EIN LERNBUCH FÜR ELTERN

KLÜGER LERNEN

statt länger büffeln

Wie Ihr Kind nach dem Wechsel auf die weiterführende Schule gut ankommt und lernt, wie Lernen geht: abfragen statt wiederlesen, begleiten statt kontrollieren



KOSTENLOSE LESEPROBE

ZUSAMMENGESTELLT VON SVEN DAUM

♥	✦	◎	★
Gut ankommen	Lernen, das bleibt	Begleiten statt kontrollieren	Zutrauen statt Druck

KLÜGER LERNEN

statt länger büffeln

Gut ankommen nach dem Schulwechsel. Techniken, die wirken. Eltern als Lernbegleiter.

ÜBER DIESE LESEPROBE

Diese Leseprobe enthält das Vorwort, das Kapitel „Wie Lernen im Kopf funktioniert“, ein der zwölf Szenen und das erste Feld der Lernwerkstatt mit 4 von 40 Techniken aus „Klüger lernen statt länger büffeln“, wörtlich aus der Fassung 1.4 vom 29. Oktober 2026. Alle Familien, Kinder und Szenen sind erfunden. Die Dialoge sind Illustrationen pädagogischer Prinzipien, keine geprüften Verfahren; die Nummern in den Belegkästen verweisen auf das Literaturverzeichnis des vollständigen Buches.

Dieses Buch ersetzt keine Beratung, Diagnostik oder Behandlung. Es gibt Vorschläge und Orientierung, keine Programme.

ERSTELLER

Zusammengestellt von Sven Daum: eigene Erfahrungen, verbunden mit nachprüfbaren Quellen, erstellt mit KI-Unterstützung und fachlich gegengeprüft. Fotografien KI-generiert, keine realen Personen. © Sven Daum, 2026.

DAS VOLLSTÄNDIGE BUCH

INHALT

196 Seiten, fünf Teile, zwölf Szenen, 40 Lerntechniken. Was in dieser Leseprobe enthalten ist, ist markiert.

VORWORT: DER ERSTE SCHULTAG IST NICHT DAS PROBLEM IN DER LESEPROBE

1 WAS SIE WISSEN SOLLTEN, BEVOR SIE „HAST DU GELERNT?“ FRAGEN

1 Der Wechsel: Was sich wirklich ändert
2 Wie Lernen im Kopf funktioniert IN DER LESEPROBE
3 Eltern als Lernbegleiter
4 Motivation, Selbstbild und die erste schlechte Note
5 Die fünf Leitplanken

2 ZWÖLF SZENEN AUS DEM ERSTEN JAHR

So lesen Sie die Szenen
1 Die erste Englischarbeit
2 Die Woche der vergessenen Dinge
3 „Ich hab’s doch dreimal gelesen“ IN DER LESEPROBE
4 Der Abend vor der Mathearbeit
5 Vokabeln, die am Freitag weg sind
6 Hausaufgaben am Küchentisch
7 22 Uhr, 47 Nachrichten
8 „Frau Schröder kann mich nicht leiden“
9 Still im Unterricht
10 Sonntagabend Bauchweh
11 Zwei Haushalte, ein Hausaufgabenheft
12 Das Halbjahreszeugnis und das Wort „Schulform“

3 DIE LERNWERKSTATT: 40 TECHNIKEN

So benutzen Sie die Werkstatt
Abfragen IN DER LESEPROBE
Verteilen und Wiederholen
Mischen

Erklären und Selbsterklären
Lesen und Verstehen
Vokabeln und Sprachen
Mathe
Schreiben und Zusammenfassen
Organisieren
Konzentration, Pausen, Handy
Vor der Klassenarbeit
Schlaf und Bewegung
KI und Lernapps mit Leitplanken
Das Zehn-Minuten-Menü

4 WERKZEUGE

Der Wochenplan für die 5. Klasse
Der Sieben-Tage-Plan vor der Klassenarbeit
Abfragekarten selbst machen
Die Hausaufgaben-Absprache
Das Gespräch mit der Lehrkraft vorbereiten
Die Handy-Absprache für Schulnächte
Der Spickzettel: Sätze, die öffnen, und Sätze, die schließen

5 WAS DIE FORSCHUNG TRÄGT UND WAS NICHT

Was gut belegt ist, auch in Schulklassen
Was gemischt belegt ist
Was über den Wechsel bekannt ist und was nicht
Verbreitete Irrtümer
Was dieses Buch nicht ist

LITERATUR

ANLAUFSTELLEN

ÜBERTRITT UND PROBEZEIT IN DEN LÄNDERN

VORWORT

Der erste Schultag ist nicht das Problem



Donnerstag, 19:50 Uhr, ein Abend im Oktober, bei Familie Hartmann am Dorfrand. Paul, 10, sitzt am Küchentisch und hat seine Englischarbeit vor sich liegen, so ordentlich ausgerichtet, als könnte die Kante des Blattes noch etwas an der Note ändern. Oben rechts steht in grüner Tinte eine Drei. Daneben, kleiner: „Vokabeln sicherer lernen!“

Das Abendessen war still. Sabine hat abgeräumt und sich wieder hingesetzt. Jens steht an der Spüle und reinigt ein Ventil. Er hat die Drei gesehen und beschlossen, dass das Ventil jetzt seine volle Aufmerksamkeit braucht.

Paul war vier Jahre lang der Junge mit den Einsern, der seiner Grundschullehrerin erklärt hat, warum Axolotl ihre Beine nachwachsen lassen können. Seit August fährt er jeden Morgen 35 Minuten mit dem Bus in die Kreisstadt, aufs Gymnasium. Zwölf Fächer, 28 Kinder in der Klasse, drei davon kannte er vorher. Und jetzt diese Drei.

Sabine schaut ihn an. Der Satz liegt ihr auf der Zunge: „Hast du denn gelernt?“

Bevor sie ihn sagen kann, kommt Noah, 13, in die Küche, öffnet den Kühlschrank und betrachtet die Lage über die Schulter.

„Die Hagedorn?“, fragt er, ohne den Kopf aus dem Kühlschrank zu nehmen.

> „Ja.“

> „Die gibt nie Einsen in der ersten Arbeit. Musst halt Vokabeln lernen. Richtig, nicht so wie du immer. Und bei der darfst du nie ‚ä‘ sagen, wenn sie dich drannimmt, das zieht sie dir direkt ab.“

> „Ich hab die Vokabeln gelernt. Ich hab sie dreimal gelesen.“

> „Lesen ist nicht lernen“, sagt Noah, nimmt einen Joghurt und ist wieder weg, bevor jemand fragen kann, woher er das so genau weiß.

Paul schaut auf seine Drei. Sabine schaut auf Paul. Jens schaut auf das Ventil. Niemand hat etwas Falsches getan. Paul hat gelernt, wie er es kannte. Noah hat geholfen, so wie Dreizehnjährige helfen: im Vorbeigehen, mit zu viel Gewissheit und einem Rest Wahrheit darin. Sabine hat die Frage, die alle Eltern stellen, im letzten Moment nicht gestellt. Ob das gut war, weiß sie selbst nicht.

Mit diesem Abend beginnt dieses Buch, nicht mit dem ersten Schultag. Der ist meistens gut vorbereitet. Schwieriger ist der Moment, in dem das Neue Alltag wird: Die ersten Arbeiten kommen zurück, und das Kind merkt, dass es in dieser Klasse nicht mehr automatisch das schnellste ist. Wann das passiert, ist bei jedem Kind anders. Einen festen Zeitpunkt gibt es nicht.

Was dieses Buch will

Dieses Buch ist für Eltern von Kindern in der 5. bis 7. Klasse, kurz nach dem Wechsel auf die weiterführende Schule. Es will zwei Dinge.

Erstens will es Ihnen helfen, Ihr Kind in dieser Zeit zu verstehen. Neue Fächer, viele Lehrkräfte, Noten für die Mitarbeit, ein längerer Schulweg, neue Freunde, das erste Handy und ein Klassenchat, der um 22 Uhr noch läuft: Das alles kommt gleichzeitig. Manche Kinder blühen auf, manche brauchen eine Weile, manche stolpern, wo niemand es erwartet hätte.

Zweitens will es zeigen, wie Lernen hängen bleibt. Vieles davon widerspricht dem, was sich gut anfühlt: Dreimal lesen fühlt sich gründlich an, sich selbst abfragen mühsam. Trotzdem bleibt beim Abfragen mehr. An vielen Küchentischen wird gelernt, wie die Eltern selbst gelernt haben. Das ist niemandem vorzuwerfen. Es ist nur nicht die Art, die am meisten bringt.

Dazwischen steht eine Rolle: die des Lernbegleiters. Sie müssen keine Hilfslehrerin werden und nicht jeden Abend daneben sitzen. Sie können fragen, statt zu erklären. Sie können abfragen, statt zu kontrollieren. Und Sie können Ihrem Kind zutrauen, dass es diesen Wechsel schafft, gerade dann, wenn eine Drei auf dem Tisch liegt.

Was dieses Buch nicht ist

Es ist keine Nachhilfe. Bruchrechnung und *simple present* erklären Schulbücher und Lehrkräfte.

Es ist kein Lerntraining zum Durchziehen. Die Techniken sind kurz, meist zehn Minuten, und passen zu dem Stoff, den Ihr Kind ohnehin gerade hat.

Es ist keine Notengarantie. Keine Technik in diesem Buch verspricht eine bestimmte Note. Die Forschung zeigt Wahrscheinlichkeiten: Bestimmte Arten zu lernen helfen im Mittel mehr als andere. Ob sie Ihrem Kind helfen, zeigt sich beim Ausprobieren.

Und es ist kein Ersatz für Diagnostik. Wenn hinter den Schwierigkeiten mehr stecken könnte als ein holpriger Start, etwa eine Lese-Rechtschreib-Schwäche, eine Rechenschwäche, ADHS oder eine Angst, die nicht weggeht oder den Alltag einschränkt, dann brauchen Sie keine besseren Karteikarten, sondern eine Fachperson. Woran Sie das erkennen und an wen Sie sich wenden, steht im roten Kasten „Wann mehr als ein Lerntipp gebraucht wird“ in Kapitel 1.

Wie das Buch aufgebaut ist

Teil I erklärt den Wechsel, das Lernen im Kopf, Ihre Rolle und die fünf Leitplanken. **Teil II** erzählt zwölf Szenen aus dem ersten Jahr, jede mit einem zweiten Anlauf. **Teil III** ist die Lernwerkstatt mit 40 Techniken, **Teil IV** enthält Werkzeuge zum Ausfüllen, **Teil V** sagt, was die Forschung trägt und was nur gut klingt.

Durch das Buch begleiten Sie drei Familien. Die **Hartmanns**: Sabine, Pflegefachkraft im Schichtdienst, Jens, Landmaschinenmechaniker, Paul, 10, und Noah, 13, in der 8. Klasse derselben Schule. Oma Gerda, Jens' Mutter, wohnt im selben Ort und fragt Vokabeln ab, ob man sie bittet oder nicht. **Stefan Lenz**, Elektriker, lebt getrennt; seine Tochter Lina, 11, geht in die 5. Klasse einer Gesamtschule und ist mittwochs und jedes zweite Wochenende bei ihm, sonst bei ihrer Mutter Anja. Die **Arslan-Webers**: Katrin, Grundschullehrerin, Murat, der kocht, Finn, 12, im zweiten Jahr an der Realschule, und Ella, 8.

Wer „Gemeinsam statt nebeneinander" gelesen hat, kennt diese Familien; dieses Buch spielt ein Jahr später. Nötig ist das Vorwissen nicht.

Die Dialoge in diesem Buch sind Illustrationen, keine Skripte. Wenn ein Satz in Ihrem Mund fremd klingt, sagen Sie ihn anders. Ihr Kind merkt sofort, wenn Sie aus einem Ratgeber vorlesen.

Bei den Hartmanns ist an jenem Donnerstag übrigens nicht mehr viel passiert. Wie Sabine es zwei Tage später anders versucht hat, erzählt Szene 1. Warum dreimal Lesen sich so sicher anfühlt und in der Arbeit trotzdem nicht trägt, davon handelt Kapitel 2.

Worauf sich dieser Abschnitt stützt

[2] Jindal-Snape et al. 2020, Übersicht zum Schulübergang
[6] Evangelou et al. 2008, Was einen guten Übergang ausmacht
[21] Roediger & Karpicke 2006, Abfragen statt Wiederlesen
[31] Dunlosky et al. 2013, zehn Lerntechniken im Vergleich

Nummern verweisen auf das Literaturverzeichnis. Die Belege stützen die Prinzipien, nicht die einzelnen Dialoge (siehe Teil V).



TEIL I

1

Was Sie wissen sollten, bevor Sie „Hast du gelernt?“ fragen

Bevor es um Techniken geht, lohnt ein Blick auf das Kind und auf das, was um es herum gerade neu ist. Fünf Kapitel über den Wechsel, über das Lernen im Kopf, über Ihre Rolle am Küchentisch, über Noten und Zutrauen

KAPITEL 2

Wie Lernen im Kopf funktioniert



Freitag, 15:30 Uhr, bei Oma Gerda. Am Tag nach der Englischdrei. Freitags ist Paul nach der Schule bei ihr, und Oma Gerda hat, wie immer, die Vokabelliste in der Hand, bevor er die Jacke ausgezogen hat.

„*Kitchen*."

> „Küche."
>
> „*Cupboard*."
>
> „Schrank. Den hab ich jetzt."
>
> „*Neighbour*."
>
> „Nachbar. Oma, die kann ich alle. Die hatten wir doch letzte Woche."
>
> „Dann machen wir die nächste Seite."

Paul seufzt, als hätte er einen Marathon hinter sich. Dabei bringt das hier mehr als dreimal Lesen: Er muss die Wörter aus dem Kopf holen. Ob Oma Gerda dabei in die richtige Richtung fragt, ist eine andere Frage. Darauf kommt Szene 5 zurück.

Vergessen ist kein Fehler

Ihr Kind vergisst. Sie auch. Was am Montag gelernt wurde, ist am Freitag oft zu einem guten Teil weg, wenn es zwischendurch niemand mehr angefasst hat.

Das ist kein Defekt. Ein Kopf, der alles behielte, wäre voll mit Busfahrplänen und der Farbe der Socken vom letzten Dienstag. Das Gedächtnis sortiert: Was wieder gebraucht wird, bleibt. Am deutlichsten merkt es das, wenn es Wissen immer wieder hervorholen muss, nicht, wenn es Wissen immer wieder ansieht. Das ist der Kern dieses Kapitels.

Abrufen: Was man aus dem Kopf holt, bleibt

Zwei Kinder, eine Vokabelliste. Das eine liest sie viermal. Das andere liest sie einmal, deckt die deutsche Seite ab und versucht, die Wörter aus dem Kopf zu sagen. Das erste fühlt sich sicherer. Das Beispiel ist eine Übertragung: Die Psychologen Henry Roediger und Jeffrey Karpicke haben das Prinzip in einem bekannten Experiment mit Studierenden und Sachtexten untersucht [21]. Wer sich selbst abfragte, behielt langfristig mehr als jemand, der nur wiederlas. Man nennt das Testing-Effekt. Das Wort führt in die Irre: Es geht nicht um Noten, sondern um das Hervorholen. Eine Frage beim Abendessen, eine abgedeckte Spalte, das alles zählt.

Das gilt nicht nur im Labor. Eine Metaanalyse über 222 Studien im Unterricht, von der Schule bis zur Hochschule, mit zusammen 48.478 Lernenden fand für Abfragen einen mittleren Effekt [22]. Eine systematische Übersicht über Studien in echtem Unterricht, ebenfalls von der Schule bis zur Hochschule, fand in 57 Prozent von 49 Fällen einen mittleren bis großen Nutzen [23]. In einer amerikanischen Mittelstufe verbesserten häufige kurze Quizze im naturwissenschaftlichen Unterricht das Behalten [24], und auch bei Grundschulkindern wirkt Abrufüben [25]. Für 10- bis 12-Jährige ist das Prinzip also gut belegt.

Ein Bild dafür, das Sie nicht wörtlich nehmen müssen: Jedes Hervorholen ist wie ein Trampelpfad durch hohes Gras. Wer einmal durchgeht, sieht kaum eine Spur. Wer immer wieder durchgeht, macht einen Weg, den er auch im Dunkeln findet. Wiederlesen heißt, den Weg auf der Karte anzuschauen. Abrufen heißt, ihn zu gehen.

Bei Vokabeln heißt das: einmal lesen, eine Seite abdecken, versuchen. In Mathe: eine Aufgabe ohne Blick auf das Beispiel rechnen. In Biologie: das Buch zuklappen und aufschreiben, was man über die Fotosynthese noch weiß. Erst raus aus dem Kopf, dann nachsehen.

Verteilen: Mehrmals kurz schlägt einmal lang

Die zweite Erkenntnis betrifft die Zeit. Finn, 12, hat am Dienstag eine Mathearbeit. Er kann am Montagabend zwei Stunden lernen oder an vier Tagen davor je eine kürzere Runde. Verteiltes Lernen gehört zu den am besten belegten Befunden der Lernforschung [31]. Der beste Abstand zwischen zwei Wiederholungen wächst mit dem Zeitraum, für den man etwas behalten will [26]. Als Faustwert, der aus dieser Forschung abgeleitet ist und kein Studienwert: Für eine Arbeit in zwei Wochen sind ein bis zwei Tage Abstand zwischen den Wiederholungen sinnvoll, für Wissen, das bis zum Halbjahr halten soll, eher eine Woche.

Auch hier gibt es Belege aus der Schule. In zwei fünften Klassen in Kanada saßen seltene englische Wörter, die mit einer Woche Abstand geübt worden waren, nach fünf Wochen besser als am Stück gelernte [27]. Eine kleine Studie, aber eine aus echtem Unterricht. Und in einer Studie mit Karteikarten schlug ein großer Stapel, verteilt über mehrere Tage, viele kleine Stapel am Stück [28]. Das ist die Grundlage für jeden Karteikasten.

Wer etwas Halbvergessenes wiederholt, muss es suchen, und genau dieses Suchen festigt das Wissen. Wer zehnmal hintereinander dasselbe übt, hat nichts mehr zu suchen. Es fühlt sich flüssig an, aber der Kopf arbeitet kaum.

Dazu kommt der Schlaf. In einem Experiment mit Kindern von sechs bis acht Jahren festigte Schlaf nach dem Lernen vor allem Faktenwissen, etwa Wortpaare [72]. Lernzeit sollte deshalb nicht vom Schlaf abgehen. Die Nacht vor der Arbeit durchzulernen ist keine gute Idee.

Mischen: Nicht alles von einer Sorte

Die dritte Erkenntnis fühlt sich besonders falsch an. Im Mathebuch stehen die Aufgaben sortiert: zehn zum Addieren von Brüchen, dann zehn zum Multiplizieren. In der Arbeit stehen sie gemischt, und das Kind muss zuerst erkennen, welche Art Aufgabe es vor sich hat. Genau das hat es nie geübt.

Eine große Studie mit 54 Klassen der Stufe 7 in den USA hat das untersucht [29]. Die eine Hälfte übte Mathe gemischt, die andere in Blöcken. Einen Monat später lagen die Kinder, die gemischt geübt hatten, bei 61 Prozent richtigen Antworten, die anderen bei 38 Prozent.

Mischen hilft aber nicht überall gleich. Eine Metaanalyse fand über alle Fächer hinweg einen mittleren Vorteil, und bei Wortlisten, also etwa Vokabeln, kann das Blocken sogar besser sein [30]. Eine sinnvolle Regel für zu Hause: Ganz neuer Stoff wird zuerst in Ruhe am Stück geübt, beim Wiederholen wird gemischt. Für Finn heißt das: neue Bruchrechnung erst für sich, vor der Arbeit Aufgaben aus den letzten drei Kapiteln durcheinander.

Warum Wiederlesen und Markieren sich so gut anfühlen

Warum lernen dann so viele mit Wiederlesen und Markieren? Weil es sich gut anfühlt. Lesen hilft beim Verstehen, und ohne Verstehen gibt es nichts abzurufen. Wer einen Text aber zum dritten Mal liest, erkennt vor allem jeden Satz wieder. Das fühlt sich an wie Wissen, ist aber zu einem guten Teil Vertrautheit. Wiedererkennen ist viel leichter als Wiedergeben. Paul hat beim Lernen jede Vokabel wiedererkannt, als beide Spalten offen lagen. In der Arbeit lag nur eine Spalte offen. Eine Seite, die in drei Farben leuchtet, sieht nach viel Arbeit aus. Ob danach etwas im Kopf ist, sagt sie nicht.

Der Lernforscher John Dunlosky und sein Team haben zehn verbreitete Lerntechniken bewertet [31]. Als „hoch nützlich“ stuften sie zwei ein: sich selbst abfragen und verteilt lernen. Als „mittel“ das Nachfragen, warum etwas so ist, das Selbsterklären und das Mischen. Als „gering“ Zusammenfassen, Markieren, die Schlüsselwortmethode, bildliche Vorstellung und Wiederlesen. „Gering“ heißt nicht schädlich, sondern: als breit einsetzbare Lernstrategie weniger zuverlässig belegt. Einzelne Anwendungen können trotzdem sinnvoll sein. Viele der Studien stammen von Studierenden, und für jüngere Kinder ist nicht jede Technik gleich gut untersucht. Die Richtung ist trotzdem klar.

Markieren darf ein erster Schritt sein, um das Wichtige zu finden. Danach sollte das Buch zugehen und die Frage kommen: Was weiß ich jetzt, ohne nachzusehen?

Selbsterklären: Warum ist das so?

Eine Technik aus der Mitte der Liste können Eltern besonders leicht begleiten. Beim Selbsterklären fragt sich das Kind: Warum ist das so? Wie hängt das mit dem zusammen, was ich schon weiß? Oder es erklärt den Stoff jemand anderem, einem Elternteil, einem Geschwisterkind oder dem Kuscheltier auf dem Regal.

Selbsterklären ist in einer Metaanalyse gut untersucht [32], und auch Grundschulkinder profitierten davon in Mathe [33]. In Biologie heißt das: erklären, wofür Pflanzen Licht brauchen. In Mathe: sagen, warum man beim Erweitern eines Bruchs oben und unten mit derselben Zahl malnimmt. Stockt das Kind dabei, ist das kein Versagen, sondern eine nützliche Auskunft: Genau dort sitzt die Lücke. Ella, 8, hört manchmal gern zu, wenn sie Lust hat, und fragt so lange nach, bis Finn merkt, wo er selbst unsicher ist. Ob seine Erklärung stimmt, prüft er danach am Buch.

Über das eigene Lernen nachdenken

Über allen Techniken liegt das Nachdenken über das eigene Lernen, Fachleute sagen Metakognition. Weiß ich das wirklich, oder kommt es mir nur bekannt vor? Wie habe ich gelernt, und hat es gereicht?

Kinder in der 5. Klasse lernen das meistens nicht von allein. Eine Metaanalyse zeigt, dass ein Training von Lernstrategien vor allem dann wirkt, wenn es am echten Fachstoff stattfindet und die Kinder erfahren, warum eine Strategie hilft [34]. Ein Kind, das selbst erlebt, dass es nach dem Abdecken weniger weiß als gedacht, versteht, warum es sich abfragen sollte.

Für Eltern heißt das: Die wertvollste Frage nach einer Arbeit ist nicht „Welche Note?“, sondern „Wie hast du gelernt, und hat es gereicht?“ Darauf kommt Kapitel 3 zurück.

Und die Lerntypen?

Ihr Kind sei ein visueller, auditiver oder haptischer Lerntyp und müsse entsprechend lernen? Die Idee ist weit verbreitet, auch unter Lehrkräften: In einer Befragung in England und den Niederlanden hielten Lehrkräfte im Schnitt 49 Prozent der ihnen vorgelegten Neuromythen für wahr, darunter die Lerntypen [39]. Belegt ist sie nicht. Unterricht, der auf einen angeblichen Lerntyp zugeschnitten ist, wirkt nicht besser [37][38]. Eine Skizze kann Lina helfen, wenn das Bild zum Stoff passt. Für *cupboard* hilft aber auch ihr das Abdecken mehr als das Ausmalen. Das entlastet: Die gut belegten Grundsätze sind für fast alle Kinder nützlich. Wie viel Stoff, welche Form und wie viel Hilfe, passen Sie dem Kind an. Mehr dazu in Teil V.

MERKEN

Was man aus dem Kopf holt, bleibt besser als das, was man nur wieder ansieht. Mehrmals kurz schlägt einmal lang. Und dass sich Wiederlesen gut anfühlt, heißt nicht, dass es viel bringt.

Zurück zu Oma Gerda

Paul hat an jenem Freitag die nächste Seite gemacht, Liste von oben nach unten, englisches Wort, deutsches Wort, mit Kakao. Oma Gerda war zufrieden, Paul auch. Was dabei noch fehlt, die Richtung, der Abstand, das Durcheinander, merken beide erst einige Wochen später, an einem Vokabeltest mit sieben Fehlern. Davon erzählt Szene 5.

Worauf sich dieser Abschnitt stützt

[21] Roediger & Karpicke 2006, Abfragen statt Wiederlesen
[22] Yang et al. 2021, Abfragen im Unterricht
[23] Agarwal et al. 2021, Abrufüben im Unterricht
[24] McDaniel et al. 2011, Quiz im Unterricht der Mittelstufe
[25] Karpicke, Blunt & Smith 2016, Abrufüben bei Grundschulkindern
[26] Cepeda et al. 2008, bester Abstand beim Wiederholen
[27] Sobel, Cepeda & Kapler 2011, verteilte Wörter in Klasse 5
[28] Kornell 2009, Karteikarten verteilt statt gepaukt
[29] Rohrer et al. 2020, gemischtes Üben in Mathe
[30] Brunmair & Richter 2019, Mischen: wann es hilft
[31] Dunlosky et al. 2013, zehn Lerntechniken im Vergleich
[32] Bisra et al. 2018, Selbsterklären
[33] Rittle-Johnson 2006, Selbsterklären bei Grundschulkindern
[34] Donker et al. 2014, Training von Lernstrategien
[37] Pashler et al. 2008, Lernstile auf dem Prüfstand
[38] Rogowsky, Calhoun & Tallal 2015, Lernstil und Unterrichtsform
[39] Dekker et al. 2012, Neuromythen bei Lehrkräften
[72] Wilhelm, Diekelmann & Born 2008, Schlaf festigt Gelerntes

Nummern verweisen auf das Literaturverzeichnis. Die Belege stützen die Prinzipien, nicht die einzelnen Dialoge (siehe Teil V).



TEIL II

2

Zwölf Szenen aus dem ersten Jahr

Zwölf Abende aus drei Familien, an denen beim Lernen etwas kippt. Jeder bekommt einen zweiten Anlauf, und manchmal klappt davon ein Stück.

SZENE 3

„Ich hab’s doch dreimal gelesen“

Paul, 10, Sabine, Noah, 13. Ein Dienstag, 20:40 Uhr, und der Freitag danach.

Die Szene

Sabine kommt um 20:40 Uhr vom Spätdienst. Im Wohnzimmer brennt noch Licht. Paul sitzt im Schlafanzug auf dem Sofa, das Biobuch auf den Knien. Eigentlich sollte er seit zehn Minuten im Bett sein. Die Seiten über die Wirbeltiere sind so gelb markiert, dass das Buch aussieht, als hätte es in der Sonne gelegen.

„Morgen ist die Bio-Arbeit“, sagt er. „Ich bin fertig. Ich hab’s dreimal gelesen.“

Sabine hat seit Mittag nicht gesessen. „Soll ich dich noch abfragen?“

> „Nee. Ich kann das. Fische, Amphibien, Reptilien, Vögel, Säugetiere. Wechselwarm, gleichwarm. Kann ich alles.“

> „Sicher?“

> „Mama. Ich weiß alles über Tiere.“

Das stimmt fast. Paul weiß, dass Flamingos rosa werden, weil sie kleine Krebse fressen, und dass manche Frösche im Winter fast einfrieren. Sabine küsst ihn auf den Kopf und schickt ihn ins Bett.

Am Freitag liegt die Arbeit auf dem Küchentisch, eine Drei minus. Bei „Nenne vier Merkmale der Amphibien“ stehen zwei. Bei „Erkläre den Unterschied zwischen wechselwarm und gleichwarm“ steht ein halber Satz, der mit „weil“ anfängt und nirgends ankommt.

„Das ist so unfair“, sagt Paul. „Ich hab’s doch dreimal gelesen! Ich hab das alles gewusst!“

Noah schaut über den Tisch. „Lesen ist halt nicht lernen.“

> „Halt die Klappe!“

> „Noah“, sagt Sabine. „Lass ihn.“

Paul knüllt die Arbeit nicht zusammen. Diesmal nicht. Er sitzt nur da und schaut auf die zwei Merkmale, und das ist fast schlimmer.

? Was hier gerade passiert

Beim Kind.
Paul hat nicht gefaulenzt. Er hat gelesen, markiert und wieder gelesen, und mit jedem Durchgang kam ihm der Text vertrauter vor. Lesen hat ihm beim Verstehen geholfen. Vertraut heißt aber nicht abrufbar. Er musste die Merkmale selbst aus dem Kopf holen, und genau das hatte er nie geübt. Dazu kommt: Wer viel über Tiere weiß, fühlt sich bei Tieren besonders sicher. Nur standen die Flamingos nicht in der Arbeit.

Bei der Mutter.
Sabine hat ihrem Sohn geglaubt, nach einem langen Dienst. Das ist kein Fehler, das ist Vertrauen. Und am Abend vor der Arbeit kommt Abfragen ohnehin spät.

Beim Bruder.
Noah spitzt zu: Lesen ist durchaus Lernen, es zeigt nur nicht, was man ohne Buch weiß. Und er hilft damit nicht. Ein richtiger Satz im falschen Moment ist für den, der ihn hören muss, vor allem ein Urteil.

Bei der Schule.
Im Sachunterricht kam Paul mit Neugier weit. In Biologie heißen die Aufgaben „Nenne“ und „Erkläre“, verlangt sind Fachbegriffe und ganze Sätze. Das ist ein neues Format. Ob Paul gezeigt bekam, wie man dafür lernt, und es schon selbst kann, weiß die Lehrkraft.

Was Eltern dabei spüren

Sabine denkt am Freitag: Ich hätte ihn abfragen sollen. Das schlechte Gewissen hat wenig recht. Schwerer wiegt: Paul hat sich angestrengt, und es hat nicht gereicht. Für einen Zehnjährigen fühlt sich das nach Ungerechtigkeit an, oder nach dem Verdacht, dass Anstrengung bei ihm nichts nützt. Mit „Du hättest halt anders lernen müssen“ nimmt man ihm den nicht.

Der zweite Anlauf

Eine Woche später, Mittwoch, 16:30 Uhr. Sabine hatte Frühdienst. Paul erzählt, dass in Bio als Nächstes die Vögel drankommen, Test in drei Wochen.

„Darf ich dir was zeigen?“, fragt Sabine. „In der Ausbildung mussten wir Dutzende Medikamente auswendig können. Lesen hat bei mir nichts gebracht. Umdrehen schon.“

Sie schlägt die Vögel auf. „Du liest das einmal, ohne Textmarker. Dann drehst du das Buch um und schreibst auf ein leeres Blatt, was du noch weißt. Danach vergleichst du und schreibst mit Rot dazu, was gefehlt hat.“

> „Das ist ja ein Test.“

> „Ja. Aber einer, den keiner benotet.“

> „Warum soll ich mich testen, wenn ich es doch lesen kann?“

> „Weil beim Lesen alles bekannt aussieht. Das fühlt sich an wie Können. Erst beim Aufschreiben merkst du, was wirklich drin ist.“

Paul liest, dreht das Buch um, schreibt: Federn, Schnabel, legen Eier, gleichwarm. Dann kaut er auf dem Stift. Beim Vergleichen fehlen fünf Dinge, darunter die hohlen Knochen, und das ärgert ihn besonders.

> „Siehst du. Ich kann's nicht.“

> „Gestern hättest du gesagt, du kannst die ganze Seite. Jetzt weißt du, welche fünf fehlen. Morgen machst du wieder das leere Blatt und vergleichst danach.“

Am Donnerstag schreibt Paul sieben von neun auf, die hohlen Knochen zweimal unterstrichen. Am Samstag baut er mit Jens Nistkästen, und Sabine lässt es. Am Sonntag macht er es von selbst, an die Kühlschranktür gelehnt.

„Machen wir in der Achten auch so“, sagt Noah. „Hab ich selbst rausgefunden.“

Anstrengender als Lesen ist es, und Paul sagt das an manchen Tagen zweimal. Wie der Vogeltest ausgeht, weiß noch niemand. Neu ist nur, dass Paul vorher wissen wird, was er weiß.

Was an diesem Anlauf hilfreich sein kann

Paul hat nicht mehr Zeit investiert, eher weniger: einmal lesen, dann aus dem Kopf holen, dann vergleichen (Leitplanke 2: Abfragen statt Wiederlesen), und das an mehreren Tagen statt an einem Abend (Leitplanke 3: Verteilen statt pauken). Sabine hat die Technik gezeigt und danach nichts kontrolliert, auch am Samstag nicht (Leitplanke 4: Begleiten statt kontrollieren).

Abfragen gehört zu den am besten belegten Befunden der Lernforschung, auch in Schulklassen; Kapitel 2 stellt die Studien vor [21][22]. Wiederlesen ist nicht schädlich und hilft beim Verstehen, ist als Lernstrategie fürs Behalten aber weniger zuverlässig belegt [31].

Blatt umdrehen

Klasse 5–7, 10 bis 15 Minuten je Abschnitt, Fächer mit viel Wissen wie Biologie, Erdkunde, Geschichte, gut belegt. Ihr Kind liest einen Abschnitt einmal ohne Textmarker, dreht das Buch um und schreibt auf ein leeres Blatt, was es noch weiß. Dann vergleicht es mit dem Buch und ergänzt in einer anderen Farbe, was fehlte; am nächsten oder übernächsten Tag folgt das leere Blatt erneut, wieder mit Abgleich. Einstiegssatz: „Das ist ein Test, den keiner benotet.“

Wenn es trotzdem hakt

Auf dem Blatt steht fast nichts.

Dann ist der Abschnitt zu lang. Nehmen Sie eine halbe Seite, lassen Sie die Zwischenüberschriften als Gerüst stehen oder geben Sie eine Frage vor. Was mit Hilfe kam, wird markiert und später ohne versucht. Wenig auf dem Blatt ist eine ehrliche Auskunft, kein Versagen.

Ihr Kind schaut heimlich ins Buch.

Sagen Sie dazu, dass niemand das Blatt einsammelt. Nachsehen ist erlaubt, nur getrennt: erst ohne Buch, was fehlt, dann mit Buch in Rot.

„Das dauert ja länger als Lesen.“

Stimmt, beim ersten Mal. Dafür muss Ihr Kind am nächsten Tag nur das leere Blatt füllen und vergleichen, nicht die ganze Seite noch einmal lesen.

Für die nächste Woche

Wählen Sie vor dem nächsten Test eine einzige Seite. Ihr Kind liest sie einmal, dreht das Buch um und schreibt auf, was es noch weiß. Vergleichen, fertig. Mehr nicht in dieser Woche.

Worauf sich dieser Abschnitt stützt

[21] Roediger & Karpicke 2006, Abfragen statt Wiederlesen
[22] Yang et al. 2021, Abfragen im Unterricht
[24] McDaniel et al. 2011, Quiz im Unterricht der Mittelstufe
[31] Dunlosky et al. 2013, zehn Lerntechniken im Vergleich

Nummern verweisen auf das Literaturverzeichnis. Die Belege stützen die Prinzipien, nicht die einzelnen Dialoge (siehe Teil V).



TEIL III

3 Die Lernwerkstatt: 40 Techniken

Vierzig Werkzeuge für Küchentisch, Busfahrt und Sofa, jedes mit einer ehrlichen Angabe, wie gut es belegt ist. Keines muss sein, und das beste ist das, bei dem Ihr Kind sagt: „Okay. Aber nur zehn Minuten.“

Abfragen

Was man aus dem Kopf holt, bleibt; was man nur wieder ansieht, fühlt sich bloß bekannt an (Kapitel 2).

1 · Das Blatt umdrehen

Klasse: 5–7 | Zeit: 10 Minuten | Fach: alle | Belegt: gut belegt

Das Kind liest eine Heftseite, dreht sie um und schreibt auf ein leeres Blatt alles, was es noch weiß. Dann dreht es zurück und ergänzt mit einer anderen Farbe, was fehlte. Wer sich selbst abfragt, behält langfristig mehr als jemand, der dieselbe Zeit wiederliest [21]. Steht fast nichts auf dem Blatt, nehmen Sie eine halbe Seite oder lassen die Zwischenüberschriften als Gerüst stehen (Szene 3). Grundschulkinder profitieren vor allem, wenn der Abruf mit solchen Hilfen gelingt [25].

So erklären Sie es: „Dein Kopf merkt sich vor allem das, was er selbst hervorholen muss. Schreib auf, was du noch weißt."

Zehn Minuten zum Ausprobieren: Drei Minuten lesen, fünf schreiben, zwei mit der grünen Farbe ergänzen. Paul macht es mit seiner Bio-Seite über den Igel und ist empört, wie wenig übrig bleibt. Am nächsten Tag, wieder mit Abgleich, ist es mehr.

Typischer Fehler: Nach zehn Sekunden zurückdrehen, weil die Leere unangenehm ist. Geben Sie dem Suchen eine Minute. Danach ist Nachsehen kein Schummeln, sondern der zweite Teil der Übung.

2 · Frage-Karten

Klasse: 5–7 | Zeit: 10 Minuten | Fach: alle | Belegt: gut belegt

Vorne eine Frage, hinten die Antwort, in der Schrift des Kindes. Die Vorderseite fragt wirklich („Woraus besteht ein Insektenkörper?") und trägt nicht nur ein Stichwort. Abrufüben hat sich auch in Schulklassen bewährt [23]. Wie die Karten über Tage wiederkommen, zeigt der Karteikasten (Technik 18).

So erklären Sie es: „Schreib die Fragen so, wie deine Lehrerin sie in der Arbeit stellen würde."

Zehn Minuten zum Ausprobieren: Fünf Minuten Karten schreiben, fünf Minuten durchgehen. Nicht gewusste kommen auf einen zweiten Stapel, der gleich und am nächsten Tag noch einmal drankommt. Finn geht seine Karten in der Straßenbahn zum Training durch.

Typischer Fehler: Abschreiben statt fragen. Steht hinten ein halber Absatz aus dem Buch, hat das Kind nur kopiert; eine kurze Antwort genügt meist. Schauen Sie einmal mit, ob sie stimmt.

3 · Lehrer spielen

Klasse: 5–7 | Zeit: 15 Minuten | Fach: alle | Belegt: gemischt belegt

Das Kind stellt Ihnen aus seinem Heft fünf Fragen, prüft Ihre Antworten und erklärt, wenn Sie danebenliegen. Das Abfragen selbst ist gut belegt [22]; ob die Lehrerrolle zusätzlich hilft, ist für diese Form nicht eigens untersucht. Sie dreht aber das Gefälle am Küchentisch für eine Viertelstunde um.

So erklären Sie es: „Heute bist du die Lehrerin. Ich hab keine Ahnung von Kontinenten. Frag mich ab, und wenn ich Quatsch erzähle, erklärst du es mir."

Zehn Minuten zum Ausprobieren: Lina stellt Stefan fünf Fragen aus Erdkunde. Stefan behauptet einmal absichtlich, der Äquator laufe durch Italien. Lina korrigiert mit großer Genugtuung und zeigt es ihm im Atlas.

Typischer Fehler: Zu oft absichtlich falsch antworten; ein-, zweimal reicht, und nur, wenn Ihr Kind das lustig findet. Und wenn Sie wirklich etwas nicht wissen, sagen Sie es; auch das ist eine Lektion.

4 · Fragen zum Text selbst stellen

Klasse: 5–7 | Zeit: 10 Minuten | Fach: Sachfächer, Deutsch | Belegt: gemischt belegt

Nach einem Abschnitt im Bio- oder Geschichtsbuch schreibt das Kind drei Fragen auf, deren Antwort im Text steht, und eine, die mit „Warum“ beginnt. Am nächsten Tag beantwortet es sie, ohne nachzusehen. Fragen stellen ist einer der vier Schritte des reziproken Lehrens, eines Programms, das das Leseverstehen verbessert [45].

So erklären Sie es: „Wenn du die Fragen selbst stellst, weißt du hinterher, was wichtig war.“

Zehn Minuten zum Ausprobieren: Einen Abschnitt lesen, drei Fragen und eine Warum-Frage aufschreiben, den Zettel ins Buch legen. Am nächsten Abend zwei Minuten: Zettel raus, antworten, nachsehen.

Typischer Fehler: Fragen, die man mit Ja oder Nein beantworten kann („War das im Mittelalter?“). Machen Sie beim ersten Mal eine gute Frage vor und helfen Sie mit den Fragewörtern wer, was, wann, wo, wie, warum.

Worauf sich dieser Abschnitt stützt

[21] Roediger & Karpicke 2006, Abfragen statt Wiederlesen
[22] Yang et al. 2021, Abfragen im Unterricht
[23] Agarwal et al. 2021, Abrufüben im Unterricht
[25] Karpicke, Blunt & Smith 2016, Abrufüben bei Grundschulkindern
[45] Rosenshine & Meister 1994, Reziprokes Lehren

Nummern verweisen auf das Literaturverzeichnis. Die Belege stützen die Prinzipien, nicht die einzelnen Dialoge (siehe Teil V).

SO GEHT ES WEITER

Elf weitere Szenen und 36 Techniken



Sie haben „„Ich hab’s doch dreimal gelesen““ kennengelernt. Im vollständigen Buch kommen dazu: Pauls erste Englischarbeit mit einer Drei, Linas Woche der vergessenen Sportsachen, Finns Abend vor der Mathearbeit, Vokabeln, die bei Oma Gerda am Freitag weg sind, Streit über Hausaufgaben am Küchentisch, 47 Nachrichten im Klassenchat um 22 Uhr, eine Lehrerin, die „mich nicht leiden kann“, die stille mündliche Note, Bauchweh am Sonntagabend, zwei Haushalte mit einem Hausaufgabenheft und das Halbjahreszeugnis mit dem Wort „Schulform“.

Dazu dreizehn weitere Felder der Lernwerkstatt, vom Verteilen und Mischen über Vokabeln, Mathe und Schreiben bis zu Konzentration, Schlaf und KI, ein Zehn-Minuten-Menü, sieben Werkzeuge zum Ausfüllen (Wochenplan, Sieben-Tage-Plan vor der Klassenarbeit, Abfragekarten, Hausaufgaben-Absprache, Gespräch mit der Lehrkraft, Handy-Absprache, Spickzettel) und ein ehrlicher Teil darüber, was die Forschung trägt und was nicht, samt den „Lerntypen“.

Das vollständige Buch

„Klüger lernen statt länger büffeln. Gut ankommen nach dem Schulwechsel. Techniken, die wirken. Eltern als Lernbegleiter.“ 196 Seiten, digitale Leseausgabe, Fassung 1.4. Zusammengestellt von Sven Daum. Für 7,90 € auf kidixi.com/lernen · Kontakt: hallo@kidixi.com

Worauf sich das Buch stützt

Lernforschung: Dunlosky et al. 2013, Roediger und Karpicke 2006, Yang et al. 2021, Cepeda et al. 2008, Rohrer et al. 2020

Der Wechsel: Eccles et al. 1993, Marsh 1987, Becker und Neumann 2018, Zhou et al. 2026

Eltern und Hausaufgaben: Pomerantz, Moorman und Litwack 2007, Donker et al. 2014

92 nummerierte Quellen. Die Belege stützen die Prinzipien, nicht die einzelnen Dialoge. Das vollständige Literaturverzeichnis steht im Buch.

„Dreimal gelesen ist noch nicht einmal gewusst."

Donnerstag, 19:50 Uhr. Paul ist zehn, seit August auf dem Gymnasium, und hat in der Grundschule nur Einsen geschrieben. Jetzt liegt seine erste Englischarbeit auf dem Küchentisch, oben rechts in grüner Tinte eine Drei. „Ich hab die Vokabeln gelernt", sagt er. „Ich hab sie dreimal gelesen." Er glaubt das selbst. Abgefragt hat er sich nie.

Dieses Buch zeigt, wie Ihr Kind nach dem Wechsel gut ankommt und wie Lernen hängen bleibt: abfragen statt wiederlesen, verteilen statt pauken. Zwölf Szenen aus dem ersten Jahr, 40 Techniken für jedes Fach, Werkzeuge zum Ausfüllen und eine ehrliche Einordnung, was die Forschung belegt und was nur gut klingt.

Für Eltern von Kindern in Klasse 5 bis 7, die keine Hilfslehrer werden wollen, sondern Lernbegleiter.

♥	✦	◎	★
Gut ankommen	**Lernen, das bleibt**	**Begleiten statt kontrollieren**	**Zutrauen statt Druck**

