



## KURS ZUM ERFOLGREICHEN LERNEN

Wie Lehrlinge wirksam Lernen und Bestehen



## **KURS ZUM ERFOLGREICHEN LERNEN**

### **Wie Lehrlinge wirksam Lernen und Bestehen**

#### **Ausgangslage**

Angst vor Prüfungen, mangelhafte Vorbereitung auf Prüfungen, zu wenig Zeit zum Lernen, fehlende Lerntechniken und –strategien führen zum erschreckenden Ergebnis: Immer mehr Lehrlinge schneiden in der Berufsschule schlecht ab; fallen bei der LAP durch. Die Enttäuschung demotiviert nicht nur Lehrlinge, sondern auch AusbilderInnen und ChefInnen.

Unter „Lernen lernen“ verstehen wir, dass auch Lernen erfolgreich gelernt werden kann. In diesem aktiven Workshop lernen die Lehrlinge hochwirksame Methoden, bekommen Tipps und Tricks aus der Lernpraxis, wie sie ihre Lernwirksamkeit steigern und Berufsschule sowie LAP bestehen können.

Die Lehrlinge erfahren, wie sie optimal ihre Zeit organisieren, wie sie sich vor Ablenkungen hüten, welcher Lerntyp sie sind und welche Lernstrategien ihnen am meisten bringen.

Danach sind Ihre Lehrlinge bestens auf das Lernen in der Berufsschule und für die LAP vorbereitet. Mut und Selbstvertrauen in die erfolgreiche Absolvierung der Berufsschule und LAP steigen, wie auch die persönliche Motivation des Lehrlings.

#### **Zielsetzung**

Wir orientieren uns an den Stärken, die die Lehrlinge miteinbringen und trainieren sie darin, ihre Lernwirksamkeit zu steigern. Durch das Üben von gehirngerechten Lernstrategien können sie diese selbständig anwenden und sind dadurch fähig, ihr ganzes Potential zu entfalten.



### **Ihre Lehrlinge werden nach dem Workshop sagen können:**

- ↳ **Ja**, ich beschreibe meinen Lerntyp und wie ich am besten lerne.
- ↳ **Ja**, ich habe selbst meine Lernstrategie formuliert und niedergeschrieben.
- ↳ **Ja**, ich unterscheide zwischen verschiedenen Merktechniken und Konzentrationsübungen und habe sie aktiv ausprobiert.
- ↳ **Ja**, ich plane realistisch meine Zeit und teile den Lernstoff ein.
- ↳ **Ja**, ich habe Maßnahmen angewandt, um mit Ablenkung, Zeitdruck, Angst und Unsicherheit in und vor Prüfungen konstruktiv umzugehen.
- ↳ **Ja**, ich begründe Vorteile von gehirngerechten Nahrungsmitteln sowie Nachteile von Zucker, „Junk-Food“ & Co.
- ↳ **Ja**, ich habe für mich den Spaß am Lernen wieder gefunden.

## **Inhalte**

### **Die Lehrlinge erlernen, üben und verinnerlichen:**

Das persönliche Lernprofil, Merktechniken, Gehirntrainingsübungen zur besseren Konzentration, Zeitmanagement: Dauer der Lerneinheiten, Pausen, Zeitplanung zur Vorbereitung, Umgang mit Zeitdruck/Ablenkung, alleine lernen und/oder in der Gruppe, Ernährung beim Lernen, der Umgang mit den Prüfungsjüngsten: Angstzähmung aus dem Mentaltraining und Atemtechniken.

## **Zielgruppe**

**Lehrlinge aller Lehrberufe und Lehrjahre**, die leichter lernen und die Berufsschule und LAP erfolgreich bestehen wollen.

## **Dauer und Teilnehmer**

1 Tag (8 UE) von 09.00 bis 18.00 Uhr

10 bis maximal 18 Personen





## Termine und Veranstaltungsort

Aktuelle Termine finden Sie in unserem [Online-Kurskalender](#) oder kontaktieren Sie uns persönlich.

## Kosten und Förderung

Kurskosten pro Lehrling und Tag inkl. gesunder Vollverpflegung mit Mittagsmenü: EUR 180,00 exkl. MwSt.

### Investition mit Förderung durch „Lehre.fördern“:

-  Förderung bis zu 100% bei Einreichung durch den Lehrling bei „Lehre.at“ – Kosten EUR 0,00
-  Förderung bis zu 75% bei Einreichung durch den Betrieb bei „Lehre.at“ – Kosten EUR 45,00 exkl. MwSt.

## Kontakt und Anmeldung

### HeartBeat GmbH

Hobelweg 20 | 4055 Pucking | Österreich

**E-MAIL** office@heartbeat.co.at

**WEB** www.heartbeat.co.at

**TEL** 07229 66177-244

**FAX** 07229 66177-960



## Über HeartBeat

HeartBeat wurde 2008 von Geschäftsführer Gernot Schneeberger gegründet. Motivation und Antrieb war und ist die Liebe zur Entwicklung einer qualitativen Lehrlingsausbildung und die feste Überzeugung, dass sich Herzlichkeit und Leistung im Arbeitsleben verbinden lassen.

Mittlerweile ist HeartBeat zu einem engagierten und professionellen Team von rund 30 UnternehmensberaterInnen, TrainerInnen und PädagogInnen gewachsen, die mit viel Herz und Hirn eine Vision verwirklichen.

### **Auf HeartBeat vertrauen bereits:**

- 20 Metallverarbeitende Betriebe österreichweit
- 22 Holzverarbeitende Betriebe in OÖ
- 12 METRO-Standorte österreichweit
- 8 regionale Unternehmen in Vorarlberg
- Porsche Holding Salzburg
- Rosenbauer AG Leonding
- TGW Logistics Group Wels
- Textile Interessensgemeinschaft - 14 Mode-Unternehmen österreichweit
- 16 Gastronomiebetriebe in OÖ (Hotspots, KultWirte)
- INTERSPORT Österreich und Deutschland