



Vokabeln lernen mit System? Ja!

Kurzfristiges Lernen ist meistens kein Problem, schwieriger wird's beim langfristigen Erinnern von Vokabeln.

Unser Gedächtnis unterscheidet zwischen drei Merkstufen:

UKZG

Das **Ultrakurzzeitgedächtnis** nimmt etwas wahr, vergisst es aber nach 20 Sekunden wieder, die Information ist verloren.

KZG

Das **Kurzzeitgedächtnis** speichert die Information etwas länger, hier hält sich die Information ungefähr 30 Minuten und verschwindet dann.

LZG

Im **Langzeitgedächtnis** geht nichts mehr verloren. Die Information kann zwar verschüttet und überlagert werden, aber sie bleibt erhalten, auch wenn wir sie manchmal nicht gleich finden.

Wie geht's zum Langzeitgedächtnis? Hier entlang.

Das langfristige Erinnern wird gezielt ermöglicht, indem man in größer werdenden Zeitabständen das Gelernte 5 Mal wiederholt.

Sinnvoll ist eine Verdoppelung der Abstände:

1 Tag, 2 Tage, 4 Tage, 8 Tage, 16 Tage – fertig!

Die Vokabel-Lern-Box

Man braucht einen Karteikasten mit fünf Fächern, die durch Stege voneinander getrennt sind.

- Jedes Fach ist unterschiedlich groß.
Das kleinste Fach ist vorn, nach hinten werden sie größer.
- Die Vokabeln werden auf Karteikärtchen geschrieben.
- Auf die Vorderseite kommt das deutsche Wort,
auf die Rückseite die Übersetzung.

Natürlich kann auch ein ganzer Satz aufgeschrieben werden oder die Konjugation eines unregelmäßigen Verbs.



Das Vokabel-Lern-Pensum: $5 \times 5 = 25$

Pro Tag werden 25 neue Vokabeln gelernt, das reicht.

Man lernt päckchenweise, also 5 Päckchen mit jeweils 5 Wörtern.

Päckchen 1:
5 Wörter

Päckchen 2:
5 Wörter

Päckchen 3:
5 Wörter

Päckchen 4:
5 Wörter

Päckchen 5:
5 Wörter

Päckchen 1:

Das deutsche Wort laut lesen, die Karte umdrehen und die Übersetzung laut lesen.
Dies mit allen 5 Karten machen.

Anschließend alle 5 Karten wiederholen.

Aufgepasst: Im zweiten Durchgang wird nur das deutsche Wort laut gelesen und die Übersetzung aus dem Kopf gesagt. Dann die Karte umdrehen und kontrollieren.

Päckchen 2 bis 5:

Gleiche Vorgehensweise.

Das geht relativ schnell.

Nun sind die Vokabeln für ca. 30 Minuten im Kurzzeitgedächtnis.

00:10 Pause

Die Kunst der kreativen Pause.

Wichtig: Die Pausenzeit von 10 Minuten darf nicht überschritten werden!

Tipp: Wecker stellen und in der Zwischenzeit andere Dinge erledigen.

Danach werden alle 25 Vokabeln aus dem Gedächtnis wiederholt:

Deutsches Wort lesen, Übersetzung aus dem Kopf laut sagen, Karte umdrehen und Gesagtes kontrollieren. Je nach Ergebnis kommt die Karte auf den Stapel „gewusst“ oder „nicht-gewusst“.

Fast immer ist der „Gewusst-Stapel“ dicker. Was ist passiert? Das Gedächtnis musste sich anstrengen, um sich an die Vokabeln zu erinnern. Durch die Wiederholung hält es die Information für wichtig und überträgt sie ins Langzeitgedächtnis.



Das 5-Fächer-Programm

Damit die Vokabeln zum Grundwortschatz werden müssen sie alle 5 Fächer der Box durchlaufen.

**Die „gewussten“ Vokabeln wandern in Fach 2.
Die anderen bleiben in Fach 1 und müssen weiter gelernt werden.**

**Am nächsten Tag sind die Karten aus Fach 2 zu wiederholen.
Und zwar so:
laut das deutsche Wort lesen, aus dem Kopf die Übersetzung sagen
und kontrollieren.**

**„Gewusst“ kommt in Fach 3,
„nicht gewusst“ muss zurück in Fach 1,
wo sie immer in den hinteren Teil des Fachs wandern.**

**Auch die „gewussten“ wandern jeweils in den hinteren Teil
des nächsten Fachs.**

Fach 3 wird nach 4 Tagen wiederholt.

Fach 4 wird nach 8 Tagen wiederholt.

Fach 5 wird nach 16 Tagen wiederholt.

**Die Verdopplung der zeitlichen Abstände führt zum langfristigen erinnern.
Am besten notiert man sich, wann welches Fach zu wiederholen ist.**

Extra-Schachtel, extra schlau.

Sobald das Fach 5 voll ist, wandern die Karten in eine separate Schachtel. Die wird von Zeit zu Zeit hervor geholt, um die Vokabeln zu wiederholen. Mit den kompakten Portionen von 25 Kärtchen kommt das Gedächtnis am besten zurecht.

Unterwegs lernen:

25 Karten lassen sich wunderbar mitnehmen (Bus, Auto, Bett usw.)