

GRUNDSÄTZLICHES
ÜBERS LERNEN
UND VORBEREITEN VON PRÜFUNGEN

ZEITPLANUNG

1. Hängen Sie einen Kalender mit allen Prüfungen und privaten Terminen gut sichtbar auf.
 - a) alle Tage eines Monats sichtbar
 - b) Termine in verschiedenen Farben nach Themen sortiert
 - c) Lernphasen für eine Prüfung markieren

INHALTE
Zeitplanung
Lernen
Üben

ZEITPLANUNG

2. Lernplan für einzelne Prüfungen
 - a) Lernstoff untergliedern und Zusammenfassungen erstellen
 - b) Genaue Lernzeiten(-tage) werden einzelnen Bereichen zugeordnet
 - c) Am Tag vor der Klausur **nur** leichte Wiederholungen und versichernde Übungen (gutes Gefühl aufbauen)

ZEITPLANUNG

3. Erstellen Sie einen Nachmittagsstundenplan.

- a) Alle privaten „Termine“
- b) Essen/ Ruhezeiten
- c) mögliche Lernzeiten mit fachspezifischen Inhalten

LERNEN

- ❖ Lernen sollte deshalb immer mit der kurzen Zusammenfassung des vorhandenen Wissens zu diesem Thema beginnen und in einer ruhigen, angenehmen Atmosphäre ohne Ablenkung und mit allen nötigen Materialien stattfinden.
- ❖ Aufkommende Fragen sollten notiert und der Lernfortschritt mit kurzen „Zwischenabfragen“ kontrolliert werden.

LERNEN

Lernen bedeutet das Einarbeiten neuer Wissensinhalte in das eigene Gedächtnis.

Das gelingt besonders gut wenn, man sie:

- ❖ mit vorhandenem Wissen verknüpfen kann (Mind-Maps)
- ❖ interessant findet (machen kann)
- ❖ bei Erfolg mit einer Belohnung verbindet
- ❖ Lerntricks anwendet

ÜBEN

Üben soll die Anwendung des Gelernten auf eine neue Aufgabenstellung (Prüfung) verbessern.

Heißt also: Prüfungssimulation!

Deshalb sollten Übungsphasen immer:

- ❖ begrenzte Anzahl an Aufgaben beinhalten
- ❖ genaue Zeitvorgaben haben (Stoppuhr)
- ❖ abschließend korrigiert und bepunktet werden

ÜBEN - LERNEN

- ❖ Üben und Lernen sind zwei völlig verschiedene Phasen, die in ganz unterschiedlicher Atmosphäre und mit einer ganz unterschiedlichen Zielsetzung ablaufen.
- ❖ Sie sollten in den Lernplänen separat eingeplant und unterschiedlich markiert werden.

Das Erledigen der Hausaufgaben beinhaltet oft beide Phasen (Lernen und Üben), die man aber für sich selbst deutlich trennen sollte.
Direkt vor Prüfungen sollte der Übungsanteil überwiegen.

EMPFEHLUNG

- ❖ Überdenken Sie regelmäßig das Lern- und Übungsverhalten und verändern Sie es, wenn nötig.
- ❖ Holen Sie sich Hilfe, wenn etwas nicht klappt.
- ❖ Sprechen Sie übers Lernen und probieren Sie Neues aus.
- ❖ Arbeiten Sie zusammen, denn das erhöht die Motivation, die Kontrolle und die Erfolgsaussichten.