

**Zeitschrift:** Bündner Schulblatt = Bollettino scolastico grigione = Fegl scolastic  
grischun

**Band:** 59 (1999-2000)

**Heft:** 1: Sichere Ufer verlassen... : Neuausrichtung der Bündner LehrerInnen  
Fortbildung

## Titelseiten

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 17.11.2024

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

DEZEMBER 1999

72075

# BÜNDNER SCHUL BLATT

BOLLETINO  
SCOLASTICO  
GRIGIONE  
FEGL SCOLAS-  
TIC GRISCHUN

## Gedächtnistraining

Wir erinnern uns am besten an Informationen, wenn sie folgende Merkmale aufweisen:

- sensorische Assoziationen, besonders visueller Art
- einen emotionalen Kontext wie Liebe, Kummer ...
- ungewöhnliche/ungewohnte Eigenschaften
- Lebensnotwendigkeit
- persönliche Bedeutung
- Wiederholung
- Positionen zu Beginn oder am Ende einer Unterrichtsstunde



### GEDÄCHTNIS- TRICKS

- Wiederholung

- Assoziationen

- Visualisierung

- **Übertreibe!**
- Mache sie **emotional**.
- Je aussergewöhnlicher, um so einprägsamer.
- Versuche, möglichst viele **Sinnesorgane** daran zu beteiligen.
- Lass Dinge oder Lebewesen möglichst **beweglich** und **lebendig** werden.
- Stell dir alles möglichst deutlich und **plastisch** vor.
- **Materialwechsel!**

# Fortbildung

KURSE  
JANUAR – JUNI 2000

SOMMERKURSWOCHEN 2000