



3 ■ Das Trainingsprogramm zum selbstregulierten Lernen

Die Kapitel 3.1 bis 3.7 beinhalten das siebenwöchige Förderprogramm des selbstregulierten Lernens, das wir Ihnen anhand konkreter Stundenentwürfe und praxiserprobter Materialien nahebringen möchten.

Das Training umfasst sieben thematische Einheiten, in denen die Schüler die drei Phasen des selbstregulierten Lernens mit ihren Kernelementen kennenlernen: vor dem Lernen (Bereite dich vor!), während des Lernens (Lege los und halte durch!) und nach dem Lernen (Wie war's?). Die sieben Kernelemente, die im Trainingsprogramm genau unter die Lupe genommen werden, sind Zielsetzung, Planung und Selbstmotivation in der Phase vor dem Lernen, Durchhalten in der Phase während des Lernens sowie Umgang mit Fehlern, das Vergleichen mit den Ergebnissen anderer und die Reflexion in der Phase nach dem Lernen (siehe Abbildung 8).

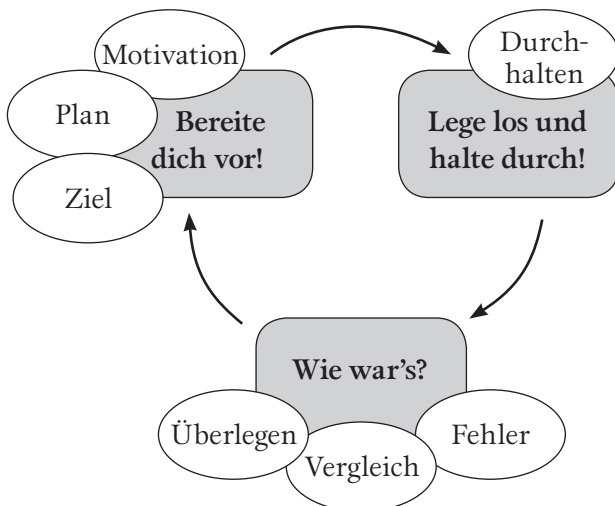


Abbildung 8: Kernelemente des selbstregulierten Lernens

Genereller Aufbau der Schülerförderung

Die Schülerförderung besteht aus zwei wichtigen Elementen – der direkten (Teil 1) und der indirekten Förderung (Teil 2).

Die **direkte Förderung** meint hier eine Unterrichtsstunde, die Sie einem spezifischen Thema des selbstregulierten Lernens widmen (z. B. Zielsetzung). Im Rahmen dieser Stunde gewinnen die Schüler einen Überblick über die Thematik und machen erste eigene Erfahrungen in Übungen. So

führen Sie ein gemeinsames Vokabular in Ihrer Klasse ein, das die Weiterarbeit erleichtert.

Die **indirekte Förderung** beschreibt die Förderung der Selbstregulation im regulären Unterricht durch den Einsatz kleinerer Übungen. Die indirekte Förderung verfolgt das Ziel, die Themen der direkten Förderung zu wiederholen, in den schulischen Alltag einzuflechten und immer wieder Verknüpfungen zu neuen Themen und Anwendungsfeldern herzustellen.

Die Maßnahmen aus beiden Bereichen ergänzen sich in ihrer Wirkung und sollten ausgewogen eingesetzt werden. Es empfiehlt sich, den thematischen Auftakt mit der direkten Förderung zu bestreiten und im Anschluss in den weiteren Mathematikstunden indirekte Maßnahmen aufzugreifen. Nach diesem Muster ist auch die Abfolge der Materialien in diesem Kapitel aufgebaut.

Aufbau der Unterkapitel 3.1 bis 3.7

In den Unterkapiteln 3.1 bis 3.7 finden Sie zuerst immer eine genaue Beschreibung der **direkten Förderung** (Teil 1).

Diese beinhaltet jeweils eine **Sachanalyse** des Themas, in der die theoretischen Hintergründe beschrieben werden, und auch eine **methodische Analyse**, in der Sie erfahren, wie die Inhalte vermittelt werden sollen. Im Anschluss an die methodische Analyse finden Sie einen tabellarischen **Stundenverlaufsplan** (im Folgenden auch Sequenzplan genannt), anhand dessen der Ablauf der Förderstunde ersichtlich wird.

Dieser ist unterteilt in fünf Spalten: Dauer, Inhalt, Lernziele, Methode und Materialien.

- **Dauer:** veranschlagte Zeit für die einzelnen Elemente

Achtung: Der Zeitplanung liegt hier eine Unterrichtsstunde von 45 Minuten zugrunde, da nicht alle Schulen über eine flexible Stundenplanung verfügen. Falls Ihnen jedoch Doppelstunden zur Verfügung stehen sollten oder Sie als Klassenlehrer auch über Stunden anderer Fächer verfügen können, steht es Ihnen frei, auch mehr Unterrichtszeit auf die Umsetzung der Stundenentwürfe zu verwenden.

- **Inhalt:** Inhalte des Unterrichtsbausteins in Stichpunkten





- Lernziele: Zweck des jeweiligen Unterrichtselements
- Methode: Lehrmethode, mit der das Unterrichtselement vermittelt wird (z. B. Vortrag, Arbeit im Plenum, Einzelarbeit)
- Materialien: benötigte Materialien (z. B. Arbeitsblätter)

Die für die direkte Förderung benötigten **Materialien** für Ihren Unterricht finden Sie im Anschluss an den Sequenzplan. Sie können die Vorlagen für Ihre Schüler kopieren oder auf Folie ziehen und die Inhalte gemeinsam im Plenum erarbeiten. Die Verwendung der Materialien wird in der ausführlichen Stundenbeschreibung in der methodischen Analyse genauer erklärt.

Im zweiten Teil werden Ihnen jeweils Vorschläge gemacht, wie Sie das entsprechende Selbstregulationselement auch **indirekt**, also im regulären Unterricht fördern können. Die Vorschläge beziehen sich auf das Aufgreifen der Elemente der direkten Förderung im regulären Unterricht und das Vorleben von Selbstregulation mit Ihnen in der Vorbildrolle. Gegebenenfalls stehen Ihnen hierfür weitere Materialien im Anschluss an die Erläuterungen zur indirekten Förderung zur Verfügung.

3.1 Zielsetzung

Teil 1: Direkte Förderung

3.1.1 Bedingungsanalyse

Die vorliegende erste Einheit – die „Zielsetzung“ – ist im Selbstregulationsmodell in der präaktionalen Phase verortet, d. h. in der Phase **vor** dem Lernen. Die Zielsetzung ist der Ausgangspunkt des Schülertrainings.

3.1.2 Didaktische Strukturierung

a) Ziele der Unterrichtsstunde

In dieser Stunde vermitteln Sie, ...
 ... aus welchen Phasen ein erfolgreicher Lernprozess besteht.
 ... warum Ziele wichtig sind.
 ... wie Ziele formuliert sein sollten.

b) Sachanalyse

Nur wenn man sich ein Ziel gesetzt hat, kann man sich erfolgreich überlegen, welcher Weg dorthin führt. Man überlegt, was zum Erreichen des Zieles notwendig ist. Deshalb sind Ziele wichtig, um im Leben voranzukommen. Übertragen auf das Lernen bedeutet dies, dass der Lerner sich ein Ziel setzen muss (Was möchte ich lernen?), um die richtige Vorgehensweise (z. B. Wo und wann möchte ich lernen?) planen und die geeigneten Lernstrategien auswählen zu können. Ohne ein gesetztes Ziel kann ein Lernprozess nicht effektiv erfolgen.

Zudem wirken Ziele motivierend. Setzt sich ein Schüler z. B. das Ziel, sich in Mathematik zum nächsten Halbjahr um eine Note zu verbessern, weiß er, warum er Hausaufgaben macht. Anstrengungen kann er als Mittel zur Erreichung seines Zieles sehen. Fällt es ihm zwischendurch schwer durchzuhalten, kann er sich das Ziel vergegenwärtigen und sich vorstellen, wie stolz er sein wird, wenn er es erreicht hat.

Nur wenn man sich zuvor ein Ziel gesetzt hat, kann danach ein Soll-Ist-Vergleich durchgeführt werden. Hat man das Ziel erreicht, kann man sich freuen und es beim nächsten Mal genauso machen. Wurde das Ziel nicht erreicht, kann man sich überlegen, entweder das Ziel oder die angewandten Strategien zu verändern. Ziele sind für alle weiteren Phasen des selbstregulierten Lernens wichtig. Sie sind der allererste Schritt und werden noch vor der Planung der Lernhandlung formuliert.

Wichtig ist, zwischen **Nah- und Fernzielen** zu unterscheiden. Fernziele liegen weit entfernt (z. B. eine Note auf einem Endjahreszeugnis, der Schulabschluss) und können nicht unmittelbar erreicht werden. Nah- bzw. Teilziele (z. B. die Note in der nächsten Klassenarbeit, das Erledigen der Hausaufgaben) können, sofern sie realistisch gesetzt wurden, schneller erreicht werden als Fernziele. Fernziele in Teilziele zu untergliedern, erhält





durch die kleinen Erfolgserlebnisse die Motivation in der Zeit bis zum Erreichen des Fernzieles.

Bei der Formulierung von Zielen bietet sich das **SMART-Modell** an. SMART ist ein Akronym und steht für spezifisch, messbar, anspruchsvoll/attractiv, realistisch und terminiert. **Spezifisch** meint, das Ziel besonders präzise zu formulieren. So wäre z.B. der Wunsch, abzunehmen, ungenau. Besser wäre sich vorzunehmen, drei Kilo abzunehmen. **Messbar** bedeutet, sich eine Möglichkeit zu überlegen, wie die Erreichung des Zieles tatsächlich überprüft werden kann. Eine Abnahme von drei Kilo ist sehr gut messbar. Anders sieht es z.B. bei dem Ziel aus, glücklicher zu werden. In diesem Fall wäre es gut zu überlegen, wie diese Gefühlsveränderung feststellbar sein könnte. **Anspruchsvoll/attractiv** und **realistisch** stehen für ein Ziel, das nicht zu einfach, aber auch nicht zu schwer zu erreichen ist. Drei Kilo abzunehmen muss einem wirklich wichtig und erreichbar erscheinen, um die Motivation zum Verzicht aufbringen zu können. **Terminiert** bedeutet, einen festen Endpunkt zu setzen, an dem Bilanz über die Zielerreichung gezogen wird. Gut wäre also, festzulegen, bis wann die drei Kilo abgenommen sein sollen.

c) Methodische Analyse

In der direkten Förderstunde zur „Zielsetzung“ bringen Sie den Schülern den dreistufigen Prozess des Lernens sowie die Relevanz und die Techniken der Zielsetzung nahe. Hierfür stehen Ihnen zwei Arbeitsblätter zur Verfügung. Sie finden den geplanten Stundenverlauf in Form eines Sequenzplanes sowie die einzusetzenden Arbeitsblätter im Anschluss an die methodische Analyse.

Konzentration und Einstieg in die Schülerförderung

5 Min.

Sie beginnen die Stunde, wie jede nachfolgende direkte Stunde der Schülerförderung, zunächst mit einer kurzen aktivierenden **Konzentrations- oder Bewegungsübung** im Plenum (eine Auswahl an Übungen finden Sie in Kapitel 4 „Übergreifende Trainingsmaterialien“, S. 104/105). Dadurch werden Spannungen abgebaut und die Konzentration erhöht.

Sofern noch nicht geschehen, informieren Sie Ihre Schüler darüber, dass ihr Unterricht in den

nächsten Wochen anders verlaufen wird, als sie es kennen. Sie werden jetzt einmal pro Woche eine ganze Schulstunde lang über Lernen und Schule sprechen und darüber, wie das Lernen einfacher werden kann. Der Begriff Lernen schließt hier auch Hausaufgaben machen, Mathematikaufgaben lösen und Vokabeln lernen mit ein. Außerdem werden die Schüler heute erfahren, wie sie Ziele erreichen können, die ihnen wichtig sind – auch außerhalb der Schule.

Einstieg in die Zielsetzung

10 Min.

Anschließend erarbeiten Sie mit den Kindern die Relevanz von Zielen anhand des Comics „**Alice im Wunderland**“ (S. 33). Sie können diesen ausleihen oder mit einem Overhead-Projektor an der Wand darstellen. Besprechen Sie mit den Schülern, was der Comic wohl bedeutet. Folgende Botschaft sollte sich dabei herauskristallisieren: „Nur wenn man weiß, wo man hinwill, kann man sich überlegen, wie man dort hinkommt.“ Übertragen Sie diese Botschaft in die Schülerwelt, indem Sie alltagsnahe Beispiele nennen oder sich mit den Schülern gemeinsam welche überlegen.

Nun besprechen Sie die Lernziele der Stunde. Vielleicht ist das Wort „Ziele“ schon gefallen. Falls nicht, können Sie die Schüler dort hinleiten.

Lernziele für Schüler

- In dieser Stunde lernt ihr, ...
- ... aus welchen Phasen das Lernen besteht.
- ... wie wichtig ein Ziel ist.
- ... wie ihr gut überlegte von schlecht überlegten Zielen unterscheidet.

Theorie: Vorstellung des Selbstregulationsposters

10 Min.

Stellen Sie anschließend das Selbstregulationsposter (siehe Kapitel 4 „Übergreifende Trainingsmaterialien“, S. 106/107) vor. Um das Modell für die Kinder verständlicher zu gestalten, werden die Phasen „vor dem Lernen“, „während des Lernens“ und „nach dem Lernen“ hier als „Bereite dich vor!“, „Lege los und halte durch!“ und „Wie war’s?“ bezeichnet. Durch diese Darstellung soll den Schülern bewusst werden, dass Textaufgaben lösen, Hausaufgaben machen und das Lernen im Allgemeinen in drei Phasen geschehen.





So muss man sich, bevor man z.B. eine Textaufgabe rechnet, zunächst überlegen, was man ausrechnen möchte, um dann den Rechenweg festzulegen. Entsprechend sollte man sich vor dem Lernen überlegen, was man lernen möchte und wie man das Pensum bewältigen kann. Nach dem Rechnen bzw. nach dem Lernen kann man sich dann überlegen, ob man sein Ziel erreicht hat und falls nicht, was man verändern kann.

Erklären Sie den Schülern, dass auch andere Handlungen in diesen drei Phasen verlaufen. Verbildlicht werden kann das durch ein Fußballspiel: Davor legt die Mannschaft eine Strategie fest, dann geht's los und alle müssen sich anstrengen, um 90 Minuten lang durchzuhalten. Danach wird darüber gesprochen, wie es gelaufen ist.

Verorten Sie die Ziele mit Ihren Schülern in der Phase vor dem Lernen. Befestigen Sie hierfür das „Ziel“-Kärtchen bei „Bereite dich vor!“. In den nächsten Wochen werden Schritt für Schritt die weiteren Komponenten der Selbstregulation dazukommen.

Übung: Wie sehen gute Ziele aus? 15 Min.

Als nächstes geht es darum, wie gute Ziele aussehen. Teilen Sie hierfür das **Arbeitsblatt „Checke die Ziele von Silas und Pia“** (S. 34/35) aus und erarbeiten Sie mit den Schülern, wer das besser formulierte Ziel hat und aus welchem Grund. Silas' Ziel ist genau, terminiert, realistisch und für ihn wichtig. Pia hingegen formuliert ungenau und wenig realistisch.

Sie können die Schüler auch erste Überlegungen in Einzel- oder Partnerarbeit anstellen lassen. Am Ende soll klar sein, wie Ziele formuliert sein sollten.

Zusammenfassung

5 Min.

Den Abschluss der Stunde leiten Sie mit dem gemeinsamen Aufsagen des folgenden Merkspruches ein: *„Ich setz' mir ein Ziel und zwar ganz genau, ich kann es schaffen, denn ich bin schlau.“*

Fassen Sie das Thema der Stunde anschließend mithilfe des **Arbeitsblattes „Silas und Pia“** zusammen. Dieses ist im Kapitel 4 „Übergreifende Trainingsmaterialien“ zu finden (S. 96–99), da es bei jeder Förderstunde zum Einsatz kommt. Die Schüler lesen sich den obersten Abschnitt durch, in dem Silas und Pia über ihre Ziele sprechen. Wie bereits anhand des Arbeitsblattes „Checke die Ziele von Silas und Pia“ erarbeitet, verhält sich Silas in dieser Sequenz angemessener als Pia, da er ein Ziel formuliert, das spezifisch und messbar ist. Das Ziel von Pia hingegen ist ungenau und nur schwer messbar. Besprechen Sie den Abschnitt als Zusammenfassung zur Förderstunde.

Anschließend sollen die Schüler den eben gelernten Merkspruch auf den dafür vorgesehenen Linien ergänzen.

Das Arbeitsblatt und die beiden Schüler Silas und Pia werden die gesamte Schülerförderung begleiten und sich als roter Faden durch das Training ziehen. Zu ihrer Geschichte wird mit jedem neuen Element auch ein neuer Merkspruch hinzukommen.

Runden Sie die Stunde ab, indem Sie Bezug auf die Lernziele nehmen und die Zielsetzung noch einmal in das Selbstregulationsmodell einordnen. Geben Sie einen Ausblick auf die nächste Stunde, in der es um die **Planung** geht.





3.1.3 Geplanter Stundenverlauf (Sequenzplan)

Dauer	Inhalt	Lernziele	Methode	Materialien
5	Konzentrations- oder Bewegungsübung	<ul style="list-style-type: none"> • Aktivierung und Spannungsabbau 	Spiel	
	Einstieg in die Schülerförderung	<ul style="list-style-type: none"> • Neugierig machen 	Vortrag Lehrer	
10	Einstieg in die Zielsetzung: <ul style="list-style-type: none"> • Relevanz von Zielen • Lernziele bekanntgeben 	<ul style="list-style-type: none"> • Bedeutung der Zielsetzung erkennen • Lernziele kennenlernen 	Arbeit mit Plenum, Vortrag Lehrer	<ul style="list-style-type: none"> • Comic „Alice im Wunderland“
10	Theorie: Vorstellung des Selbstregulationsposters: <ul style="list-style-type: none"> • Einführung in die drei Phasen der Selbstregulation • Einordnung ins SR-Modell: vor dem Lernen 	<ul style="list-style-type: none"> • Erfahren, dass Lernen aus drei Phasen besteht 	Vortrag Lehrer	<ul style="list-style-type: none"> • Poster SR-Modell
15	Übung: Wie sehen gute Ziele aus? <ul style="list-style-type: none"> • Kriterien der Zielsetzung erarbeiten 	<ul style="list-style-type: none"> • Lernen, wann ein Ziel gut formuliert ist 	Evtl. Einzel- oder Partnerarbeit; Arbeit mit Plenum	<ul style="list-style-type: none"> • Arbeitsblatt „Checke die Ziele von Silas und Pia!“
5	Zusammenfassung: <ul style="list-style-type: none"> • Zusammenfassung mit Merkspruch • Arbeitsblatt „Silas und Pia“ diskutieren und vervollständigen • Einordnung in SR-Modell mit Ausblick auf nächste Stunde 	<ul style="list-style-type: none"> • Das Wichtigste einprägen 	Arbeit mit Plenum	<ul style="list-style-type: none"> • Arbeitsblatt „Silas und Pia“

3.1.4 Materialien

- Comic „Alice im Wunderland“ (S. 33)
- Poster Selbstregulationsmodell (siehe Kapitel 4 „Übergreifende Trainingsmaterialien“, S. 105–107)
- Arbeitsblatt „Checke die Ziele von Silas und Pia!“ (S. 34 / 35)
- Arbeitsblatt „Silas und Pia“ (siehe Kapitel 4 „Übergreifende Trainingsmaterialien“, S. 96–99)



Alice im Wunderland



Würdet ihr mir bitte sagen, wie ich von hier aus weitergehen soll?

Das hängt zum großen Teil davon ab, wohin du möchtest.



Ach, wohin ist mir eigentlich egal.

Dann ist es auch egal, wie du weitergehst.



Checke die Ziele von Silas und Pia!



Silas, 11 Jahre

Ich will nächstes Jahr nicht mehr in der 2., sondern in der 1. Mannschaft der D-Jugend spielen. Die sind schon in der Leistungsstaffel! Ich will später mal richtig gut sein!













Pia, 11 Jahre

Ich will irgendwann, wenn ich groß bin, ein Fußballstar werden!

Wer hat das bessere Ziel? Silas oder Pia?
Beantworte erst mal für beide diese Fragen.



<p>Ist Silas' Ziel genau?</p>  <hr/> <hr/>	<p>Ist Pias Ziel genau?</p>  <hr/> <hr/>
<p>Bis wann will er es geschafft haben?</p>  <hr/> <hr/>	<p>Bis wann will sie es geschafft haben?</p>  <hr/> <hr/>
<p>Woran kann er sehen, dass er es geschafft hat?</p>  <hr/> <hr/>	<p>Woran kann sie sehen, dass sie es geschafft hat?</p>  <hr/> <hr/>
<p>Kann er das Ziel schaffen?</p>  <hr/> <hr/>	<p>Kann sie das Ziel schaffen?</p>  <hr/> <hr/>
<p>Ist Silas sein Ziel wirklich wichtig?</p>  <hr/> <hr/>	<p>Ist Pia ihr Ziel wirklich wichtig?</p>  <hr/> <hr/>



Und jetzt checke die Ziele der beiden.

Silas	Hake ab.	Pia	Hake ab.
Ist sein Ziel genau ?	<input type="checkbox"/>	Ist ihr Ziel genau ?	<input type="checkbox"/>
Weiß er, bis wann er sein Ziel schaffen will?	<input type="checkbox"/>	Weiß sie, bis wann sie ihr Ziel schaffen will?	<input type="checkbox"/>
Weiß er, woran er sehen kann, dass er sein Ziel geschafft hat?	<input type="checkbox"/>	Weiß sie, woran sie sehen kann, dass sie ihr Ziel geschafft hat?	<input type="checkbox"/>
Kann er sein Ziel überhaupt schaffen ?	<input type="checkbox"/>	Kann sie ihr Ziel überhaupt schaffen ?	<input type="checkbox"/>
Ist ihm das Ziel wirklich wichtig ?	<input type="checkbox"/>	Ist ihr das Ziel wirklich wichtig ?	<input type="checkbox"/>





Teil 2: Indirekte Förderung

3.1.5 Aufgreifen der Elemente der direkten Förderung im regulären Unterricht

Arbeitsblatt „Jetzt bist du dran ... was ist dein Ziel?“ (S. 37)

Anhand dieses Arbeitsblattes können die Schüler das in der direkten Stunde Gelernte anwenden. Sollte noch in der Förderstunde Zeit hierfür sein, können Sie die Stunde damit abrunden. Die Schüler setzen sich selbst ein Ziel für die nächste Woche rund um den Mathematikunterricht, überprüfen dieses und formulieren es gegebenenfalls um. Die Zielüberprüfung kann in Einzel- oder Partnerarbeit oder auch im Plenum erfolgen. Stören Sie sich nicht an „schlecht“ formulierten Zielen. Die Erreichung des Ziels können Sie in der darauffolgenden Woche mit den Schülern reflektieren, sodass sie dann sehen werden, ob ihr Ziel gut formuliert war. Hierfür steht Ihnen in den folgenden Wochen das Arbeitsblatt „**Das schaffe ich in Mathe!**“ zur Verfügung (siehe Kapitel 4 „Übergreifende Trainingsmaterialien“, S. 94). Wenn Sie diesen Prozess des Zieleformulieren und der anschließenden Reflexion der Zielerreichung während der Schülerförderung mehrmals (z. B. wöchentlich) wiederholen, wird die Zielsetzungsfähigkeit der Schüler allmählich steigen. Spätestens in der letzten direkten Förderstunde wird das Reflektieren eines Ziels anhand eines Arbeitsblattes geübt.

Arbeitsblatt „Die Checkliste für gute Ziele“ (S. 38)

Mithilfe dieses Arbeitsblattes können Sie den Schülern die Inhalte der direkten Schülerförderung zur Zielsetzung immer wieder deutlich machen und sie bei der Zielsetzung unterstützen. Sie können die Liste auch gut sichtbar im Klassenraum aufhängen.

Mittelfristige Ziele und Fernziele

Fordern Sie Ihre Schüler dazu auf, sich neben den kurzfristigen Zielen für den Mathematikunterricht auch mittelfristige Ziele und Fernziele zu setzen. Mittelfristige Ziele könnten z. B. eine bestimmte Note in der nächsten Klassenarbeit sein.

Ein langfristiges Ziel wäre eine bestimmte Note oder ein bestimmter Notendurchschnitt im nächsten Zeugnis. Diese Ziele können die Schüler gemeinsam oder auch individuell erarbeiten. Hierbei kann „**Die Checkliste für gute Ziele**“ helfen. Manchmal ist auch ein feierliches Ritual für das Besiegeln des Vorhabens hilfreich und motivierend. Eine Möglichkeit wäre daher, dass Sie eine „Schatzkiste“ mitbringen, in welche die Schüler zu Beginn des Förderprogramms ihre gesetzten Ziele legen und die dann verschlossen wird. Zur Zielüberprüfung wird die Kiste nach sieben Wochen wieder geöffnet und die Ziele werden hervorgeholt und diskutiert.

Erinnerung

Erinnern Sie die Schüler regelmäßig an die gesetzten Ziele. Lassen Sie sie ihre Ziele schriftlich festhalten und ggf. an sichtbaren Stellen platzieren.

Überprüfung

Besonders wichtig im Zusammenhang mit Zielen ist die Überprüfung der Zielerreichung. Tun Sie dies, sobald der Zeitraum für die Zielerreichung verstrichen ist. Unterstützen Sie die Schüler ggf. dabei, aus nicht erreichten Zielen motivierende Schlüsse zu ziehen und für das nächste Ziel zu lernen (siehe Kapitel 3.7 Reflexion).

3.1.6 Vorleben von Selbstregulation mit Ihnen in der Vorbildrolle

Zieltransparenz

Teilen Sie Ihren Schülern das jeweilige (Lern)Ziel der mathematischen Einheit, des Tages oder der Mathematikstunde mit. Damit machen Sie das Unterrichtsgeschehen nicht nur transparent, sondern leben auch einen wichtigen Teil des Selbstregulationszyklus vor.

3.1.7 Weitere Materialien

- Arbeitsblatt „Jetzt bist du dran ... was ist dein Ziel?“ (S. 37)
- Arbeitsblatt „Die Checkliste für gute Ziele“ (S. 38)
- Arbeitsblatt „Das schaffe ich in Mathe!“ (S. 94) (siehe Kapitel 4 „Übergreifende Trainingsmaterialien“, S. 94)



Jetzt bist du dran ... was ist dein Ziel?

Du hast gelernt, dass Ziele wichtig sind. Silas und Pia haben sich Ziele für ihre Freizeit gesetzt. Aber auch für die Schule kann man sich Ziele überlegen.

Welches Ziel hast du für den Matheunterricht? Möchtest du dich mehr beteiligen? Möchtest du deine Hausaufgaben nicht mehr vergessen? Möchtest du weniger dazwischenreden? Oder ist dir etwas anderes wichtig?

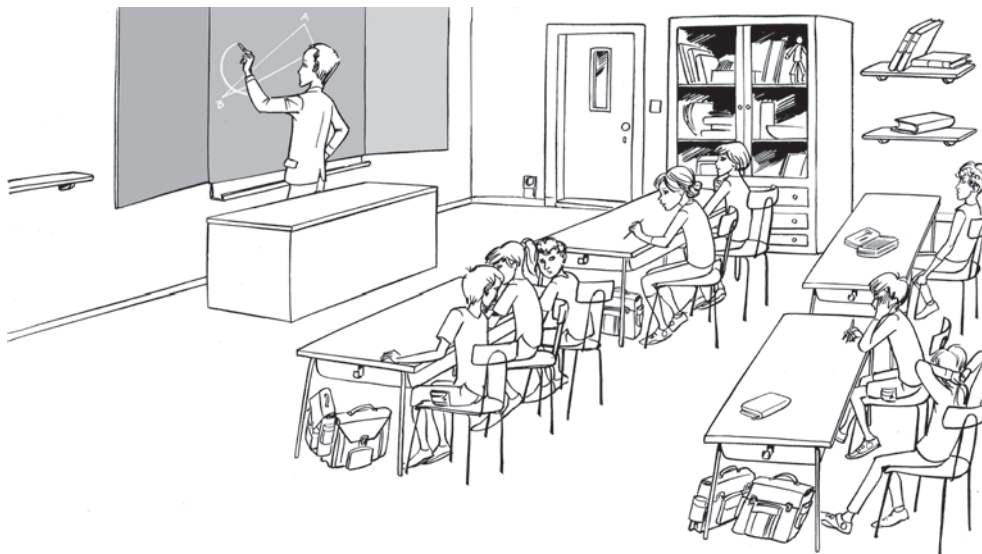
Schreibe dein Ziel hier auf.

Mein Ziel für die nächste Woche im Matheunterricht ist:



Und jetzt **checke dein Ziel**. Hake ab, wenn es stimmt.

- Ist mein Ziel **genau**?
- Weiß ich, **bis wann** ich mein Ziel schaffen will?
- Weiß ich, **woran** ich **sehen** kann, dass ich mein Ziel geschafft habe?
- Kann ich mein Ziel **überhaupt schaffen**?
- Ist mir das Ziel **wirklich wichtig**?



Willst du dein Ziel jetzt vielleicht noch mal ändern?

Mein **geändertes Ziel** für die nächste Woche im Matheunterricht ist:



☑ Die Checkliste für gute Ziele

Willst du kontrollieren, ob deine Ziele gut sind, dann stelle dir die Fragen aus der Checkliste.



Checke dein Ziel. Hake ab, wenn es stimmt.

- Ist mein Ziel **genau**?
- Weiß ich, **bis wann** ich mein Ziel schaffen will?
- Weiß ich, **woran** ich **sehen** kann, dass ich mein Ziel geschafft habe?
- Kann ich mein Ziel **überhaupt schaffen**?
- Ist mir das Ziel **wirklich wichtig**?

