Anleitung zur Vorbereitung auf Tests

Aller Anfang ist schwer, das gilt insbesondere für die rechtzeitige Vorbereitung auf Tests.

Eine Woche vorher

- Verschaffe dir einen Überblick über das, was du lernen musst.
- Mach dir die Mühe und stelle einen Zeitplan für deine Lern- bzw. Wiederholungsphasen auf.
- Plane für die Vorbereitung mindestens drei Stunden ein!
- Halte deinen festgelegten Zeitplan unbedingt ein.

Weitere Tipps

- Zu zweit fällt das Lernen leichter. Aber nur, wenn alle schon vorher gelernt haben.
- Prüfungsvorbereitung ist manchmal Stress pur. Deshalb: die Entspannung nicht vergessen! Lass deine sportlichen Aktivitäten nicht zu kurz kommen.
- Nicht vergessen: Vitamin- und ballaststoffreiche Ernährung – und viel trinken!
- Lampenfieber hat jeder gute Schauspieler, also ist es auch ganz normal, wenn sich bei dir eine gewisse Test-Angst einstellt, die ihren Höhepunkt am Test-Tag erreicht. Leute, die ganz locker an die Sache herangehen, erkennen den Ernst der Lage vielfach gar nicht.
- Spiel den Test vorab durch, am besten mit Prüfungsaufgaben (Probetests/Checklisten-Aufgaben/…). Mündliche Prüfungen kann man hervorragend mit Freunden proben.

Vorschlag für einen Zeitplan

Datum	Tätigkeit	Erledigt? / Problem?
7 Tage vorher	Alle wichtigen Unterlagen für den Test zusammenstellen: Checklisten/Probtests vorhanden? Heft / Ordner vollständig? …	
	15 min: Verschaffe dir einen Überblick: Was kann ich schon?/Was will ich üben? / Was muss ich fragen?	Bei Unklarheiten den Mitschüler / Lehrer fragen
6 / 5 Tage vorher	60 min: Allein lernen für Basiswissen. Karteikarten / Noch Fragen?	Bei Unklarheiten den Mitschüler / Lehrer fragen
3 / 4 Tage vorher	45 min: Lernen für Basiswissen mit Partner. Noch Fragen?	Bei Unklarheiten den Mitschüler / Lehrer fragen
1 Tag vorher	30 min: Wiederholen anhand der Karteikarten. Kann ich alles?	