

Videos Online-Semester

Video 1: Heimarbeitsplatz

1. Such dir einen ruhigen Raum, in dem du ungestört arbeiten kannst. (keine Geschwister/ Haustiere, kein TV/ Musik/ Handy & social media)
2. Der Raum sollte hell sein und ein Fenster zum Lüften haben.
3. Richte deinen Schreibtisch seitlich zum Fenster aus, um nicht von der Sonne geblendet zu werden.
4. Alle wichtigen Lernmaterialien sollen vorhanden sein, damit du nicht suchen musst und dich vollständig konzentrieren kannst.
5. Dein Lernraum sollte nicht der Raum sein, in dem du dich normalerweise entspannst. Falls du z.B. in einer WG wohnst und nur einen Raum hast, kannst du versuchen mit einem Schrank oder mit einem Bettlaken o.a. deinen Raum zu teilen.
6. Achte auch darauf, dass du nachdem du gelernt hast deinen Arbeitsplatz kurz aufräumst, damit du das nicht während des Lernens tun musst.
7. Schließe zudem immer deine Tür und du kannst auch ein Hinweisschild an ihr befestigen, um deinen Mitmenschen zu signalisieren, dass du nicht gestört werden willst.
8. Um weiterhin Literatur zu deinen Lernthemen zu finden steht dir weiterhin der Katalog der Bibliothek UPB zur Verfügung, wobei du oft einen VPN-Zugang benötigst, um auf die elektronischen Bücher zugreifen zu können. Eine weitere Möglichkeit stellt Google Scholar dar.

Video 2: Stundenpläne erstellen

1. Es gibt verschiedene Möglichkeiten deinen eigenen Stundenplan zu erstellen:
 - a. Du kannst jeden Tag mit einem Fach belegen.
 - b. Du kannst mehrere Tage/Wochen mit einem Fach belegen (Semesterplan).
 - c. Du kannst unterschiedliche Fächer an einem Tag bearbeiten und alle Fächer gleichmäßig auf eine Woche verteilen.

Es gibt viele weitere Möglichkeiten (z.B.: Mischformen). Probiere verschiedene Stundenpläne aus, um herauszufinden, welcher am besten zu dir passt.

2. Achte auf regelmäßige Pausen, sodass du dich kurz erholen kannst, denn zu lange am Stück sollte nicht gelernt werden.
3. Mache auch eine größere Mittagspause, um etwas zu essen, damit du gestärkt weiterarbeiten kannst.
4. Achte darauf, dass du nicht zu spät anfängst. So kannst du Prokrastination vermeiden und bekommst eine Regelmäßigkeit in deinen Alltag.
5. Das regelmäßige Arbeiten bereits zu Beginn des Semesters wird dir helfen, den Inhalt der Vorlesungen besser zu verstehen.
6. Ohne diese Regelmäßigkeit wird die Klausurenphase nicht zu bewältigen sein.

Videos Online-Semester

Video 3: Lerngruppen

1. Du kannst dich auch digital mit deiner früheren Lerngruppen treffen, um Inhalte und Aufgaben von verschiedenen Fächern zu bearbeiten.
2. Es gibt dafür verschiedene Plattformen (mit und ohne Video-Unterstützung)
 - Discord, Microsoft Teams, Skype, Zoom, etc.
3. Eure Lerngruppe sollte dabei auf einige Regeln achten:
 - a. Ihr solltet feste Termine vereinbaren, zu denen ihr euch trefft.
 - b. Jeder Teilnehmer sollte den Inhalt bereits selbstständig einmal bearbeitet haben.
 - c. Jeder Teilnehmer sollte pünktlich sein.
4. Falls du keine regelmäßige Lerngruppe hast oder du dir Gleichgesinnte suchen möchtest, die in einem ähnlichen Rhythmus wie du lernen möchten, bietet dir der PANDA-Kurs „Z.EXT.00127 Lerngruppenforum Fakultät Maschinenbau“ (go.upb.de/Lerngruppenforum) für deine belegten Vorlesungen eine Plattform, um interessierte Studierenden zu finden, die ebenfalls digitale Lerngruppen zum inhaltlichen Austausch suchen und gründen möchten.
5. Um die passenden Lerngruppenforen zu deinen Lehrveranstaltungen im SoSe20 zu finden, gehst du folgendermaßen vor:
 - a. Melde dich zum PANDA-Kurs „Z.EXT.00127 Lerngruppenforum Fakultät Maschinenbau“ (go.upb.de/Lerngruppenforum) an.
 - b. Klicke auf „Lehrveranstaltungsauswahl“.
 - c. Setze Häkchen bei den jeweiligen Veranstaltungen, bei denen du dem Lerngruppenforum beitreten willst, und klicke auf „Meine Wahl speichern“.
 - d. Auf der Hauptseite werden dir dann die Foren zu den ausgewählten Veranstaltungen angezeigt und du kannst sofort loslegen Forumsbeiträge zu verfassen, um den Kontakt zu anderen Studierenden aufzunehmen.

Video 4: Prokrastination

1. Stelle dir einen Studienplan auf, in dem du festhältst, in welchem Semester du einen Kurs belegen möchtest und wann du deinen Abschluss erreichst. So hast du immer ein Ziel vor Augen auf das du hinarbeiten kannst.
2. Im Semester helfen dir Monats-, Wochen- oder auch Tagespläne, um Lernziele strukturiert zu erreichen.
 - a. Lege dir erst „große“ Ziele fest (Wie soll mein Studium ablaufen?) und breche diese dann herunter auf Ziele für das Semester, den Monat, die Woche und den einzelnen Tag.
 - b. Wie genau so ein Plan aussehen kann erfährst du im Video 3 „Stundenpläne erstellen“.
3. Um nicht wieder in deine alten Aufschiebemuster zu verfallen, hilft es deine Monats- oder Wochenpläne zu wiederholen, sodass du dir einen neuen Rhythmus aneignest.
4. In den einzelnen Lernphasen solltest du die schweren oder unangenehmen Aufgaben zuerst erledigen. So kannst du nichts aufschieben.
5. Achte darauf, dass du dich nicht von anderen Dingen beim Lernen ablenken lässt. Schalte am besten alle elektronischen Geräte aus, die du nicht zum Lernen verwendest und schließe die Tür zum Rest der Wohnung.
6. Wenn du dein Lernziel, welches du zuvor in deinem Plan aufgestellt hast, erreicht hast kannst du dich belohnen. Aber erst NACH der Arbeit! Du kannst deinen Hobbys nachgehen, Freunde treffen oder einfach mal nichts tun.