

# Stolpersteine beim Deeper Learning bewältigen

## *Leitern aus der Lerngrube*

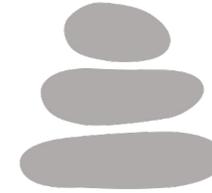
Manchmal kommt man sich im Lernprozess vor, als ob man in eine Grube gefallen ist. Diese Lerngrube kommt häufig vor und muss dir keine Angst machen!

Du siehst vor dir vier Stapel mit Karten. Diese Karten sollen dir helfen, einen Weg aus der Lerngrube zu finden, den du allein bewältigen kannst! Auf der Vorderseite der Karte stehen Gedanken, die dir vielleicht gerade durch den Kopf gehen. Wenn du dich mit einem dieser Gedanken identifizieren kannst, stehen auf der Rückseite der Karte mögliche Lösungsvorschläge für dein Problem.



# Stolperstein identifizieren

Welcher Stolperstein liegt gerade vor Dir?



Wähle den Stapel mit der passenden Farbe.

Du hast Schwierigkeiten...

... Materialien bzw.  
Informationen zu  
finden oder dir fehlt  
Grundlagenwissen.

... mit deiner  
Gruppe zu  
kommunizieren.

... den Arbeitsauftrag  
zu verstehen oder  
Ziele festzulegen.

... mit dem  
Zeitmanagement oder  
der Selbstorganisation.

... und  
benötigst  
Ideen, wie du  
damit  
umgehen  
kannst.

# Hinweise für Lehrkräfte



- In dieser Sammlung finden Sie vor allem allgemeine Scaffolds, die beliebig ergänzt werden können. Hierfür sind Blanko-Karten beigefügt.
- Die Karten können auch von Teams benutzt werden.
- Hinweise zur Anpassung der bestehenden Karten
  - Die Hinweise sollten zur **Jahrgangsstufe** und der **Lerngruppe** passen (z.B. passende Plattformen im Internet ergänzen, etc.).
  - Auf Hinweise fachlicher Art wurde hier verzichtet. **Fachb**ezogene Hilfskärtchen können sicher eine wertvolle Ergänzung sein!
  - Sortieren sie die Hilfskärtchen aus, die nicht zu Ihrer Arbeitsweise, Einheit oder Lerngruppe passen.

Ich habe Fragen zum Thema.



# Das kann mir helfen:

- Schaue dir nochmal die Materialien und Aufschriebe aus den letzten Stunden an.
- Schaue auf der Lernplattform nach, ob du ein Video oder einen Text zu dem Thema findest.
- Frage deine Gruppenmitglieder oder Mitschüler:innen um Rat (Auch für sie ist das nochmal eine gute Übung!) und versucht euch das Thema in euren eigenen Worten zu erklären. So könnt ihr sichergehen, ob ihr es verstanden habt.
- Recherchiere deine Frage in einer Suchmaschine. Nutze dazu Schlagworte.
- Bitte deine Lehrer:in um Hilfe, wenn deine bisherigen Versuche dir noch nicht weiterhelfen konnten.



**Ich weiß nicht, wie ich bei der  
Recherche vorgehen soll.**





# Das kann mir helfen:

- Mach dich mit dem Thema vertraut und verschaffe dir zunächst einen Überblick z.B. durch dein Schulbuch oder ein einfaches Erklärvideo
- Wähle nun prägnante Schlagworte als Suchbegriffe für eine Internetrecherche aus und kombiniere mehrere, um passendere Ergebnisse zu generieren (z.B. Atmung, Vogel, Lunge)
- Überfliege die passendsten Treffer und stelle dir folgende Fragen:
  - Ist das Ergebnis (z.B. ein Artikel auf einer Website) relevant für dein Thema?
  - Verstehst du den Text?
  - Wird ein:e Autor:in benannt und wird auf vertrauenswürdige Quellen verwiesen?  
→ Falls nein, ist Vorsicht angebracht! 
- Speichere dir den Link oder setze dir ein Lesezeichen, sodass keine relevante Information verloren geht
- Vergleiche den Inhalt mehrerer Quellen, um das Thema nicht einseitig zu betrachten



**Ich habe den Überblick über das  
Thema verloren.**



# Das kann mir helfen:

Den Überblick über ein großes und komplexes Thema zu behalten ist ganz schön schwierig...

- Eine Strategie, die dir und deinem Team helfen kann besteht darin, dass du an das Ziel deiner Arbeit denkst (Was möchtest du erreichen?) und dir dann die Frage stellst: Was muss ich wissen, um dieses Ziel erreichen zu können?
- Erstelle dann eine **Mind-Map** und sortiere damit deine Erkenntnisse. So erkennst du, welche Informationen wichtig oder nicht so wichtig sind, wie sie zusammenhängen und wo noch Lücken sind.
- Falls du gar nicht weiterkommst oder mit der Mind-Map feststellst, dass das Thema viel zu facettenreich für eine Bearbeitung ist: Sprich mit deiner Lehrer:in und überlegt gemeinsam, ob du dich auf einen bestimmten Teilaspekt deines Themas konzentrieren solltest oder bestimmte Inhalte nacharbeiten kannst.



**Ich bin mir nicht sicher, woran ich eine seriöse Quelle erkennen kann.**



# Das kann mir helfen:

Es ist gar nicht so leicht vertrauenswürdige Quellen zu identifizieren. Diese Fragen helfen dir dabei:

- Ist die Quelle relevant für dein Thema und enthält sie interessante und aktuelle Informationen?
- Werden Urheber:innen/Autor:innen/Herausgeber:innen benannt? → Falls nein, ist das ein klares Warnsignal! Gelten diese als Expert:innen auf diesem Gebiet? → Suche die Namen der Autor:innen und finde es heraus, orientiere dich an seriösen Institutionen
- Ist der Text eher objektiv und sachlich oder subjektiv verfasst? → Eine reißerische oder saloppe Wortwahl oder zahlreiche Rechtschreibfehler sind ein klares Warnsignal
- Werden Argumente oder Aussagen durch nachprüfbare Quellen begründet?
- Gibt es verschiedene seriöse Institutionen, die auf deine Quelle verweisen? → Das ist ein Zeichen für eine seriöse Quelle!
- Wenn du Zweifel hast, bitte deine Lehrer:in um Hilfe

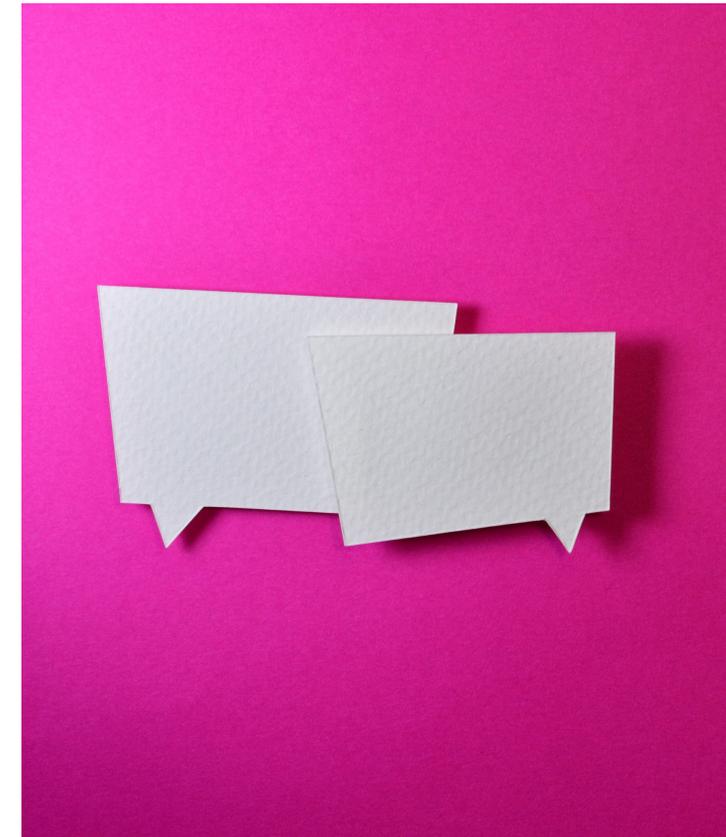


**Ich traue mich nicht, meine Ideen,  
Meinungen oder  
Verbesserungsvorschläge der  
Gruppe mitzuteilen.**



# Das kann mir helfen:

- Nur als Gruppe funktioniert eure Projektarbeit. Traue dich, deine Ideen mit einzubringen, davon können die anderen sehr profitieren.
- Du bist Expert:in in deinem Themenbereich. Vertraue auf dein Wissen! Ganz sicher kannst oder weißt du etwas, wovon die anderen noch nie gehört haben!
- Auf kreative, neue Ansätze kommt ihr am besten als Team, wenn ihr die Ideen der anderen ernst nehmt, Nachfragen stellt und daran anknüpfend weiterüberlegt.



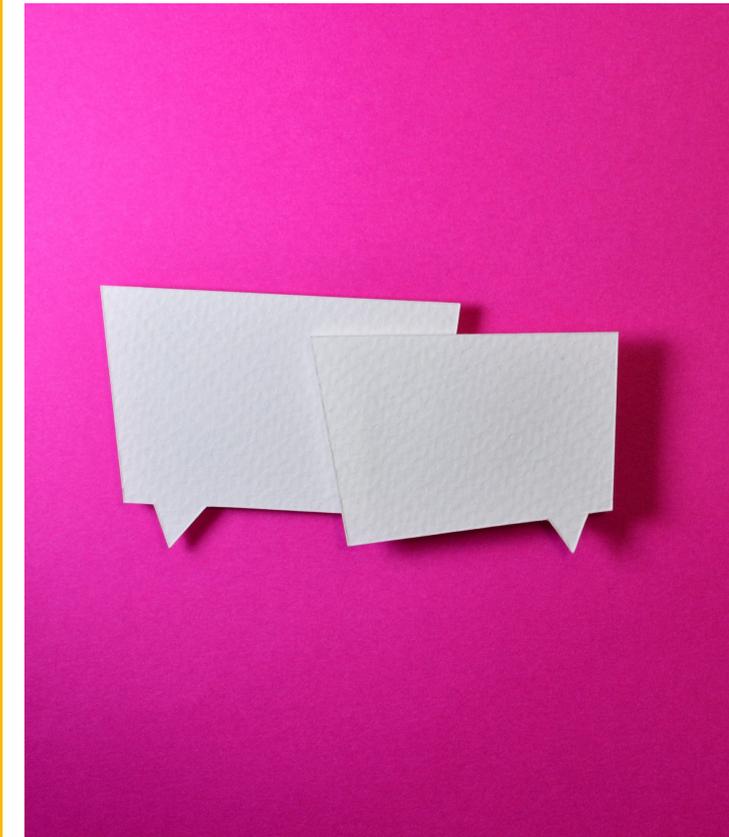
**Die Arbeitsteilung in unserer Gruppe ist nicht gerecht. Ich habe das Gefühl, mehr als andere zu tun.**



# Das kann mir helfen:

Eure Lehrer:in hat euch sicher zu Beginn der Einheit erklärt, dass jedes Teammitglied sich im gleichen Maß bei der Bearbeitung der Lernherausforderung einbringen sollte!

- Besprecht im Team, welche Aufgaben gerade anstehen und wer dafür verantwortlich ist.
- Gebt den Aufgaben Punkte (1 = das lässt sich schnell erledigen, 5 = dazu braucht man mehrere Stunden)
- Schaut jetzt noch einmal darauf, ob der Arbeitsumfang fair verteilt ist und teilt euch gegebenenfalls anders auf.
- Manchmal kann es sein, dass der Arbeitsumfang nicht in jeder Phase des Lernprozess gleich hoch ist. Vielleicht erlebst du auch gerade eine besonders intensive Phase und deine Teammitglieder haben bereits (oder werden noch) mehr einbringen?



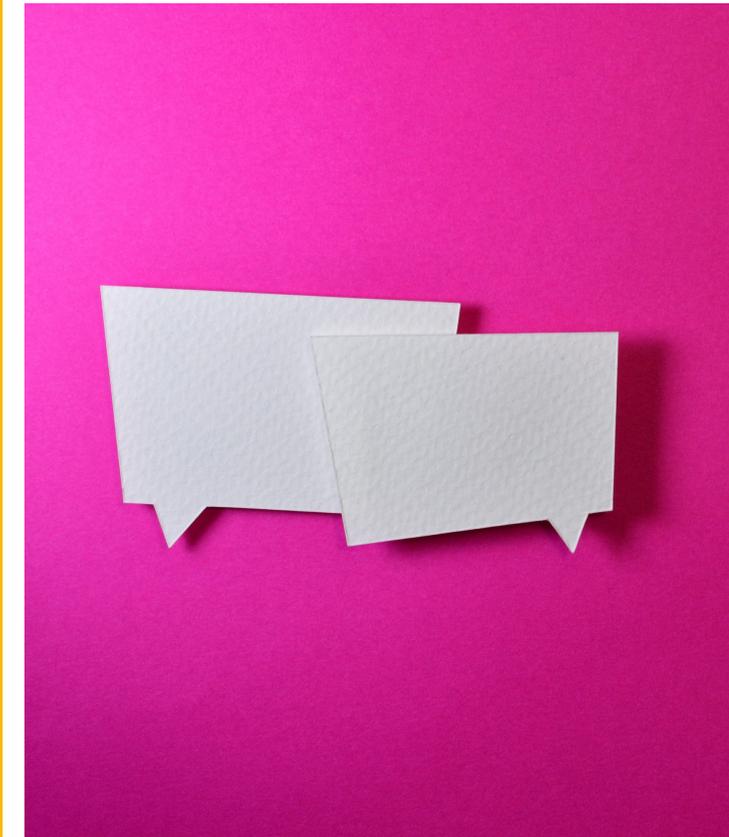
**Ich kann mich kaum an den  
Gruppengesprächen beteiligen,  
da mir selbst wenig Ideen zum  
Thema einfallen.**



# Das kann mir helfen:

Jetzt ist deine Initiative gefragt!

- Informiere dich erneut selbstständig über euer Thema und versuche es besser zu verstehen. Frage dich ‚Was interessiert mich am Thema?‘ und versuche mehr darüber herauszufinden.
- Keine Angst vor Fachbegriffen! Schlage das nach, was dir noch unklar ist oder frage dein Team.
- Kommst du bei der Suche nicht weiter, dann nehme die Kärtchen zu „Material / Wissen / Recherche“ zur Hilfe.



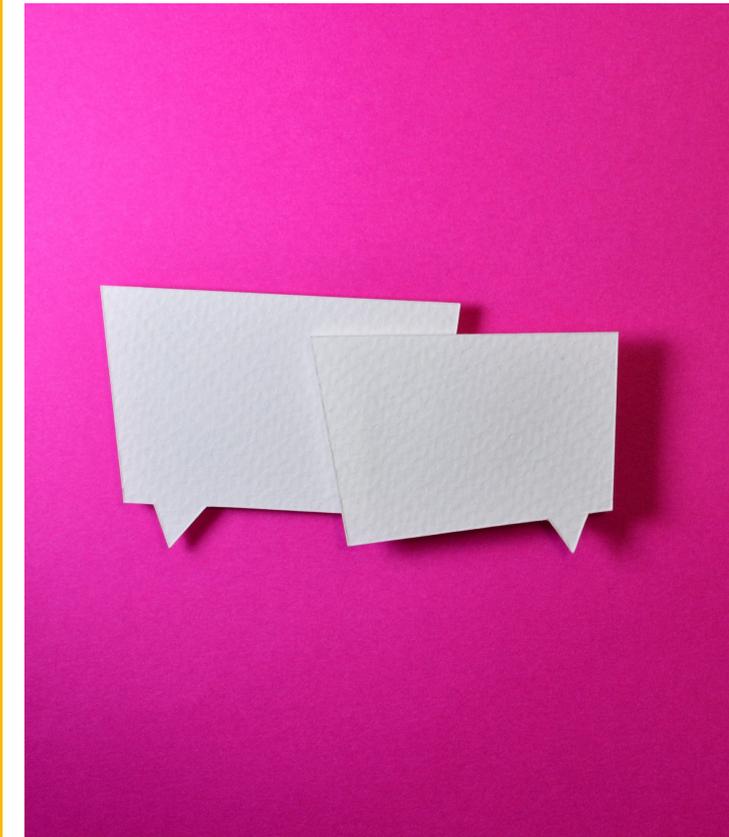
**Ich bin mit meiner Rolle im Team  
nicht zufrieden.**



# Das kann mir helfen:

Die Rolle der ‚Zeitwächterin‘ oder die der ‚Design-Chefin‘ passt doch nicht so gut zu dir?

- Sprich offen mit den anderen Gruppenmitgliedern darüber. Nenne Gründe für deine Unzufriedenheit und überlegt gemeinsam, ob ihr eure Rollen flexibler gestalten, teilen oder anpassen möchtet (Wichtig ist, dass ihr alle Verantwortung übernehmt und eure Stärken zum Einsatz bringen könnt!)
- Falls sich an der Zuteilung nichts mehr ändern lässt, versuche die Situation als Weiterentwicklungsmöglichkeit zu begreifen. An einer ungewohnten, schwierigeren Aufgabe kannst du wachsen!



**Ich bin mir nicht sicher, welche  
Rolle zu mir passt.**



# Das kann mir helfen:

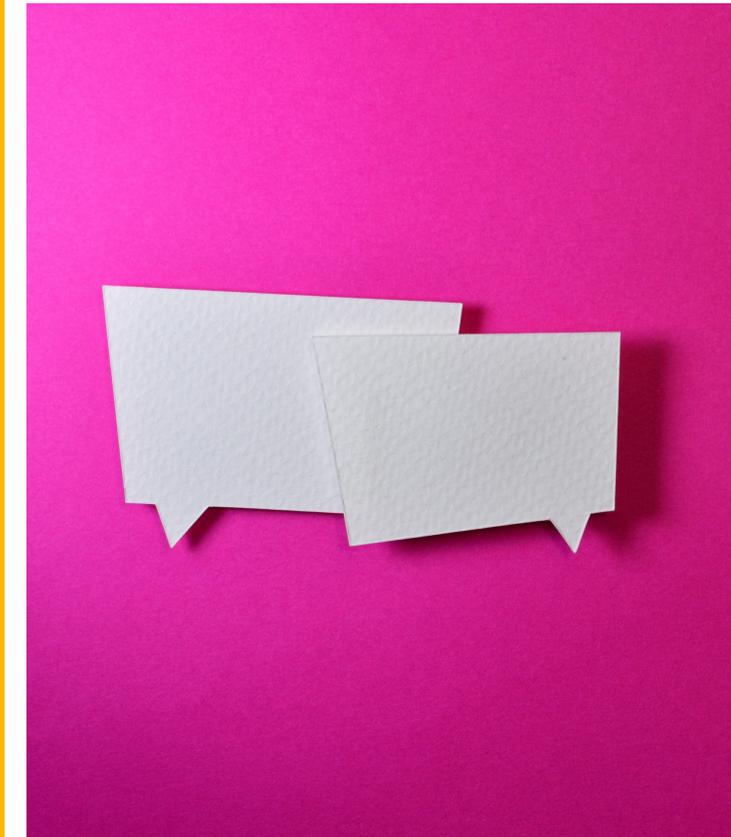
In ein Team kannst du dich immer auf unterschiedliche Weise einbringen.

Reflektiere zunächst für dich:

- Wo liegen meine Stärken? (z.B. „Ich habe immer gute Ideen“, „Ich kann gut recherchieren“)
- Welche Rolle möchte ich im Team übernehmen? (z.B. „Ich möchte den Zeitplan im Blick behalten und beim Bauen unseres Flugobjekts eine führende Rolle übernehmen“)
- Welche Fähigkeiten möchte ich weiterentwickeln? (z.B. Vortragen)

Setz dich mit deiner Gruppe zusammen und klärt gemeinsam

- Was bringe ich ins Team ein und wie bringe ich mich ein?
- Welche verschiedenen Rollen sind zum Gelingen eurer Idee notwendig?



**Ich kann mich nicht mehr  
konzentrieren, bin müde und  
komme überhaupt nicht mehr  
voran.**



# Das kann mir helfen:

## Mache eine aktive Pause:

- <https://www.youtube.com/watch?v=HO6DLoiluiM>



- Wenn du keine Möglichkeit hast, das Video anzuschauen, hole dir bei deiner Lehrkraft eine ausgedruckte Anleitung für eine aktive Pause.

Führe die Übungen 5 Minuten durch

## Versuche dich mit einer Atemübung zu erfrischen:

- Setze dich bequem und aufrecht hin. Schließen deine Augen. Nehme nun deinen Atem bewusst wahr, das Einatmen und das Ausatmen. Vielleicht spürst du deinen Atem als Luftstrom an der Nasenspitze, beim Heben und Senken des Brustraumes oder der Bauchdecke. Führe die Übungen 5 Minuten durch.



**Ich weiß nicht, womit ich bei meiner Aufgabe anfangen soll**



# Das kann mir helfen:

Vielleicht hilft dir ein **Wochenplan mit der Post-It-Methode** oder ein **Scrumboard** bei der Selbstorganisation

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Recherchieren		Mathe HA		

- Schreibe dir einen **Wochenplan**, indem du auf ein großes leeres Papier eine Tabelle mit den einzelnen Tagen zeichnest. Nun benötigst du Post-Its oder du schneidest dir kleine bunte Zettel aus.
- Jede Farbe kann für unterschiedliche Aufgabenbereiche stehen, z.B. eine Farbe für das Deeper Learning-Projekt, eine für deine Freizeit, eine für andere Schulaufgaben.
- Verteile dir die Aufgaben-Post-Its auf deinem Wochenplan. Versuche dabei realistisch einzuschätzen, was du an einem Tag schaffen kannst! Hast du an einem Tag keine Zeit oder schaffst nicht alle Aufgaben, darf diese weiterwandern
- Alternativ kannst du dir ein Projekt-**Scrumboard** anlegen (das klappt auch prima als Team). Unterteile ein leeres Blatt Papier drei Spalten
  - In der ersten Spalte ‚Nächste Schritte‘ notierst du alle Aufgaben/Schritte und To-Dos, die in deinem Vorhaben anstehen auf Post-Its (und dir aktuell einfallen)
  - Wenn du Zeit hast eine Aufgabe anzugehen, wählst du ein To-Do aus dieser Sammlung aus, rückst sie in das nächste Feld ‚in Bearbeitung‘ und erledigst diese
  - Hast du die Aufgabe fertiggestellt, darf dein Post-It ins Feld geschafft rücken

Nächste Schritte	In Bearbeitung	Geschafft!

**Ich lasse mich leicht ablenken und  
bin nicht fokussiert.**



# Das kann mir helfen:

Hier findest du Möglichkeiten, wie du mit dieser Situation umgehen kannst:

- Handy:** Schalte dein Handy aus und packe es in deine Tasche.
- Arbeitsplatz:** Packe alles weg, was dich ablenken könnte. Auf deinem Arbeitsplatz sollten nur Dinge liegen, die du für deine Aufgabe benötigst.
- Ablenkungen durch Mitschüler:innen:** Setze dir ein Zeitlimit, zum Beispiel 20 Minuten, in der du nur an der einen Aufgabe arbeitest. Mach erst eine kurze Pause, wenn die Zeit vorbei ist. Wenn dich ein:e Mitschüler:in stört, weise sie freundlich darauf hin, dass du dich noch ein paar Minuten konzentrieren musst.
- Störgeräusche ausblenden:** Bringe dir Ohrstöpsel mit in die Schule.
- Unentschlossenheit:** Setze Prioritäten und beginne mit der wichtigsten Aufgabe.
- Mangelnde Tagesform:** Beobachte deine Leistungsfähigkeit. Versuche, wenn du müde bist, eine Stunde früher ins Bett zu gehen. Jeder hat auch einmal einen schlechten Tag! Morgen wird es dir sicher besser gelingen, dich zu konzentrieren.

**Ich habe so viele Aufgaben  
und fange trotzdem nicht an.**



# Das kann mir helfen:

## To-Do-Liste:

- Lege eine To-Do-Liste für den Tag und nicht für die ganze Woche an.
- Zu viele To-Dos können manchmal überwältigend wirken! Achte darauf, dir nur einen Tages- oder Schulstundenfokus zu setzen. So musst du nicht enttäuscht sein, noch nicht alle Aufgaben abgehakt zu haben.

Hier ein Beispiel:

Tagesfokus:

Das Kuchenstück - danach bin ich zufrieden und gestärkt für den Tag:

---

### **TO-DO-LISTE**

Die Sahnehaube

- 
- 

Die Kirschen obendrauf:

- 
- 
-

**Ich fühle mich gestresst,  
überfordert oder unter Druck  
gesetzt und denke „Ich  
schaffe das niemals.“ oder  
„Ich kann das nicht.“**



# Das kann mir helfen:

## Gedankenstopp-Technik:

- Hier haben sich wohl Sorgen und grüblerische Gedanken eingeschlichen! Erkenne diese negativen Gedanken (z.B. „Ich werde die Aufgaben nie schaffen.“) und mach dir bewusst, dass du vermutlich in die Sorgenfalle getappt bist.
- Nichts wie raus hier! Sage laut STOP! zu dir und versuche dir bewusst zu machen, dass Gedanken nicht unbedingt wahr sein müssen.
- Hinterfrage deine Grübelgedanken, indem du dir Gegenbeweise bewusst machst. Orientiere dich dabei an positiven Erfahrungen und Erlebnissen der Vergangenheit oder fertige eine Liste mit Dingen an, die du bereits erledigt und geschafft hast. (z.B. „In meinem Lieblingscomputerspiel habe ich auch schon einige sehr schwierige Aufgaben gemeistert“)
- Frage dich, ob nicht auch das Gegenteil des Grübelgedankens wahr sein könnte. Bestimmt kannst du die Aufgabe meistern!
- Konzentriere dich auf die aktuelle Situation und auf den konkreten nächsten Schritt. (z.B. „Was kann ich als nächstes tun, um weiterzukommen?“ „Was ist mein erster Schritt“?)
- Bitte dein Team oder deine Lehrer:in um Unterstützung

**Ich habe die Lernherausforderung  
nicht richtig verstanden und bin  
mir nicht sicher was wir eigentlich  
tun sollen.**



# Das kann mir helfen:

- Lies dir die Informationen zur Lernherausforderung bzw. den Arbeitsauftrag noch einmal ganz genau durch.
- Wenn du dir danach noch immer unsicher bist, bespreche dich mit deinem Team. Was denken sie wie ihr vorgehen solltet?
- Versucht euch zunächst selbst zu helfen. Indem ihr euch den Arbeitsauftrag gegenseitig erklärt und gemeinsam die W-Fragen (Was? Warum? Bis wann? Mit wem? Wie?) besprecht könnt ihr euch vieles selbst erklären.
- Wenn ihr nicht mehr weiterkommt, sprecht mit eurer Lehrer:in und vergesst nicht euch Notizen zu machen.

**Ich habe mir ein eigenes Ziel  
gesetzt und bin nicht sicher, ob  
ich es erreichen kann.**



# Das kann mir helfen:

## Ziel im Check – Überprüfe deine Zielformulierung mithilfe dieser Fragen

- Hast du dein Ziel möglichst konkret beschrieben und passt es zur Situation? (z.B. „Ich werde mir heute Abend eine Dokumentation über Elektromotoren ansehen und wichtige Informationen notieren“)
- Woran kannst du erkennen, ob du deinem Ziel näher kommst/es erreicht hast? (z.B. „Nach zwei Wochen wird meine Prototypskizze fertig sein“)
- Warum möchtest du dieses Ziel verfolgen? Was motiviert dich dazu, dich mit dieser Thematik auseinanderzusetzen? → Wenn dir hierzu keine Antwort einfällt, wähle lieber ein Ziel, das dir wirklich attraktiv erscheint!
- Kannst du dein Ziel unter den gegebenen Umständen (z.B. Zeit, verfügbares Material etc.) erreichen? → Falls du dir nicht sicher bist verkleinere deine Idee lieber ein wenig.
- Wann wirst du dein Ziel erreichen? → Bedenke dabei, dass bis zur Deadline auch unvorhergesehenes (z.B. du erkrankst eine Woche) passieren kann!

Versuche deine Ziele so präzise wie möglich und erfolgsorientiert zu formulieren. Nach und nach gelingt es dir Ziele und Wege zur Zielerreichung besser einzuschätzen.

Ich...



# Das kann mir helfen:

Ich ...

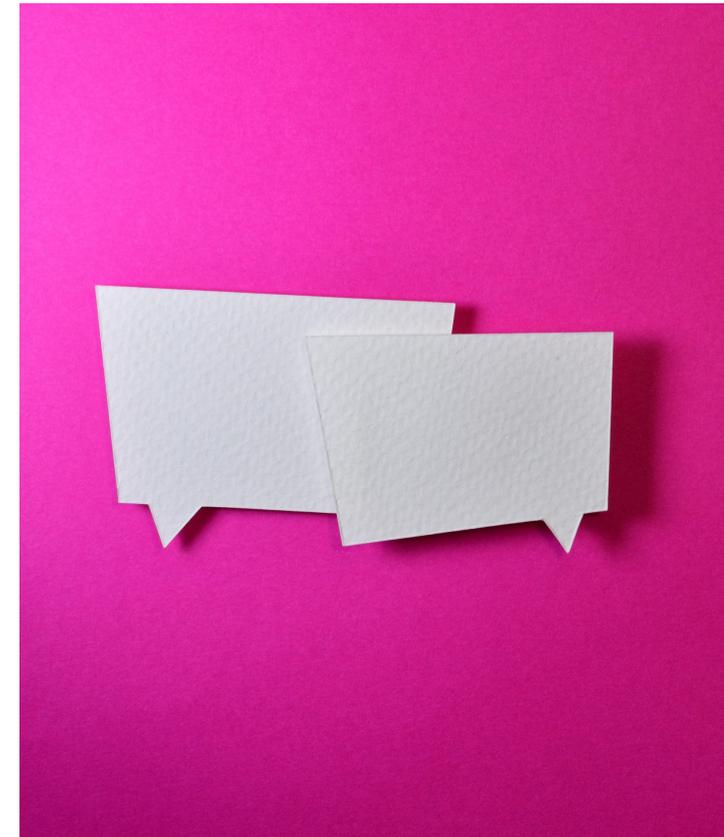


# Das kann mir helfen:

Ich...



# Das kann mir helfen:



Ich...



# Das kann mir helfen:

