

Lerntipps: Wie bereite ich mich auf eine Prüfung vor?

Pauk-Marathon vor einer wichtigen Arbeit bringt nichts / Lernstoff sinnvoll einteilen und für Zeitmanagement sorgen

REGENSBURG (mz). Seit zwei Wochen ist die Englischprüfung angekündigt, aber Daniel musste in dieser Zeit viele andere wichtige Dinge erledigen. CDs hören, Fußball schauen, MTV gucken, Tennis spielen, Skateboard fahren. Der Tag vor dem Test ist immer der Moment, an dem der Faule und Unorganisierte plötzlich fleißig wird. Fünf Stunden sitzt er in seinem Zimmer über seinen Büchern. Er versucht, sich viele Grammatikregeln und eine Unmenge von neuen Vokabeln zu merken. Die Lernlücken sind enorm. Natürlich schläft er nicht besonders. Völlig unausgeschlafen steigt Daniel aus dem Bett „Ach hätte ich doch nur früher angefangen zu lernen“, sind die Gedanken, die ihm auf dem Schulweg durch den Kopf gehen.

Schüler sind enttäuscht, wenn sie am Tag vor dem Test fünf Stunden harte Arbeit investieren, dieser Lernmarathon aber nicht mit einer guten Note belohnt wird. Der Erfolg in einer Prüfung hängt weitgehend davon ab, wie gut man sich vorbereitet hat. Diese Vorbereitungsphase muss geplant sein. Auf den Tag vor der Prüfung sollte man auf keinen Fall seine Hauptvorbereitungsphase legen.

Prüfungen gehören zum Schülertag. Deshalb sollten Schüler auch über gewisse Strategien verfügen, um sich auf Prüfungen angemessen vorzubereiten. Eine gute Vorbereitung ist praktisch schon die halbe Garantie für eine erfolgreiche Prüfung. Auch im normalen Leben ist dies so. Macht man eine Reise, baut ein Haus oder bereitet ein Essen zu, immer ist die Vorbereitung ein wesentlicher Teil des späteren Gelingens. Man fährt auch nicht zum Flugplatz und fliegt weg, fängt auf einem Grundstück ohne Plan zu bauen an oder geht in die Küche, ohne vorher die Zutaten eingekauft zu haben. Genauso aber verhalten sich viele Schüler, die erst am Tag vor der Prüfung das Lernen für einen Test beginnen und trotzdem ein Gelingen erwarten. Die beste Prüfungsvorbereitung ist immer noch, sich im Unterricht zu beteiligen und die Hausaufgaben möglichst selbst und vollständig zu machen. Aber wer tut dies schon.

Falsche Selbsteinschätzung

Vor allem gilt es die Prüfungssituation und sich selbst richtig einzuschätzen. Viele Schüler schätzen aber die Realität oft völlig falsch ein, weil sie sich die Situation schönreden bzw. sich selbst etwas vorlügen. Sie täuschen sich deshalb etwas vor, weil sie es scheuen, sich den Stoff zu erarbeiten. Anstatt den harten Arbeitsweg zu gehen, verlegen sie sich auf die Kunst der Entschuldigungen und Ausreden. Bei der Selbsteinschätzung sollten Fragen auftauchen wie „Was kann ich schon?“, „Was muss ich noch lernen?“, „Wo habe ich noch Lücken?“, „Welche Note setze ich mir als realistisches Ziel?“ Ehrlichkeit gegenüber sich selbst ist Grundvoraussetzung. Zur Vorbereitung gehört auch ein zeitlicher Vorbereitungsplan, denn ohne Zeitbudget oder Zeitplan geht gar nichts. Hier muss geklärt werden, wie viel Zeit man aufbringen kann und will, wie viel Zeit man für jedes Fach braucht, wenn man sich für eine Abschlussprüfung in mehreren Fächern vorbereitet, wie viel Stoff man in welcher Zeit erarbeiten kann. Dann erstellt man sich einen Zeitplan, der in mehrere Portionen über mehrere Tage oder Wochen aufgeteilt wird. Bei Schulaufgaben während des Schuljahres rechnet man zwischen vier bis sieben Tage ein. Auch muss ein Zeitpuffer für Unvorhergesehenes eingerechnet werden. Auf alle Fälle muss genügend Zeit für die Aufnahme des Lernstoffs sein. Lernt man eine gewisse Zeitspanne hinweg, ist das Hirn voll. Im besten Falle sind wir in der Lage, drei Stunden neuen Lernstoff aufzunehmen. Dann ist der Aufnahmespeicher erschöpft. Was wir nach dieser Zeit zu lernen versuchen, behalten wir nicht mehr, ähnlich wie bei einem Eimer, der voll ist und das Wasser überläuft. Es kann sogar der noch schlimmere Fall eintreten, d.h. dass wir beim sinnlosen Weiterlernen bereits gelernten Stoff verdrängen, ihn in eine entfernte Ecke des Gehirns zwingen, wo wir ihn schlecht finden.

Alle Teile der MZ-Lernserie im Internet: <http://www.mittelbayerische.de/Nachrichten/Lerntipps>