

Merktechnik-Zahlen merken

1. Übung/Teil 1

Unser bildhaftes Gedächtnis bietet uns die Möglichkeit, Informationen zu speichern und jederzeit wieder aufrufen zu können. Lies dir bitte die folgende Tabelle durch. Stell dir das beschriebene Symbol vor deinem inneren Auge vor und merke dir die dazugehörige Zahl.

Merktabelle	
Symbol / Merksatz	Zahl
Schwarzes Loch im Universum	0
1-Cent-Münze	1
Schwan	2
3 Apfelsinen im Haar	3
4-blättriges Kleeblatt	4
5- Euro-Schein	5
Sixpack Limo	6
7 Zwerge	7
Tintenfisch mit 8 Tentakeln	8
Wurm am Angelhaken	9

Wenn du alle Symbole auswendig und den entsprechenden Zahlen zuordnen kannst, dann beginne bitte mit dem 2. Teil der Übung.

Merktechnik-Zahlen merken

1. Übung/Teil 2.

In der 1. Übung hast du dir 10 Symbole und die dazugehörigen Zahlen von 0 - 9 merken können. Schau dir die untere Tabelle an und trage die fehlenden Zahlen ein.

Merktable	
Symbol / Merksatz	Zahl
Sixpack Limo	
Zwerge	
Wurm am Angelhaken	
Tintenfisch	
Apfelsinen im Haar	
5- Euro-Schein	
Schwan	
Kleeblatt	
Schwarzes Loch im Universum	
1 Cent-Münze	

1. Übung / Teil 3

In den ersten beiden Übungen hast du dein bildhaftes Gedächtnis bereits trainieren können. Du hast gelernt, dir Bilder vorzustellen und entsprechende Zahlen zuzuordnen. Wir haben das trainiert, um deine erste Lerntechnik vorzubereiten. Ja, es ist soweit, du beginnst nun mit deiner ersten Merktechnik.

Sicher kennst du das, du musst dir eine mehrstellige Zahl merken, z.B. die Zahlenkombination für dein Fahrradschloss, den PIN-Code für dein neues Handy, die Abfahrtszeit des Zuges. Diese Beispiele beinhalten alle eine mehrstellige Zahlenfolge. Manchmal fällt es schwer, uns diese Zahlenfolgen zu merken. Das hast du bestimmt auch schon erlebt. Hier die Merktechnik, mit der du dir diese Zahlenfolgen besser merken kannst.

Merktechnik:

Stell dir vor, du möchtest dir folgende Zahlenkombination merken: 2 6 0 1.

1. Schritt: Ordne den Zahlen die trainierten Symbole zu.

- 2 = Schwan
- 6 = Sixpack
- 0 = Schwarzes Loch im Universum
- 1 = 1-Cent-Münze

2. Schritt: Denke dir zu diesen Bildern eine kleine Geschichte aus.

Hier ein Beispiel:

Ein Schwan möchte verreisen.

Als Proviant steckt er sich ein Sixpack Limo ein.

Auf seiner Reise gerät er in ein schwarzes Loch.

Am Ende findet der Schwan eine 1-Cent-Münze, die ihm für den Rest seines Lebens Glück bringt.

3. Schritt: Merk dir die Geschichte und die darin verborgenen Zahlen.

Anmerkung:

Wichtig ist es, die Technik immer wieder zu üben. Nutze dazu möglichst viele Gelegenheiten im Alltag. Hier noch mal Möglichkeiten, bei denen du die Merktechnik anwenden und trainieren kannst:

- Abfahrtszeiten Bus, Zug und Straßenbahn,
- Geburtstag von Familienangehörigen, Freunden und Bekannten
- Handy PIN
- Telefonnummern
- Daten die in Klassenarbeiten abgefragt werden
- Termin (z.B. beim Kieferorthopäden)