

LERNPLAN – WOCHE 1

Montag Tag 1

ALLGEMEINES VMC

- Stichwortlisten durchlesen
- Überblick über die Themen via **MEDBREAKER ONE BMS BASICS** verschaffen + Videos ansehen

BMS MEDBREAKER ONE

- Allgemeine Zellcharakteristika
- Zelltypen
- Zellmembranen
- Zytoplasma
- Zellkern
- Mitochondrien

KFF MED-BREAKER Figuren

- Strategie aneignen
- Übungen durchführen

Dienstag Tag 2

BMS MEDBREAKER ONE

- ER
- Golgi-Apparat
- Lysosomen
- Endosomen
- Peroxisomen
- Ribosomen
- Zentriolen
- Zytoskelett
- Zellkontakte

KFF MED-BREAKER Figuren

- Strategien wiederholen
- Winkel schätzen
- Figuren zerschneiden
- 100 eLearning-Übungen durchführen: Zugang im Buch

Mittwoch Tag 3

BMS MEDBREAKER ONE

- Kinozilien, Geißeln, Mikrovilli
- Stofftransport
- Zellteilung
- Zelltod

Die menschliche Zelle wiederholen

KFF MED-BREAKER Gedächtnis und Merkfähigkeit

- Auf Basis der eigenen Übungserfahrung die beste Strategie ausfindig machen: Loci-Methode, Major-Methode auswendig lernen oder doch eine eigene Strategie?

Donnerstag Tag 4

BMS MEDBREAKER ONE

- Gewebe (Typen, Aufbau, Funktion)
- Verdauungssystem (Mund, Speiseröhre, Magen-Darm-Kanal, Leber Gallenblase, Bauchspeicheldrüse)
- Herz-Kreislauf-System, Blut
- Lymphatisches System

KFF MED-BREAKER Gedächtnis und Merkfähigkeit

- Übungen durchführen
- Optional: Bei der Major-Methode die Inhalte wiederholen

Freitag Tag 5

BMS MEDBREAKER ONE

- Immunsystem
- Atmungssystem
- Nervensystem
- Sinnesorgane und Haut
- Endokrines System

KFF MED-BREAKER Zahlenfolgen

- Die verschiedenen Systeme gut durchdenken
- Übungen durchführen
- Schwierige Systeme notieren

Samstag Tag 6

BMS MEDBREAKER ONE

- Harnsystem
- Fortpflanzungssysteme (männliche und weibliche: Spermien, Zyklus und Eizelle)

Den menschlichen Körper wiederholen

KFF MED-BREAKER Zahlenfolgen

- Üben, üben, üben!
- Schwierige Systeme besonders oft üben

KFF MED-BREAKER Figuren, Gedächtnis- und Merkfähigkeit

- Übungen durchführen

Sonntag Tag 7

BMS MEDBREAKER ONE

- Befruchtung bis Einnistung
- Keimblätter
- Entwicklung des Embryos
- Entwicklung des Fetus
- Plazenta und Eihaut

Grundlagen der Frühentwicklung wiederholen

KFF MED-BREAKER Wortflüssigkeit

- Üben, üben, üben!
- Mit kurzen Wörtern beginnen
- Schwierige Wörter notieren

LERNPLAN - WOCHE 2

Montag Tag 8

BMS **MEDBREAKER ONE**

- Mendelsche Regeln
- Zellteilung (Mitose, Meiose)
- Chromosomentheorie der Vererbung (Grundlagen, Gen-Kopplung, Crossingover)

KFF **MED-BREAKER** *Wortflüssigkeit*

- Üben, üben, üben!
- Längere Wörter beim Üben verwenden

Dienstag Tag 9

BMS **MEDBREAKER ONE**

- Nichtchromosomale Vererbung (Mitochondrien)
- Aufbau des Genoms bei Eukaryonten
- Mutationen (Gen, Chromosomen, Genom, Auslöser)

Genetik wiederholen

KFF **MED-BREAKER** *Implikationen*

- Strategien genau erarbeiten
- Übungen durchführen

Mittwoch Tag 10

BMS **MEDBREAKER ONE**

- DNA (Aufbau, Replikation, Reparatur)
- Vom Gen zum Merkmal (Genetischer Code, Aufbau eukaryontischer Gene, Informationsfluss Gen->Protein, RNA-Splicing, Proteinsynthese)

Molekulare Genetik wiederholen

KFF **MED-BREAKER** *Implikationen*

- Übungen durchführen
- 100 % sind hier möglich

KFF **MED-BREAKER** KFF-Testsimulation durchführen (A)

Donnerstag Tag 11

BMS **MEDBREAKER ONE**

- Entstehung des Lebens (Chemische Evolution, Biogenese, Protobionten, Endosymbiontentheorie)
- Grundeigenschaften der Lebewesen
- Evolutionstheorie (Darwin, Artbegriff, Artbildung, Evolutionsfaktoren, Mutation, Gendrift, Genetische Rekombination, Entwicklung des Menschen)
- Antikörper
- Gene der Antikörper
- Blutgruppen

Evolution und Immunbiologie wiederholen

Freitag Tag 12

BMS **MEDBREAKER ONE**

- Wechselbeziehungen zw. Organismus und Umwelt
- Abiotische Faktoren
- Biotische Faktoren
- Lebensraum und Population
- Ökologische Nische
- Ökosysteme
- Nahrungsbeziehungen
- Energiefluss

Ökologie wiederholen

BMS-BREAKER Biologie-Simulation durchführen

KFF **MED-BREAKER** KFF-Testsimulation durchführen (B)

Samstag Tag 13

BMS **MEDBREAKER ONE**

- Elementarteilchen
- Atomkern
- Elektronenhülle
- Unschärferelation
- Licht/EM-Strahlung
- Teilchen/Welle-Dualismus
- Gay-Lussac
- Boyle Marotte
- Absolute Temperatur
- Ideales Gas, Gasgleichung
- Phasen
- Phasenübergänge

Atombau, Mikrokosmos, Gasgesetze, Aggregatzustände wiederholen und oft üben

Sonntag Tag 14

BMS **MEDBREAKER ONE**

- Ordnungsprinzip
- Gruppen
- Perioden
- Schalen
- Isotope
- Ionenbindung
- Atombindung
- Metallbindung
- Chemische Symbole
- Formelschreibweise
- Stöchiometrie

Periodensystem, Chemische Bindung und Reaktionen wiederholen

KFF **MED-BREAKER** KFF-Testsimulation durchführen (C)

LERNPLAN – WOCHE 3

Montag Tag 15

BMS **MEDBREAKER ONE**

- Reaktionsgeschwindigkeit
- Aktivierungsenergie
- Exo-/endotherm
- Massenwirkungsgesetz
- Katalysator
- Wasserstoff
- Sauerstoff, Wasser
- Kohlenstoff, Oxide, Kohlensäure
- Stickstoff
- Halogene

Chemisches Gleichgewicht und Elemente und deren Verbindungen wiederholen

Dienstag Tag 16

BMS **MEDBREAKER ONE**

- Autoprotolyse des Wassers
- pH-Wert
- Brønsted Säuren/Basen
- Säurestärke
- Mineralsäuren
- Salze
- Oxidation/Reduktion
- Oxidationszahlen
- Galvanisches Element
- Redox-Potential

Säuren und Basen sowie Redoxreaktionen wiederholen

KFF
MED-BREAKER
KFF-Testsimulation durchführen (D)

Mittwoch Tag 17

BMS **MEDBREAKER ONE**

- Organische Verbindungen allgemein
- Kohlenwasserstoffe
- Funktionelle Gruppen
- Kohlenhydrate
- Proteine
- Fette
- Nukleinsäure
- Vitamine

Organische Chemie und Naturstoffe wiederholen

BMS-BREAKER
Chemie-Simulation durchführen

Donnerstag Tag 18

BMS **MEDBREAKER ONE**

- Grundgrößen
- Abgeleitete Größen
- Einheiten
- Grundgröße und Grundgesetze der Mechanik
- Erhaltungssätze
- Translation, Rotation
- Arbeit, Energie, Impuls, Leistung

Größen und Einheiten wiederholen

KFF
MED-BREAKER
KFF-Testsimulation durchführen (E)

Freitag Tag 19

BMS **MEDBREAKER ONE**

- Gravitation
- Reibung
- Dichte
- Auftrieb
- Gesetz von Bernoulli
- Pendel
- Harmonische Schwingungen
- Gedämpfte Schwingungen
- Elementarwellen
- Harmonische Wellen
- Überlagerung von Wellen
- Polarisation

Mechanik und Schwingungen und Wellen wiederholen

Samstag Tag 20

BMS **MEDBREAKER ONE**

- Temperatur
- Innere Energie
- Aggregatzustand der Materie
- Osmotischer Druck
- Arbeit und Wärme
- Hauptsatz der Wärmelehre
- Gasgesetz
- Zustandsgleichung
- Wärmekraftmaschinen
- Anomalie des Wassers

Wärmelehre wiederholen

KFF
MED-BREAKER
KFF-Testsimulation durchführen (F)

Sonntag Tag 21

BMS **MEDBREAKER ONE**

- Elektrische Ladungen
- Elektrisches Feld
- Elektrische Spannung
- Stromstärke
- Elektrischer Leiter
- Ohm'scher Widerstand
- Ohm'sches Gesetz
- Kirchhoff'sche Gesetze
- Elektrische Leistung und Arbeit
- Magnetfeld

LERNPLAN - WOCHE 4

Montag Tag 22

BMS

MEDBREAKER ONE

- Wechselstrom (Effektivwert, Amplitude, Frequenz)
- EM-Wellen (Frequenzspektrum, Wellenlängen)
- Ausbreitungsgeschwindigkeit der EM-Welle
- Geometrische Optik
- Wellenoptik
- Welle-Teilchen-Dualismus
- Absorption
- Optische Geräte
- Optik des Auges

Wärmelehre, Elektrizitätslehre und Optik wiederholen

KFF

MED-BREAKER

- KFF-Testsimulation durchführen (G)

Dienstag Tag 23

BMS

MEDBREAKER ONE

- Atomaufbau
- Atomkern
- Starke/schwache Wechselwirkung
- Elektronen-Orbitale
- Kernkräfte
- Kernspaltung
- Antiteilchen
- Radioaktive Stoffe
- Radioaktivität
- Aktivität
- Ionisierende Strahlung
- Absorption ionisierender Strahlung
- Kosmische Strahlung

Atomphysik und Kapitel der Biologie wiederholen

Mittwoch Tag 24

BMS

BMS-BREAKER

- Physik-Simulation durchführen

MEDBREAKER ONE

- Präfixe
- Rechenbeispiele
- Schlussrechnung
- Prozentrechnung
- Bruchrechnung
- Gleichungen/Ungleichungen

Zehnerpotenzen und Algebra wiederholen

BMS-BREAKER

Kapitel der Chemie wiederholen

KFF

MED-BREAKER

- KFF-Testsimulation durchführen (H)

Donnerstag Tag 25

BMS

MEDBREAKER ONE

- Winkel
- Kreis
- Rechteck
- Dreieck
- Prisma
- Quader
- Zylinder
- Kugel
- Tetraeder
- Hexaeder
- Zeit
- Länge
- Flächen
- Volumina
- Umrechnungen

Geometrie und Einheiten wiederholen

BMS-BREAKER

Mathe-Simulation durchführen

SEK

MED-BREAKER

- Strategien erarbeiten

Freitag Tag 26

BMS

BMS-BREAKER

Kapitel der Physik wiederholen

BMS-BREAKER

Kapitel der Mathematik wiederholen

KFF

MED-BREAKER

- Strategien wiederholen

SEK

MED-BREAKER

- Übungen durchführen

MEDBREAKER ONE

Vollständige MedAT-Testsimulation durchführen

Samstag Tag 27

BMS

BMS-BREAKER

Kapitel der Biologie wiederholen

KFF

MED-BREAKER

- Strategien wiederholen

SEK

MED-BREAKER

- Übungen durchführen

TEST-BREAKER

Vollständige MedAT-Testsimulation durchführen

Sonntag Tag 28

BMS UND KFF

Schwierigkeiten wiederholen

Über den Tag verteilt drei KFF-Testsimulationen (Beispiel: jeweils um 9, 13 und 16:00 Uhr)

VMC

BMS-Fragen lösen

**ABENDS:
ABLENKEN UND
VERSUCHE DICH
ZU ENTSPANNEN**