

Einsatz von Memorierstrategien (Wiederholungsstrategien)

Inwieweit treffen die folgenden Aussagen auf die letzte Unterrichtsstunde zu?	Trifft überhaupt nicht zu	Trifft eher nicht zu	Trifft eher zu	Trifft voll und ganz zu	Kann ich nicht beurteilen
In der letzten Stunde versuchte ich, möglichst viel auswendig zu lernen.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde übte ich, indem ich mir den Stoff mehrfach aufsagte	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde prägte ich mir alles Neue möglichst so ein, dass ich es gut wiedergeben konnte.	☐	☐	☐	☐	☐

Einsatz von Elaborationsstrategien

Inwieweit treffen die folgenden Aussagen auf die letzte Unterrichtsstunde zu?	Trifft überhaupt nicht zu	Trifft eher nicht zu	Trifft eher zu	Trifft voll und ganz zu	Kann ich nicht beurteilen
In der letzten Stunde bezog ich die wichtigsten Inhalte auf das, was ich schon wusste.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde dachte ich darüber nach, wie das Neue mit den Unterrichtsinhalten anderer Fächer in Zusammenhang steht.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde bezog ich das neu zu Lernende auf Beispiele aus meinem Alltag.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde habe ich das Neue mit den Dingen, die ich schon vorher kannte, verbunden.	☐	☐	☐	☐	☐

Einsatz von Transformationsstrategien (Organisationsstrategien)

Inwieweit treffen die folgenden Aussagen auf die letzte Unterrichtsstunde zu?	Trifft überhaupt nicht zu	Trifft eher nicht zu	Trifft eher zu	Trifft voll und ganz zu	Kann ich nicht beurteilen
In der letzten Stunde verdeutlichte ich mir, wie die einzelnen Unterrichtsinhalte aufeinander aufbauen.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde fasste ich den Stoff in Übersichten zusammen (z.B. Tabelle, Skizze, Mind Map).	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde fertigte ich aus meinen Aufzeichnungen eine Gliederung an, die die wichtigsten Punkte beinhaltet.	☐	☐	☐	☐	☐

Inwieweit treffen die folgenden Aussagen auf die letzte Unterrichtsstunde zu?

	Trifft überhaupt nicht zu	Trifft eher nicht zu	Trifft eher zu	Trifft voll und ganz zu	Kann ich nicht beurteilen
In der letzten Stunde fasste ich für mich die wichtigsten Inhalte mit eigenen Worten zusammen.	☐	☐	☐	☐	☐

Planung des eigenen Lernprozesses
Inwieweit treffen die folgenden Aussagen auf die letzte Unterrichtsstunde zu?

	Trifft überhaupt nicht zu	Trifft eher nicht zu	Trifft eher zu	Trifft voll und ganz zu	Kann ich nicht beurteilen
In der letzten Stunde machte ich mir die Anforderungen klar, die die Aufgaben oder der Unterrichtsstoff an mich stellten und plante darauf bezogen mein Vorgehen.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde versuchte ich den Aufbau des Unterrichtsstoffes oder die Anforderungen der Aufgaben zu verstehen, um meinem Lernen oder meiner Aufgabenbearbeitung ein Ziel zu geben.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde formulierte ich mir Fragen, um meine Aufgabenbearbeitung oder mein Lernen in eine bestimmte Richtung zu lenken.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde überlegte ich mir, in welcher Reihenfolge ich den Unterrichtsstoff durchgehe oder die Aufgaben bearbeite.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde machte ich mir Gedanken, wie ich am effektivsten beim Lernen oder bei der Bearbeitung der Aufgaben vorgehen kann.	☐	☐	☐	☐	☐

Kontrolle/ Überwachung
Inwieweit treffen die folgenden Aussagen auf die letzte Unterrichtsstunde zu?

	Trifft überhaupt nicht zu	Trifft eher nicht zu	Trifft eher zu	Trifft voll und ganz zu	Kann ich nicht beurteilen
In der letzten Stunde beobachtete ich mich immer wieder selbst, um sicher zu gehen, dass ich alles richtig verstanden habe.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde rekapitulierte ich ohne Hilfsmittel die wichtigsten Unterrichtsinhalte, um Wissenslücken festzustellen.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde stellte ich mir selbstständig Fragen zum Unterrichtsstoff, um zu überprüfen, ob ich alles Wichtige zusammenhängend erklären kann.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde erzählte ich mir die wichtigsten Inhalte selbst, damit ich merken konnte, wo ich noch Wissenslücken habe.	☐	☐	☐	☐	☐

Regulation des eigenen Lernprozesses

Inwieweit treffen die folgenden Aussagen auf die letzte Unterrichtsstunde zu?	Trifft überhaupt nicht zu	Trifft eher nicht zu	Trifft eher zu	Trifft voll und ganz zu	Kann ich nicht beurteilen
In der letzten Stunde suchte ich selbstständig nach zusätzlichen Informationen (z.B. im Internet oder im Lehrbuch), als ich etwas nicht verstanden hatte.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde veränderte ich mein Vorgehen beim Lernen oder bei der Bearbeitung einer Aufgabe, nachdem ich auf Schwierigkeiten gestoßen bin.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde ging ich einzelne Unterrichtsinhalte noch einmal für mich durch, als ich merkte, dass ich vielleicht etwas falsch verstanden haben könnte.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde strukturierte ich mein gesamtes Vorgehen noch einmal neu, nachdem ich feststellte, dass mein ursprüngliches Vorgehen nicht zielführend ist.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde veränderte ich meinen anfänglichen Plan zum Lernen oder zur Bearbeitung einer Aufgabe, als ich wahrnahm, dass sich dieser nicht umsetzen ließ.	☐	☐	☐	☐	☐

Aktivierung unterrichtsbezogener Selbstwirksamkeitsüberzeugungen

Inwieweit treffen die folgenden Aussagen auf die letzte Unterrichtsstunde zu?	Trifft überhaupt nicht zu	Trifft eher nicht zu	Trifft eher zu	Trifft voll und ganz zu	Kann ich nicht beurteilen
In der letzten Stunde hatte ich das Gefühl, dass ich auch komplexe Aufgaben im Unterricht von Herrn Schulze lösen kann, wenn ich mich genug anstrengte.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde hatte ich das Gefühl, dass ich meinen Mitschülerinnen und Mitschülern die Lösung einer Aufgabe an der Tafel vorführen kann, auch wenn die Aufgabe selbst sehr schwierig ist.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde hatte ich das Gefühl, dass ich bei Herrn Schulze immer noch gute Leistungen erbringen könnte, selbst wenn ich eine längere Zeit krank sein sollte.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde hatte ich das Gefühl, dass ich bei Herrn Schulze gute Leistungen erzielen kann, selbst wenn er an meinen Fähigkeiten zweifeln sollte.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde hatte ich das Gefühl, dass ich bei Herrn Schulze auch dann noch meine gewünschten Leistungen erreichen kann, auch wenn er mir mal eine schlechte Note gibt.	☐	☐	☐	☐	☐

Aktivierung intrinsischer Wertmaßstäbe

Inwieweit treffen die folgenden Aussagen auf die letzte Unterrichtsstunde zu?

	Trifft überhaupt nicht zu	Trifft eher nicht zu	Trifft eher zu	Trifft voll und ganz zu	Kann ich nicht beurteilen
In der letzten Stunde habe ich mich angestrengt, weil mir das Thema persönlich wichtig war.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde habe ich gerne mitgearbeitet.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde verging die Unterrichtszeit wie im Flug.	☐	☐	☐	☐	☐

Anstrengung
Inwieweit treffen die folgenden Aussagen auf die letzte Unterrichtsstunde zu?

	Trifft überhaupt nicht zu	Trifft eher nicht zu	Trifft eher zu	Trifft voll und ganz zu	Kann ich nicht beurteilen
In der letzten Stunde habe ich mich bei Herrn Schulze angestrengt, obwohl mir der Unterrichtsstoff überhaupt nicht lag.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde gab ich im Unterricht von Herrn Schulze nicht auf, obwohl die Unterrichtsinhalte sehr schwierig und komplex waren.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde dauerte es bei mir nicht lange, bis ich bei Herrn Schulze anfang zu arbeiten, nachdem er uns eine Aufgabe gestellt hatte.	☐	☐	☐	☐	☐

Aufmerksamkeit
Inwieweit treffen die folgenden Aussagen auf die letzte Unterrichtsstunde zu?

	Trifft überhaupt nicht zu	Trifft eher nicht zu	Trifft eher zu	Trifft voll und ganz zu	Kann ich nicht beurteilen
In der letzten Stunde fiel es mir bei Herrn Schulze nicht leicht, bei der Sache zu bleiben.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde war ich mit meinen Gedanken bei Herrn Schulze oft nicht beim eigentlichen Unterrichtsthema.	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde von Herrn Schulze war ich oft unkonzentriert	☐	☐	☐	☐	☐
In der letzten Stunde von Herrn Schulze ließ ich mich von meinen Mitschülerinnen und Mitschülern leicht ablenken.	☐	☐	☐	☐	☐