

## PRESSEINFORMATION

### **Schulbeginn: Entspannt ins neue Schuljahr**

*Das Ende der Ferien ist zum Greifen nah. In wenigen Tagen dürfen Österreichs Schülerinnen und Schüler wieder zurück in die Schule. Im heurigen Schuljahr besonders wichtig: von Anfang an mitlernen. Für ein möglichst entspanntes Schuljahr rät Angela Schmidt vom Nachhilfeinstitut LernQuadrat zu folgender Strategie: „Animieren Sie Ihr Kind zum regelmäßigen Mitlernen und bieten Sie ihm im Bedarfsfall gleich zu Schulbeginn professionelle Unterstützung, dann klappt es auch mit der ersten Schularbeit, und der Notendruck ist nicht mehr so groß“. Außerdem entdeckt man auf diese Weise frühzeitig Lernlücken aus dem vergangenen Schuljahr und kann sofort entsprechend reagieren.*

#### **Mitlernen – aber wie?**

„Oft scheitert es nicht am Willen oder an der Motivation, sondern an der richtigen Lerntechnik“, so Schmidt. Richtig mitlernen heißt, den in der Schule gelernten Stoff gleich am selben Nachmittag noch einmal zu wiederholen. So festigt sich der Lernstoff im Gedächtnis. Wichtig dabei ist, den Lernstoff nicht nur durchzulesen, sondern ihn in eigenen Worten wiedergeben zu können. Das erreicht man beispielsweise, indem man den Lernstoff einer anderen Person erklärt. So merkt man schnell, ob man alles verstanden hat oder ob es noch Unsicherheiten gibt. Abends wird der Stoff des Schultages noch einmal kurz wiederholt und damit erneut ins Gedächtnis gerufen.

Hilfreich sind zudem Lernplakate, Lernkarteien, das gemeinsame Lernen mit Freunden, Lernen in Bewegung, Lernen mithilfe von Smartphones und Apps. „Der Stoff wird dadurch spannend, lebendig und interessant - so wandert er leichter ins Langzeitgedächtnis“, betont Schmidt.

Wer seine Gedächtnisleistung bestmöglich unterstützen möchte, sollte sich gesund ernähren und genug Wasser trinken. Körperliche Bewegung, am besten in der frischen Luft, und ausreichender Schlaf spielen hier ebenfalls eine große Rolle.

Wien, 2. September 2021

Anfragen an:

PR-Büro Halik, 02266 - 674 77, [office@halik.at](mailto:office@halik.at)

LernQuadrat GmbH & Co OG und Bildungsmanagement GmbH,

Angela Schmidt, 0664 - 911 60 16, [office@lernquadrat.at](mailto:office@lernquadrat.at), [www.lernquadrat.at](http://www.lernquadrat.at)