



Handoutvorlage zur Selbstregulationsförderung in Inverted & Flipped Classroom-Veranstaltungen

Liebe Lehrende,

mit diesem Dokument erhalten Sie eine Handout-Vorlage für Ihre Teilnehmenden, die Sie für Ihre Inverted/Flipped Classroom (IFC) Unterrichtszwecke anpassen können.

Wozu ein solches Handout?

Das Handout soll Ihren Teilnehmenden helfen, ihr Lernverhalten den Anforderungen im IFC anzupassen. Dies bezieht sich vor allem auf die eigenständige Vorbereitung der Lerninhalte zu Hause sowie auf die aktive Mitarbeit in den Präsenzsitzungen.

Der Hintergrund

Wie Studien zeigen, sind viele Studierende von akademischer Prokrastination betroffen (2), d.h. sie schieben regelmäßig wichtige Aufgaben bis zur letzten Minute auf, um sie dann unter Stress und Zeitdruck kurz vor Ende der Deadlines anzugehen. Statt regelmäßig und damit nachhaltig zu lernen, kommt es hier zum Alles-auf-einmal-Bulimie-Lernen auf den letzten Drücker.

Das Lehrkonzept des IFC versucht genau dieser Tendenz entgegenzuwirken: Durch die wöchentlichen Hausaufgaben sowie dem Überprüfen, Vertiefen und Anwenden des zu Hause Gelernten in den Präsenzsitzungen wird die regelmäßige Auseinandersetzung mit dem Stoff notwendig. Denn häufiges Aufschieben führt in diesem Lehrformat dazu, dass man in den Präsenzsitzungen meist nicht mehr sinnvoll aktiv mitarbeiten kann. Was einen Anreiz für kontinuierliches Lernen bieten sollte.

Soweit die Theorie. In der Praxis ist das Lernverhalten im IFC nicht automatisch motivierter als in traditionellen Formaten. So ließen z.B. die Lernaktivitäten in einem IFC nach der Hälfte des Kurses bei allen Teilnehmenden deutlich nach (3), in anderen sank die Anwesenheitsquote kontinuierlich über den Semesterverlauf ab (7). Beides ist ungünstig für den Lernerfolg, denn je häufiger Studierende an den Präsenzsitzungen teilnehmen, um so besser fallen ihre Leistungen aus (1), da der entscheidende lernförderliche Faktor das aktive Lernen in den Präsenzsitzungen ist (5).

Damit Lernende sich vorbereiten und regelmäßig teilnehmen können, brauchen sie gute Selbstregulationskompetenzen (SRK). Wer über solche verfügt, kann selbstgesteuert das eigene Lernen planen, organisieren, kontrollieren und reflektieren (7) und sich gut selbst motivieren, wenn das Lernen anstrengend, frustrierend oder auch überfordernd wird. Wer hingegen eine ungünstige SRK mitbringt, der lässt sich schneller von inneren und äußeren Reizen ablenken, kann sich schlechter dazu bringen, anstehende Studienaufgaben anzugehen, insbesondere, wenn sie unangenehm oder schwierig erscheinen, und kann seine Lernzeit weniger gut zielgerichtet planen und effektiv nutzen (6).

Und das hat Auswirkungen auf das Lernen: In einem Mathe-IFC führte eine schlechte SRK bei anfänglich leistungsstarken und leistungsschwachen Studierenden im Semesterverlauf zu Leistungsverlechterungen. Wer über gute SRK verfügte, verbesserte hingegen die Leistungen in dem Lehrformat (8). Und je intensiver und vielfältiger Studierende sich zu Hause auf die Präsenzsitzungen vorbereiteten, umso erfolgreicher schnitten sie in den Prüfungen ab (3).

Bislang gibt es für das Format noch keine empirisch belegte wirksame SRK-Fördermaßnahme.





Ein erster Versuch, dies mithilfe computergestützter Angebote zur Lernplanung, -reflexion und Leistungsrückmeldung bei SchülerInnen zu fördern, erbrachte nicht den gewünschten Effekt: Von den umfassenden Hilfestellungen profitierten ausschließlich die Kinder, die bereits über hohe SRK verfügten. Aber gerade für Kinder mit SRK-Defiziten hatten die Maßnahmen hingegen keinerlei leistungsförderliche Effekte (4). Eine ausführlichere Darstellung der Studien und Hintergründe zur SRK im IFC-Kontext finden Sie in (7).

Gerade weil aktuell noch keine wirksamen Maßnahmen zur SRK-Förderung im IFC verfügbar sind, sollten wir als Lehrende Ideen und Angebote entwickeln, mit denen wir dieses Thema in der Praxis angehen können. Das hier präsentierte Handout bietet einen ersten Versuch zur Unterstützung Ihrer Teilnehmenden bzgl. der Planung und Bewertung der Lernaktivitäten im IFC. Der Bogen ist für eine Woche konzipiert und ist für den wiederholten Einsatz über den gesamten Kursverlauf gedacht.

Das Handout besteht aus einigen basalen Infos zu den Wirkfaktoren im IFC und die Notwendigkeit des selbstgesteuerten Lernens. Im Reflexionsteil sollen die Lernaktivitäten für die Woche inhaltlich und zeitlich konkret geplant und nach Ende der Woche ausgewertet werden. Dies geschieht mithilfe von Leitfragen zum geplanten Zeiteinsatz, den Lernzielen und -aktivitäten, zu potentiellen Störungen und tatsächlich erreichten Zielen.

Je nachdem, mit welcher Zielgruppe Sie arbeiten, können und sollten Sie das Handout sprachlich und inhaltlich Ihren Zwecken anpassen.

Einsatz im Unterricht

Um Ihre TN zur Nutzung des Handouts zu bewegen, bietet es sich an, es ein paar Mal aktiv in Ihren Unterricht einzubauen, statt es passiv auszuteilen oder zum Download anzubieten. Reservieren Sie etwa 20-25 Minuten für die 1. Bearbeitung in einer Sitzung. Je nach Kurs können Sie den Bogen in Einzelarbeit oder in Kleingruppen ausfüllen lassen und ggf. im Plenum diskutieren. Ein fiktives Beispiel in Form eines aufgefüllten Bogens eignet sich zur Illustration, falls es Teilnehmenden schwerfallen sollte, das Handout selber zu bearbeiten. Der Vorteil des Einbettens in den Unterricht besteht darin, dass Ihre TN das Angebot nicht nur zur Kenntnis nehmen und sich dann evtl. zu Hause aufrufen müssen, dies noch extra zu bearbeiten. Eine aktive Einbindung ermöglicht nach ein paar Wochen die Bewertung des Nutzens von Seiten der Studierenden und auch Ihnen, so dass über den weiteren Einsatz diskutiert werden kann.

Ihr Feedback

Wenn Sie Fragen, Anregungen oder Kritik zum Handout haben oder wenn Sie uns Rückmeldung zu den Erfahrungen damit in Ihrem Kurs geben möchten, würden wir uns freuen, wenn Sie mit uns Kontakt aufnehmen:

Nathalie Pöpel: n.poepel@hs-osnabrueck.de & Karsten Morisse: k.morisse@hs-osnabrueck.de;
eLearningCompetenceCenter der Hochschule Osnabrück: <https://www.hs-osnabrueck.de/elcc/>

Literatur

(1) Foldnes, N. (2017). The impact of class attendance on student learning in a flipped classroom. *Nordic Journal of Digital Literacy*, 12, 1-2, 8-18; (2) Gerholz, K.-H. & Klingsieck, K. (2013): Employability und Prokrastination aus einer hochschuldidaktischen Perspektive. *Das Hochschulwesen*, 61, 4, 122-128; (3) Jovanović, J., Gašević, D., Dawson, S., Pardo, A., & Mirriahi, N. (2017). Learning analytics to unveil learning strategies in a flipped classroom. *The Internet and Higher Education*, 33, 74-85; (4) Lai, C.-L., Hwang, G.-J. (2016): A self-regulated flipped classroom approach to improving students' learning performance in a mathematics course. *Computers & Education*, 100, 126-140; (5) Margulieux, L. E., McCracken, W. M., & Catrambone, R. (2015). Mixing in-class and online learning: Content meta-analysis of outcomes for hybrid, blended, and flipped courses. In O. Lindwall, P. Hakkinen, T. Koschmann, P. Tchounikine, & S. Ludvigsen (Eds.). *Exploring the Material Conditions of Learning: The Computer Supported Collaborative Learning Conference* (220-227). Gothenburg, Sweden: The International Society of the Learning Sciences; (6) Metzger, C., Schulmeister, R. & Martens, T. (2012). Motivation und Lehrorganisation als Elemente von Lernkultur. *Zeitschrift für Hochschulentwicklung*, 7, 3, 36-50; (7) Pöpel, N. & Morisse, K. (2018). *Inverted Classroom: Wer profitiert – wer verliert? Die Rolle der Selbstregulationskompetenzen beim Lernen im umgedrehten MINT-Klassenraum*. Hochschule Osnabrück, unveröffentlichtes Manuskript – bei Interesse mailen Sie gerne an: n.poepel@hs-osnabrueck.de; (8) Sun, Z., Lu, L. & Xie, K. (2016). The Effects of Self-Regulated Learning on Students' Performance Trajectory in the Flipped Math Classroom. In: C.-K. Looi, J. Polman, U. Cress, & P. Reimann (Eds.). *Transforming Learning, Empowering Learners: Conference Proceedings* (66-73). Singapore: International Society of the Learning Sciences.





Handout für effektiveres Lernen im Kurs XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

Liebe Teilnehmende der Veranstaltung XXXXXXXXXXXXXXXX,
die als Flipped Classroom (FC) angeboten wird.

In einem FC wird die Vorlesung, wie Sie sie bisher kennen, umgedreht: Der Lernstoff wird Ihnen hier nicht wie oft üblich frontal in der Veranstaltung präsentiert, sondern in Form von Videos, Skripten, Aufgaben u.a. zu Ihnen nach Hause gebracht.

Das bedeutet, dass Sie den Stoff nun zuhause vor- statt nachbereiten müssen, damit Sie zusammen mit Ihren Kommilitoninnen und Ihrem Dozenten/Ihrer Dozentin das Gelernte in der gemeinsamen Präsenzsitzung überprüfen, vertiefen und anwenden können.

Dazu ist es notwendig, dass Sie *regelmäßig* zu Hause die vorzubereitenden Lerneinheiten erarbeiten, zur Veranstaltung hingehen und Ihre Verständnisfragen dort einbringen und aktiv mitarbeiten. Denn: im Kurs können nur Ihre Verständnislücken, nicht aber Ihre Vorbereitungslücken geschlossen werden.

Studien zur Wirksamkeit des FC zeigen, dass Sie hier höhere Chancen haben, erfolgreich zu lernen als in einer traditionellen Vorlesung. Dies gilt aber nur unter der Bedingung, dass Sie regelmäßig und aktiv teilnehmen. Je häufiger Sie vorbereitet im Kurs dabei sind, um so höher ist die Wahrscheinlichkeit, den Kurs zu bestehen und eine gute Note dabei zu erreichen.

Vielleicht können Sie sich gut selber zum Lernen motivieren, so dass Ihnen das kontinuierliche Lernen im Semester leichtfällt. Wenn dies so ist, kommt das FC-Format Ihrem Lernstil wahrscheinlich entgegen.

Wenn Sie eher zum Aufschieben Ihrer Studienaufgaben neigen, insbesondere wenn diese Ihnen schwierig, anstrengend oder langweilig erscheinen, oder wenn Sie sich schnell vom Lernen ablenken lassen, dann ist der FC eine Chance, zu lernen, effektiver zu arbeiten. Statt kurzfristig alles-auf-einmal knapp vor einer Prüfungsdeadline auf Lücke zu lernen, können Sie auf längere Sicht Zeit sparen und trotzdem bessere Leistungen erreichen. Durch die kontinuierliche Vorbereitung haben Sie Gelegenheit, Verständnisprobleme direkt in den Präsenzsitzungen mithilfe Ihrer Peers oder der Lehrkraft zu klären.

Damit Sie den FC gut nutzen können, bieten wir Ihnen dieses Handout als kleine Hilfestellung für Ihre Selbststudiumsphasen an.

Nicht alle Punkte werden davon für Sie relevant sein.

Wenn Ihr Lernen bereits gut gelingt, dann können Sie ausprobieren, inwieweit Ihnen die Reflexion mit dem Handout weiterhilft. Wenn Sie eher zum Aufschieben neigen, oder den Eindruck haben, dass Sie noch nicht optimal lernen, dann kann Ihnen das Planen und Evaluieren mit dem Handout einige Ansatzpunkte liefern, wie Sie ihr Lernen effizienter gestalten können.

Unser Tipp zur Nutzung: Bearbeiten Sie das Handout für 2-3 Wochen weitestgehend komplett und beurteilen Sie erst nach dieser Testphase, welche Aspekte vom Handout Ihnen mehr, welche weniger beim Lernen weiterhelfen. Arbeiten Sie dann mit den hilfreichen Punkten weiter und ergänzen Sie das Ganze um weitere Aspekte, die Ihnen beim Lernen wichtig sind!





Woche vom _____ bis _____

Vorgegebene Lerninhalte für die Woche (Was soll ich vorbereiten?):**Meine Lernziele für die Woche** (Was will ich lernen? Was will ich verstehen?):

Mein Minimalziel:

Mein Maximalziel:

Mein Zeiteinsatz diese Woche:

minimal

maximal

Was **gewinne** ich dadurch, wenn ich mein Lernziel diese Woche erreiche? Was bringt mir das?**Realistische Planung**

Teilen Sie den Lernstoff der Woche in kleine Portionen. Priorisieren Sie: Was ist essentiell wichtig zu verstehen, was ist nicht zentral? Stoff mit hoher Wichtigkeit sollten Sie zuerst bearbeiten. Versuchen Sie, wichtige Lerninhalte zu den Zeiten zu lernen, in denen Sie sich gut konzentrieren können und leistungsfähig sind (z.B. früh am Morgen, wenn Sie eine Lerche sind oder eher später am Nachmittag, wenn Sie zu den Eulen gehören). Tragen Sie die einzelnen Lernportionen in die Tabelle ein:

Was werde ich wann vorbereiten?	Wo werde ich das vorbereiten?	Wer kann mir bei Verständnisproblemen helfen?
1)		
2)		
....		

Erstens kommt es anders und zweitens als man denkt.....mein Plan B

Wenn ich Teile meines Plans nicht einhalten kann, dann werde ich alternativ folgendes tun, um den Stoff noch in der Woche zu lernen:

Fragen, die beim Vorbereiten aufgetaucht sind und die ich in der Präsenzsitzung klären möchte:



**Manchmal blockieren wir selber unser Lernen –
sammeln Sie ein paar Ideen, was Sie tun können, falls Probleme auftreten sollten:**

Wenn ich mich beim Lernen unzufrieden, frustriert, überfordert usw. fühle, dann kann ich mich auf diese Weisen wieder aufbauen (z.B. indem ich mir inhaltliche Unterstützung suche; meinen Frust jemanden erzähle; mich gezielt entspanne; mir Klarheit darüber verschaffen, warum ich mich beim Lernen mies fühle und nach Lösungen suchen etc.):

Wenn ich Schwierigkeiten mit dem Anfangen habe, dann kann ich mich so motivieren (z.B. mich mit anderen zum Arbeiten verabreden; mir kleine Belohnungen gönnen, wenn ich fertig bin; mich daran erinnern, wie gut ich mich fühlen werde, wenn ich die Aufgabe erledigt habe; mit kleinen und einfachen Aufgaben anfangen und dann zu den aufwendigeren wechseln etc.):

Wenn ich Schwierigkeiten mit dem Durchhalten habe, dann kann ich mich so motivieren (z.B. mir genügend Pausen gönnen und mich nicht überfordern; mich darauf fokussieren, was mir am Thema gefällt oder beim Lernen Spaß macht; ich portioniere mir die Arbeit in sehr kleine Teilaufgaben, so dass ich ein paar immer noch schaffen kann, auch wenn ich keine Lust mehr habe etc.):

Nach der Woche

Was habe ich diese Woche tatsächlich gelernt? Was weiß ich jetzt mehr, was verstehe ich jetzt besser? Woran mache ich das fest?

Was habe ich diese Woche (noch) nicht verstanden? Was davon ist prüfungsrelevant? Was davon ist mir wichtig zu wissen?

Wie kann ich diese Verständnislücken schließen?

Was werde ich in der kommenden Woche beim Lernen anders machen? Was gewinne ich dadurch? Was kostet es mich vielleicht auch?

Was war für mich sonst noch diese Woche beim Lernen wichtig?

