

# Apps für Studierende



Bachelor und Master – HSLU W / Dozierendenteam *Studypower*

# Hintergrund

Auseinandersetzung mit den Thema im Rahmen von zwei Bachelorarbeiten:

(1) Bucheli S. (2019): Apps für Studierende im Vergleich

(2) Rapisarda I. (2019): Produktivitätsapps im Vergleich

→ aus dem Lernstrategienmodell von Metzger

# Lernstrategiemodell von Metzger



# Apps zu ausgewählten Teilen aus dem Lernstrategiemodell

- Motivation
- Konzentration / Zeitmanagement
- Angst und Stress
- Wissen erwerben / Prüfungen
- In Gruppen arbeiten und lernen

# Motivation

Ohne Motivation geht gar nichts!

Zum Glück lässt sich die Motivation in jeder Situation und in jedem Studienfach verändern.

Was hilft?

Teilen Sie den Lernstoff in kleine «Portionen»/Aufgaben auf und erarbeiten Sie ihn entlang von Teilzielen. Zum Beispiel so:

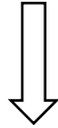
- (1) Aufgaben sammeln
- (2) Aufgaben in Kalender übertragen und kontinuierlich abarbeiten
- (3) Erfolgserlebnisse durch Belohnungen verschaffen

## Motivation - Appvorschläge



Wunderlist

Aufgaben planen



Übertragung der Aufgaben in den Kalender



Goalify

Belohnungen setzen

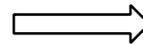
# Wunderlist



Wunderlist

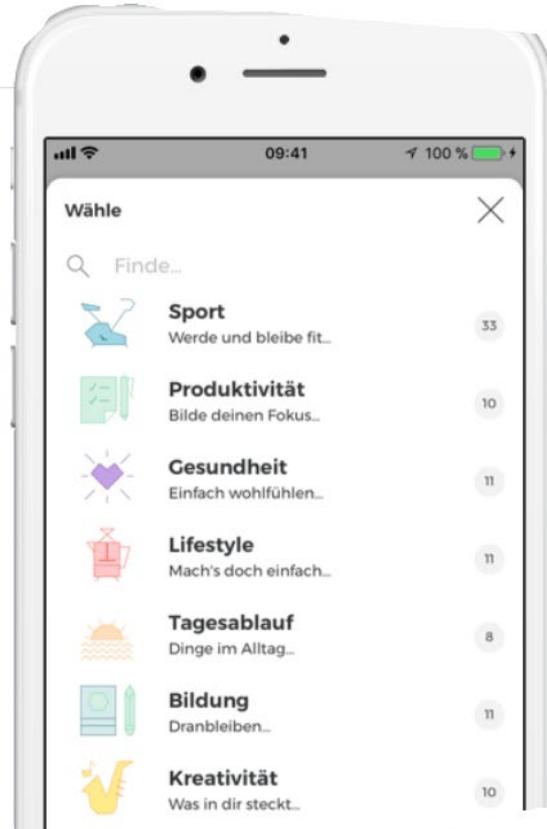
Mit Wunderlist kann man:

- Aufgaben organisieren
- Listen erstellen
- Erinnerungen setzen
- ...



[Wunderlist im Video \(8'\)](#)

# Goalify



## Kein Stillstand mehr!

Du hast dir etwas vorgenommen und dann doch nicht gemacht? Schluss damit – mit Goalify passiert dir das nicht mehr. Die unterschiedlichen Zieltypen erlauben es dir, an wirklich allen Zielen und Vorhaben zu arbeiten.

Goalify bringt dich ans Ziel!

# Konzentration

Konzentration ist eine wichtige Voraussetzung für den Studienerfolg, denn...



Was hilft?

- (1) Ablenkungen unterbinden durch «Offtime» beim Smartphone
- (2) Konzentrationstimer einrichten (Arbeit – Pause – Arbeit) → Pomodoro-Technique
- (3) Meditationsübungen während den Pausen, um für den nächsten Lernschritt Energie zu tanken und sich nicht abzulenken

## Konzentration - Appvorschläge



Smartphone blockieren



Focus To-Do

Konzentrationstimer einrichten



7Mind

Meditation üben

# Offtime



Set your goals. Focus.  
Succeed.

We all dreamt of being astronauts, superheros or other professions. Studying makes our dreams come true, setting the goal to who we want to be in the future. Using our mobile while studying takes our focus and concentration away and holds our potential back. Put you phone down and study.

# Focus To-Do



# Features



### Pomodoro Technique

Let you concentrate on your work, finish your work efficiently, and say goodbye to the procrastinates



### Report

Record every bit of progress every day



### Synchronize within all devices

Synchronize data between multiple devices



### Due Date

Set a due date so that no deadline is missed



### Reminders

Add a reminder to make sure no task is forgotten



### Subtask

Split a task into small pieces.



### Repeat

Frequent tasks no longer need to be added each time



### Note

Add a note to make sure all information of the task is not missed

# 7Mind



## Beruf

### Arbeit neu gedacht: 3 Säulen, die einen guten Job ausmachen

Die Arbeit verändert sich - Wir zeigen dir ein Modell, das mit Hilfe von 3 Säulen das Vertrauen stärkt, die Selbstständigkeit fördert und die Motivation erhöht.

# Mit Angst und Stress umgehen

Wer unter starker Prüfungsangst leidet, soll sich Unterstützung bei der psychologischen Beratungsstelle Campus Luzern holen (für Uni / PH / FH).

Wer unter mässiger Prüfungsangst leidet kann lernen damit umzugehen. Unter Angst nimmt i.d.R. die Konzentrationsfähigkeit ab. Wer sich mit letzterem befasst, dämmt damit auch die Angst.

Gelingt es mit Atemübungen/Meditation zur Ruhe zu kommen, gelingt es auch eher, negative Gedankenmuster, die Angst auslösen, durch positive Gedanken zu ersetzen.

*Vom negativen Gedankenmuster*

«Ich war bereits am KV in Mathe eine Niete...daher wird das wohl auch jetzt wieder nicht klappen!»



*Zur positiven Umformulierung*

«In Mathe weiss ich, dass ich bestimmte Hilfestellungen und Übungen brauche. So werde ich es schaffen!»

## Angst und Stress - Appvorschläge



Exam Stress

Lernen mit Prüfungsangst umzugehen



Breath+

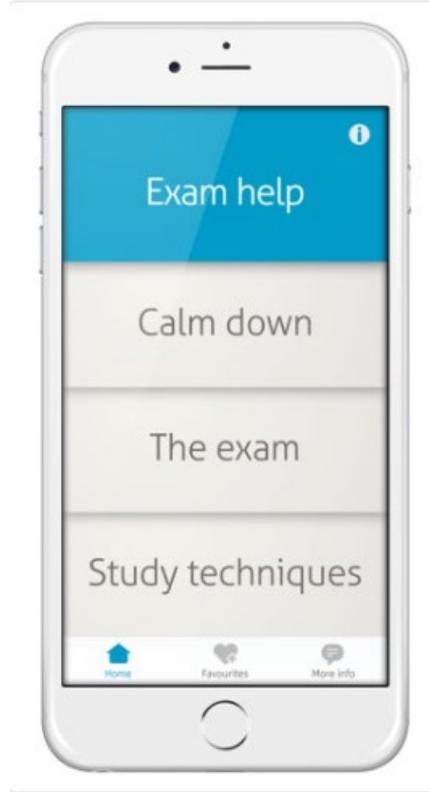
Mit Atemübungen zur Ruhe kommen



7Mind

(nochmals) Meditation üben

# Exam Stress



# Breath+



## STELLE DEINE MEDITATIONSDAUER EIN

Mit dem breathe Meditations Timer kannst Du die Dauer Deiner Meditation minutengenau einstellen – passend zu Deinem persönlichen Alltag.

## WÄHLE DEINE HINWEISTÖNE

Die breathe Meditations-Uhr zeigt Dir mit individuell wählbaren Hinweistönen den Beginn und das Ende Deines Achtsamkeits-Trainings an.

## Statistiken

Verfolge Deine Meditationen in unseren Statistiken.



## DEINE FAVORITEN

Nutze die persönlichen Favoriten um Dir Deine Lieblingsmeditation z.B. für zu Hause, im Büro, oder unterwegs einzustellen.



## HÖRE DEINEN EIGENEN SOUND

Möchtest Du bei Deinen Übungen von Hintergrundmusik begleitet werden, bietet Dir breathe den entspannenden Sound Deiner Wahl.



## Meditiere mit Anderen

Verbinde Dich mit Freunden und Anderen die in Deiner Umgebung meditieren.

# Wissen erwerben / Prüfungen

Wissen erwerben Sie an der Hochschule über Lesen, Zuhören im Unterricht, Notizen nehmen, Zusammenfassungen schreiben, Diskussionen mit Dozierenden und Studierenden und vielem mehr. Insbesondere dem Lesen und Verarbeiten von viel «Stoff» kommt eine grosse Bedeutung zu. Wie die Verarbeitung erfolgen soll, ist eine lernstrategisch relevante Frage.

Es empfiehlt sich:

- (1) Wissen, das auswendig gelernt werden muss auf Karteikarten festzuhalten, um damit das Memorieren systematisch vornehmen zu können
- (2) Wer Inhalte vertiefen oder Unklarheiten ausräumen will kann Dozierende und Mitstudierende fragen oder auch über Erklärvideos Antworten finden.
- (3) Mittels geeigneter Strukturierungshilfen fällt es leichter, den Überblick in einem Fachgebiet zu behalten.

## Wissen erwerben / Prüfungen - Appvorschläge



Karteikarten erstellen fürs Memorieren



Khan Academy

Mit Lernvideos studieren



Inhalte zusammenfassen für einen guten Überblick

# Quizlet



NICELY DONE!

small organic molecules comprised of a central carbon single bonded to (1) a carbonyl (COOH), (2) an amino (NH<sub>2</sub>), (3) a hydrogen (H), and a variable group.

GOES WITH:

Amino acid

## Why use Quizlet Learn?

1

It takes the guesswork out of studying by creating a study plan that guides you through what must be learnt and reminds you when it's time to review.

2

See how you're improving, get study reminders and make progress with short and actionable study sessions.

3

Quizlet Learn is powered by Quizlet's new Learning Assistant Platform, which uses data from millions of anonymous study sessions combined with proven ideas from cognitive science.

# Khan Academy / Youtube / Wiki how

## Khan Academy | Kostenlose Online-Kurse, Lektionen & Übungen

<https://de.khanacademy.org/> ▼

Du kannst alles lernen. Von Experten erstellte Inhalte und Quellen für alle Fächer und Schulstufen. Immer kostenlos.

### Khan Academy

Math - Khan Academy - Sign Up -  
Math by grade - Science - ...

### Mathematik

Hier klicken, um mit der Arbeit an der  
Mathematik Mission zu ...

### Informationstechnik

Programmieren lernen mit der Khan  
Academy · Einführung in ...

[Weitere Ergebnisse von khanacademy.org »](#)

### Math

Watch videos and practice your skills  
for almost any math subject.

### Einstieg in die Mathematik

Hier klicken, um mit der Arbeit an der  
Einstieg in die Mathematik ...

### O Khan-Academy

Wir arbeiten hart daran, dass die  
Khan Academy Coaches aller ...

The screenshot shows the top part of a wikiHow article. The header is green with the 'wikiHow' logo and the tagline '- hier lernst du alles'. A search bar is on the right. Below the header, there are links for 'Seite' and 'Bearbeiten'. The article title is 'Eine wissenschaftliche Arbeit schreiben'. Below the title, it says 'Professionell unterstützt von: wikiHow Staff'. There is a list of steps for the article: 'Wähle dein Thema', 'Recherche', 'Eine Gliederung erstellen', 'Die Forschungsarbeit verfassen', 'Zusammenfassung', and '7 Referenzen'. The main text of the article begins with 'Wenn du dich bereits in einer höheren Schulstufe befindest und während deines ganzen Studiums an der Uni, wirst du vermutlich hin und wieder die Aufgabe bekommen, eine wissenschaftliche Forschungsarbeit zu verfassen. Eine Forschungsarbeit ist nützlich, um wissenschaftliche, technische und gesellschaftliche Fragen und Probleme zu identifizieren und zu erforschen. Falls du das erste Mal vor der Aufgabe stehst, eine Forschungsarbeit verfassen zu müssen, kann dieses Vorhaben einschüchternd wirken, aber mit geschickter Organisation und voller Konzentration kannst du dir selbst die Arbeit erleichtern. Natürlich wird sich deine Arbeit nicht von selbst verfassen, wenn du dich allerdings gut vorbereitetest und deine Arbeit richtig planst, wird dir das Schreiben leicht von der Hand gehen.'

# iMindMap



## Idea Bank

Capture your initial ideas and drag them into your Mind Map as branches later



## Completed View

Look back at your achievements and track performance



## Due Dates

Manage your priorities and get more done in less time



## Filter Tasks

Filter by assignee, keywords and more, to only see the things you want to see



## Daily Summary Email

Review upcoming deadlines and see what you should be working on today



## Share Task Responsibility

Assign teammates to tasks for quick and clear delegation



## Collaborate with your team

Strengthen the way you work with real-time collaboration



## Sync across your devices

Stay connected as changes to Ayoa update automatically

# In Gruppen arbeiten und lernen

Über alle Semester Ihres Bachelor- oder Masterstudiums an der HSLU W haben Sie Aufgaben in Gruppen zu lösen oder Arbeiten zu schreiben.

Je grösser diese Gruppen sind, desto wichtiger sind:

- (1) eine gezielte Planung der Arbeitsschritte
- (2) Eine Dokumentation die gut durchdacht ist, dass alle sofort alles finden können
- (3) Arbeitsinstrumente, mit denen der Gedankenaustausch erleichtert werden kann.

# In Gruppen arbeiten und lernen - Appvorschläge



Wunderlist

Aufgaben planen



**Dropbox**

Verwaltung von gemeinsamen Dateien



OneNote

Ideen / Themen festhalten

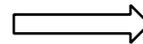
# In Gruppen arbeiten und lernen



Wunderlist

Mit Wunderlist kann man:

- Aufgaben organisieren
- Listen teilen
- Erinnerungen setzen
- Arbeiten delegieren



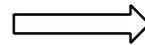
[Wunderlist im Video \(8'\)](#)

# In Gruppen arbeiten und lernen



Mit Dropbox kann man Dateien:

- speichern in der Cloud
- verwalten, teilen, synchronisieren



[Dropbox kurz erklärt \(1'\)](#)

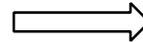
# In Gruppen arbeiten und lernen



OneNote

Mit OneNote kann man:

- Ideen als Notizen erfassen
- Audio-Aufzeichnung festhalten
- Ganze Notizbücher teilen
- Notizen handschriftlich erfassen



[OneNote \(Videotutorials von Microsoft\)](#)

## Varia

Zum Schluss möchten wir Sie noch auf einige wichtige Erkenntnisse aus der Forschung aufmerksam machen.

- ✓ Speedreading → Speed schon, aber...
- ✓ Es lohnt sich, Mathe zu mögen
- ✓ Handschrift bringt viel
- ✓ Pause und Gedächtnis
- ✓ Planen, einmal andersrum...
- ✓ Smarte Studierende mit Ihren Smartphones...