

## Lerntipp 2: Lernziele formulieren



### Wie formuliere ich Lernziele?

Mit dem zweiten Lerntipp möchten wir Sie unterstützen, **Lernziele zu formulieren** und diese in Ihren Alltag zu integrieren. Denn wer unsicher ist, wo die Reise hingehen soll, kann auch nicht an seinem Ziel ankommen.

In unserer Beratung erzählen uns viele Schülerinnen und Schüler, dass Sie nicht wissen, wie sie mit dem Lernen anfangen sollen. Viele sitzen am Schreibtisch, ohne einen Plan zu haben und fangen an zu grübeln: „Mit was starte ich heute?“ „Was muss ich überhaupt machen?“ „Welche Aufgaben sind wichtig?“ Das Resultat ist, dass viel Zeit verschwendet wird und die Verlockung groß ist, sich mit anderen Dingen abzulenken. Kennen Sie das auch?

Hier schafft der Wochenplan (siehe Lerntipp 1) eine erste Abhilfe. Damit der Wochenplan erfolgreich umgesetzt werden kann, ist es wichtig, dass Sie sich **konkrete Lernziele** setzen. Diese aufzuschreiben und beispielsweise in den Wochenplan zu übertragen, ist jedoch gar nicht so einfach.

Bei der Formulierung der Lernziele bedienen wir uns an der SMART-Methode (mehr Informationen zur SMART-Methode finden Sie reichlich im Internet). Für die Formulierung unserer Lernziele sind die folgenden drei Kriterien relevant: spezifisch, terminierbar, realistisch.

**Spezifisch** = Lernziele so konkret und spezifisch wie möglich formulieren.

**Terminierbar** = Zielen eine zeitliche Begrenzung geben.

**Realistisch** = Machbarkeit der Aufgabe innerhalb der Zeit und mit den Mitteln, die zur Verfügung stehen.

Formulieren Sie Ihre Lernziele für die Woche also so konkret wie möglich:

- ➔ Nicht „GK lernen“ sondern: „Bis Dienstag eine Zusammenfassung zu den Seiten 10-15 im GK-Buch schreiben.“
- ➔ Nicht „SK üben“ sondern: „Am Mittwoch Aufgaben auf den Seiten 15 und 16 im SK-Buch wiederholen“.

Nachfolgend finden Sie eine Vorlage, mit der Sie üben können, Ihre Lernziele mit Hilfe der Kriterien zu notieren. Denn konkrete Ziele bündeln unsere Energie, motivieren uns, führen zu mehr Ausdauer und geben eine Richtung an. Und am Ende des Tages werden Sie zufriedener mit sich und Ihren Leistungen sein.

## Lerntipp 2: Lernziele formulieren



Bei der Formulierung der Lernziele bedienen wir uns an der SMART-Methode und verwenden folgende drei Kriterien: **spezifisch**, **terminierbar**, **realistisch**.

Ihr formuliertes Lernziel ist dann eindeutig, wenn es alle 3 Kriterien erfüllt:

<b>Spezifisch</b>	<b>Terminiert</b>	<b>Realistisch</b>
= Ziele so konkret und spezifisch wie möglich formulieren	= Ziele zeitlich bindend planen. Was ist bis wann zu erledigen?	= Machbarkeit der Aufgabe innerhalb der Zeit und mit den Mitteln, die zur Verfügung stehen

- 1. Formulieren Sie anhand der 3 Kriterien ein Lernziel, dass Sie erreichen möchten.**  
Achten Sie auf eine positive Formulierung!

**Mein Lernziel lautet:**



---

---

- 2. Überprüfen Sie anhand der Checkliste, ob Ihr formuliertes Ziel eindeutig ist.**  
**Können Sie die untenstehende Checkliste abhaken?**

<b>Spezifisch</b>	<input type="checkbox"/> Ich habe mein Lernziel konkret benannt. <input type="checkbox"/> Ich habe das Lernziel in einem prägnanten Satz zusammengefasst. <input type="checkbox"/> Ich habe beschrieben, wie ich es erreichen möchte (z.B. welche Lernmethode ich anwenden werde).
<b>Terminiert</b>	<input type="checkbox"/> Ich habe mir einen zeitlichen Rahmen gesetzt.
<b>Realistisch</b>	<input type="checkbox"/> Die Erreichung meines Lernziels ist realistisch. <input type="checkbox"/> Ich kann das Ziel mit meinen Fähigkeiten erreichen. <input type="checkbox"/> Ich habe die passenden Lernmaterialien, um das Ziel zu erreichen.