



## Trainingslager: Die finale Checkliste



### 1. Strategie

- Probeklausuren besorgen
- andere Leute bzw. Dozenten nach Erfolgsfaktoren befragen
- Progress-o-Meter aufstellen



### 2. Lernmodus

- 10-Minuten-Trick anwenden
- Tag in Blöcke einteilen
- Gründe finden, warum das persönliche Horror-Fach sinnvoll ist
- Lernoase schaffen
- persönliche Ziele aufschreiben



### 3. Global Picture

- Den Text erst mal komplett durchblättern vorm eigentlichen Lesen
- irrelevante Passagen von vornherein herausstreichen
- das Global Picture durch W-Fragen beim Lesen herausarbeiten
- mit einfachen und interessanten Textstellen beginnen



### 4. Strukturieren

- Mindmaps für ein erstes Brainstorming nutzen
- mit Strukturkarten die inneren Zusammenhänge des Stoffes verdeutlichen
- Mitschriften durch ein Schema vorstrukturieren
- bestehende Notizen um 30–60 Prozent reduzieren



#### 5. Verbalisieren

- zuverlässige Lerngruppe finden
- Lernjournal anlegen
- schreibend die Gedanken erkunden



#### 6. Kodieren

- aktiver und intensiver Lernstoff analysieren
- mit der 3-2-1-Technik schwierige Vokabeln und Fachwörter verstehen
- Listen und Unterpunkte mit Visual Codes merken



#### 7. Reduzieren

- eine Survival-Zusammenfassung für jedes Thema erstellen
- Lerngeschichten ausdenken
- Akronyme bilden
- ein persönliches Fazit nach einer Vorlesung / einer Textlektüre oder unter einzelne Folien schreiben



#### 8. Trainieren

- Lernkartei einrichten
- Rechenaufgaben variieren
- Wiederholungsrunden variieren
- verschiedene Sinne ansprechen
- vor dem Einschlafen wiederholen



#### 9. Taktieren

- Checkliste für die Erfolgsfaktoren der Prüfung machen
- mindestens zwei Probeklausuren schreiben
- am Vortag alles zurechtlegen
- in brenzligen Situationen ruhig bleiben und taktieren



#### 10. Reflektieren

- Lerntypentest auf [Studienstrategie.de](https://www.studienstrategie.de) machen
- Lerntagebuch schreiben
- mit Prüfer sprechen und detailliertes Feedback einholen

