

## Nr. 13.05 Effektiver lernen – gewusst wie

**Zielgruppe:** Alle Auszubildende, die am 01.09.2009 ihre Ausbildung an der Universität Heidelberg begonnen haben

**Seminarziel:** Der Kurs bietet Auszubildenden Anleitung zum effektiven, selbstständigen Lernen und zur Prüfungsvorbereitung.

**Seminarinhalt:** Einen lernbereiten Zustand herstellen:

- Eigene Zielsetzung
- Motivation
- Durchhaltevermögen
- Konzentration
- Umgang mit Vermeidungsstrategien
- Pausengestaltung

Effektive Arbeits- und Lerntechniken:

- Funktionsweise des Gedächtnisses
- Zeitmanagement und Wochenplanung
- Hilfreiche Lernmethoden kennen und anwenden lernen

**Referentin:** Liselotte Kühn, Diplom-Pädagogin

**Anmerkung:** Die Termine werden anhand der Schulpläne festgelegt und werden dann den Auszubildenden und den AusbilderInnen mitgeteilt.

Termine		Uhrzeit	Ort	Raum	Teilnehmerzahl
1.	12.01. – 13.01.2010	9:00 – 13:00 Uhr	Zentrale Universitätsverwaltung, Seminarstr. 2	235	8 – 12
2.	19.01. – 20.01.2010	09:00 – 13:00 Uhr	Zentrale Universitätsverwaltung, Seminarstr. 2	235	8 – 12
3.	26.01. – 27.01.2010	09:00 – 13:00 Uhr	Zentrale Universitätsverwaltung, Seminarstr. 2	235	8 – 12
4.	03.02. – 04.02.2010	09:00 – 13:00 Uhr	Zentrale Universitätsverwaltung, Seminarstr. 2	235	8 – 12