Abschluss (Nachbesprechung)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beenden Sie die Paararbeit und bitten Sie die Lernenden, im Plenum ihre Ergebnisse zu präsentieren. • Welches Paar hat die meisten Assoziationen gefunden? • Fassen Sie geeignete Aktivitäten zum Training des Langzeitgedächtnisses zusammen (Kreuzworträtsel, Scrabble, Lesen, Vision Boards usw.)
DAUER	<p>Gesamtdauer: 30 Minuten (+ Vorbereitung)</p> <p>-----</p> <p>Vorbereitung: 20 Minuten Vorbesprechung: 5 Minuten Durchführung: 15 Minuten Nachbesprechung: 10 Minuten</p>
SETTING	<p>Diese Aktivität wird in Paaren durchgeführt und im Plenum vorgestellt und diskutiert.</p> <p>Die Rolle der Lehrperson:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vorbereitung der Zahlenvorlage • Koordinierung der Übung und der Nachbesprechung <p>Die Rolle der Lernenden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Durchführung der Übung
MATERIALIEN FÜR DIE LEHRPERSON	<ul style="list-style-type: none"> • Set mit 10 Bildern
MATERIALIEN FÜR DIE LERNENDEN	<ul style="list-style-type: none"> • Set mit 10 Bildern pro Paar • Papier, Stifte



Anhang 7b: Langzeitgedächtnis



12:35 – 13:35 MITTAGSPAUSE





WORKSHOP-SESSION	13:35 - 14:00 Picknicken
NAME DER AKTIVITÄT	Aufwärmübung – picknicken gehen
ZIELE	<ul style="list-style-type: none">● Gegenseitiges Kennenlernen● Auflockerung
BESCHREIBUNG	<ol style="list-style-type: none">1. Erklärung (Vorbesprechung)<ul style="list-style-type: none">● Erklären Sie, was die Lernenden in den nächsten 25 Minuten erwarten können.● Schaffen Sie eine angenehme und positive Atmosphäre.2. Durchführung<ul style="list-style-type: none">● Bei der Aufwärmübung "Picknicken" lernt man nicht nur neue Leute kennen, sondern trainiert auch das Gedächtnis.● Eine Person beginnt die Runde, indem sie ihren Namen sagt und sich einen Gegenstand aussucht, den sie zum Picknick mitnimmt.● Beispiel: "Hey, mein Name ist Lisa. Ich mache ein Picknick und nehme meinen Hund mit."● Die nächste Person wiederholt den Namen und den Gegenstand, den die andere Person genannt hat, und sagt dann ihren Namen und den Gegenstand.● Beispiel: "Lisa macht mit ihrem Hund ein Picknick. Mein Name ist Barbara und ich nehme die Mikrowelle mit."● Jede Person in der Gruppe muss den Namen und die Gegenstände aller Lernenden in der richtigen Reihenfolge wiederholen, bevor sie einen neuen Gegenstand auf die Liste setzt. Das Spiel endet, wenn eine Person sich nicht an alle Namen und Gegenstände erinnern kann.
DAUER	Gesamtdauer: 25 Minuten ----- Vorbesprechung: 5 Minuten Durchführung: 20 Minuten
SETTING	Diese Aktivität wird in einer großen Gruppe durchgeführt.

	<p>Die Rolle der Lehrperson:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erklärung und Koordinierung der Aktivität <p>Die Rolle der Lernenden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Durchführung der Übung
MATERIALIEN FÜR DIE LEHRPERSON	/
MATERIALIEN FÜR DIE LERNENDEN	/



14:00 – 15:35 LERNSESSION III: LERNUMGEBUNG

WORKSHOP-SESSION	14:00 - 15:35 Lernumgebung
NAME DER AKTIVITÄT	Lernumgebung
ZIELE	<ul style="list-style-type: none"> • Verstehen der Grundsätze einer effektiven Lernumgebung • Wissen, wie das Lernumfeld effektiv gestaltet werden kann

<p style="text-align: center;">BESCHREIBUNG</p>	<p>1. Erklärung (Vorbereitung)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bitten Sie die Lernenden in der Gruppe, die Lernumgebung, die sie zuhause haben, vorzubereiten (10 Minuten). Die Beschreibung sollte den Raum umfassen, in dem sie lernen, ob es Fenster gibt oder nicht, Licht im Raum/auf dem Tisch, Art des Tisches, Art des Stuhls, übliche Dinge auf dem Tisch, gelegentliche Hilfsmittel auf dem Tisch (Notizen, Stifte, PC, Handy usw.), Vorhandensein von Speisen/Getränken usw. <p>2. Durchführung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bitten Sie die Lernenden, sich in Gruppen von 3-4 Personen aufzuteilen. Jede:r Lernende stellt nacheinander sein bzw. ihr Umfeld der restlichen Gruppe vor und die anderen Gruppenmitglieder geben ihm oder ihr Tipps, was gut ist und was man verbessern kann (ca. 30 Minuten). • Nach der Vorstellung aller Lernenden erstellt die Gruppe einen Vorschlag für ein ideales Lernumfeld auf der Grundlage ihres Erfahrungsaustauschs (15 Minuten). <p>3. Abschluss (Nachbesprechung)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bitten Sie ein Mitglied jeder Gruppe, ihren Vorschlag für eine ideale Lernumgebung zu präsentieren. • Schreiben Sie die Punkte der Vorschläge auf das Flipchart/die Tafel und fassen Sie die ideale Lernumgebung zusammen. • Sie können auch die Beseitigung von Störfaktoren erwähnen (Handy, Ruheort, festgelegte Zeit zum Lernen usw.).
<p style="text-align: center;">DAUER</p>	<p>Gesamtdauer: 95 Minuten</p> <p>-----</p> <p>Vorbereitung: 10 Minuten Durchführung: 55 Minuten Nachbesprechung: 30 Minuten</p>
<p style="text-align: center;">SETTING</p>	<p>Diese Aktivität wird zuerst in Kleingruppen durchgeführt und dann im Plenum präsentiert.</p> <p>Die Rolle der Lehrperson:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erklärung und Koordinierung der Aktivität • Zusammenfassung der Ergebnisse • Erklärung, was eine ideale Lernumgebung ausmacht <p>Die Rolle der Lernenden:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Beschreibung ihrer Lernumgebung sowie einer idealen Lernumgebung
MATERIALIEN FÜR DIE LEHRPERSON	<ul style="list-style-type: none"> • Flipchart/Tafel + Stift
MATERIALIEN FÜR DIE LERNENDEN	<ul style="list-style-type: none"> • Papier + Stifte



15:35 – 15:45 KAFFEPAUSE



15:45 – 16:10 ENERGIZER: FARBEN

WORKSHOP-SESSION	15:45 - 16:10 Energizer Farben
NAME DER AKTIVITÄT	Aufwärmübung - Farben
ZIELE	<ul style="list-style-type: none"> • Auflockerung • Verstehen der Funktion eines sensiblen Gedächtnisses
BESCHREIBUNG	<p>1. Vorbereitung Die Lehrperson bereitet für jedes Paar ein Set mit 10 Karten vor, auf denen die Namen verschiedener Farben. Der Name der Farbe wird mit einer anderen Farbe geschrieben/gedruckt als die Farbe ist. Beispiel: gelb</p> <p>2. Erklärung (Vorbesprechung)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erklären Sie, was die Lernenden in den nächsten 25 Minuten erwarten können. • Schaffen Sie eine angenehme und positive Atmosphäre. <p>3. Durchführung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bilden Sie die Paare und geben Sie jedem Paar ein Set mit 10 Karten.

	<ul style="list-style-type: none"> ● Beide Lernenden sehen sich die Karten gemeinsam an. Ein Lernender oder eine Lernende sagt so schnell wie möglich die Farbe, die im Text geschrieben ist. Das richtige Ergebnis der Vorbereitung ist "gelb" und nicht "blau". ● Der andere Lernende überprüft den Kollegen oder die Kollegin. ● Dann mischen sie die Karten und tauschen ihre Rollen. <p>4. Abschluss (Nachbesprechung)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Die Lehrperson bittet die Lernenden um ihr Feedback. <ul style="list-style-type: none"> ○ War irgendetwas schwierig für Sie? ○ Haben Sie Fehler gemacht? ● Erklärung: Unser Gehirn ist eher darauf vorbereitet, die tatsächliche Farbe der Buchstaben wahrzunehmen und nicht den Sinn des Geschriebenen. Das Erste, was wir sehen können, ist also die Farbe der Buchstaben und nicht der Inhalt des Gelesenen (sensibles Gedächtnis).
DAUER	<p>Gesamtdauer: 20 Minuten</p> <p>-----</p> <p>Vorbereitung: 5 Minuten Durchführung: 10 Minuten Nachbesprechung: 10 Minuten</p>
SETTING	<p>Diese Aktivität wird in Paaren durchgeführt.</p> <p>Die Rolle der Lehrperson:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Vorbereitung der Kartensets ● Koordinierung des Spiels und der Nachbesprechung <p>Die Rolle der Lernenden:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Training des sensiblen Gedächtnisses
MATERIALIEN FÜR DIE LEHRPERSON	<ul style="list-style-type: none"> ● Kärtchen, Stifte mit verschiedenen Farben
MATERIALIEN FÜR DIE LERNENDEN	<ul style="list-style-type: none"> ● Set mit 10 Karten pro Paar



WORKSHOP-SESSION	16:10 - 17:10 Prüfungsstress
NAME DER AKTIVITÄT	Stress bei Prüfungen
ZIELE	<ul style="list-style-type: none">• Verständnis für die eigenen Gefühle der Prüfungsangst• Wissen, wie man sie überwinden kann
BESCHREIBUNG	<ol style="list-style-type: none">1. Erklärung (Vorbereitung)<ul style="list-style-type: none">• Erklären Sie den Lernenden, was sie in der nächsten Stunde tun werden.2. Durchführung<ul style="list-style-type: none">• Die Lernenden teilen sich selbst in Gruppen von 3-4 Personen ein. Jeder oder jede Lernende in der Gruppe teilt den anderen seine bzw. ihre Gefühle während einer Prüfung mit. Die Lernenden versuchen dabei, alles im Detail zu erzählen (15 Minuten).• Dann schreiben die Lernenden in der Gruppe die 5 häufigsten Symptome von Stress oder Angst auf (10 Minuten).3. Abschluss (Nachbereitung)<ul style="list-style-type: none">• Die Lernenden stellen die Stresssymptome, die sie in der Gruppe zusammengeschrieben haben, im Plenum vor.• Sie als Lehrperson schreiben die Symptome an die Tafel/Flipchart und finden dann eine Lösung, wie man damit umgehen kann.
DAUER	Gesamtdauer: 55 Minuten ----- Vorbereitung: 5 Minuten Durchführung: 25 Minuten Nachbereitung: 30 Minuten
SETTING	Diese Aktivität wird in Gruppen durchgeführt und dann im Plenum besprochen. Die Rolle der Lehrperson: <ul style="list-style-type: none">• Erklärung der Aktivität

	<ul style="list-style-type: none"> • Leitung bei der Durchführung und Präsentation/Diskussion • Erklärung von Lösungen, wie man mit Stresssymptomen umgehen kann <p>Die Rolle der Lernenden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reflexion über vergangene Prüfungssituationen und gemeinsame Lösungsfindung für Prüfungsangst bzw. Stress • Präsentation der Ergebnisse
MATERIALIEN FÜR DIE LEHRPERSON	<ul style="list-style-type: none"> • Flipchart/Tafel + Stifte
MATERIALIEN FÜR DIE LERNENDEN	<ul style="list-style-type: none"> • Papier + Stifte



17:10 – 17:45 EVALUIERUNG DES VIERTEN TAGES

Die Lehrperson bittet die Lernenden um ein Feedback zum vierten Tag und zu den durchgeführten Aktivitäten. Mögliche Fragen:

- Hat der vierte Tag Ihre Erwartungen erfüllt?
- Was war für Sie das wichtigste Thema?
- Was hat Ihnen gefehlt?



17:45 – 18:00 ZEITPLAN FÜR DEN NÄCHSTEN WORKSHOPTAG, VERABSCHIEDUNG



FOLLOW-UP ZU HAUSE

Die Teilnehmenden klicken zuhause Modul 5 „Lernstrategien“ auf bit EU academy durch.



Dieses Workshopkonzept, erstellt vom Access2Learn Projekt, ist
lizziert unter [CC BY-ND 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)



www.access2learn.eu



[@access2blendedlearning](https://www.facebook.com/access2blendedlearning)



[@access-2-learn](https://www.linkedin.com/company/access-2-learn)



[@access2learn](https://www.instagram.com/access2learn)



Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or OeAD-GmbH. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.