

Inhaltsverzeichnis

Vorwort der Autorinnen und Autoren	4
Danksagung	5
Zum Inhalt dieses Buches	6
1 ▫ Theoretischer Hintergrund	7
1.1 Selbstreguliertes Lernen	7
1.2 Selbstreguliertes Lernen in Verbindung mit mathematischem Modellieren	10
2 ▫ Erfahrungen mit dem Trainingsprogramm	18
2.1 Durchführung und Evaluation des Projekts „Lernen mit Plan“	18
2.2 Methodische Hinweise zur Durchführung des Trainingsprogramms	25
3 ▫ Das Trainingsprogramm zum selbstregulierten Lernen	28
3.1 Zielsetzung	29
3.2 Planung	39
3.3 Motivation	47
3.4 Durchhalten	58
3.5 Umgang mit Fehlern	65
3.6 Individuelle Bezugsnormorientierung	73
3.7 Reflexion	81
4 ▫ Übergreifende Trainingsmaterialien	88
4.1 Förderung des selbstregulierten Lernens an Mathematikaufgaben mit dem Begleitbogen	88
4.2 Setzen individueller Wochenziele für den Matheunterricht	92
4.3 Merksprüche mit Silas und Pia	95
4.4 Monitoring fördern durch ein Lerntagebuch	100
4.5 Konzentrations- und Bewegungsübungen	104
4.6 Das Selbstregulationsmodell als Poster	105
5 ▫ Langfristige Förderung des selbstregulierten Lernens	108
6 ▫ Quellen und weiterführende Literatur	112
7 ▫ Bild- und Textquellennachweis	114

