

Zielgruppe:

Lehrpersonal und Dozent*innen

Inhalte:

Speed-Reading – Vermittlung einfacher Werkzeuge zur:

- Steigerung der Lesegeschwindigkeit auf Normalniveau
- Verbesserung des Textverständnisses
- Reduktion der Rücksetzer während des Lesens
- Weiteren Vertiefung/Anwendung im Alltag (Vervielfachung der Lesegeschwindigkeit möglich)

Mitdenken, statt Mitschreiben:

- **Cornell-Notes** für übersichtliche Notizen
- Die **Mind-Map** für gehirngerechtes Lernen
- **Color-Coding** als Schlüssel für besseres Erinnern
- Eigene **Symbole** erarbeiten um schneller mitzuschreiben

Lernen und Lesen – Nicht nur wissen *was*, sondern auch *wie*:

- Di-Maio Lesemethode
- Spaced-Repetition-Learning mit Karteikarten
- Unterrichts-Notizen als Startpunkt für gute Noten nutzen

Den richtigen Zeitpunkt finden:

- Den Biorhythmus verstehen
- Wie soll ich die Lernzeiten in meinen Alltag integrieren?
- Pomodoro-Technik für guten Flow und Pausenzeiten

Dauer

4 UE

Seminarnummer:

OC-11

Kosten:

Auf Anfrage

Termine:

Auf Anfrage

Abschluss:

Teilnahmezertifikat

Ansprechpartnerin:

Frau Ines Kuther

☎ 03364 37-5281

✉ ines.kuther@qcw.de