

## Schularbeiten richtig vorbereiten

Die nachfolgenden Ausführungen enthalten Hinweise und Tipps zur Vorbereitung von Schularbeiten. Unsicherheit, Kopflösigkeit, Angst und mangelndes Erinnerungsvermögen sind oft die Folgen einer unzulänglichen Vorbereitung. Mit ein bisschen Geschick und System könnten viele Schüler bei Prüfungen besser abschneiden, als das bislang der Fall ist.

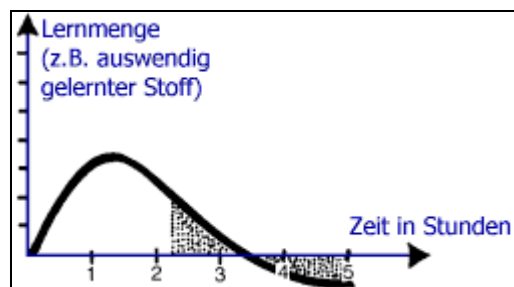
- a) Lies die folgenden Textabschnitte aufmerksam durch und markiere sie nach den üblichen Regeln.
- b) Schreibe dir die darin enthaltenen Regeln in die Mappe.
- c) Schreibe die 10 wichtigsten Begriffe auf einen „Schwindelzettel“.
- d) Mit Hilfe des „Schwindelzettels“ haltet euch gegenseitig Kurzvorträge über den Text. (Doppelkreis)
- e) Gestalte die Regeln mit deiner Gruppe (Plakat, Fernseh- oder Radioprogramm, Beratungsgespräch, Beitrag für eine Jugendzeitschrift, Folie, usw.)

Entscheidende Voraussetzung für eine erfolgreichversprechende Schularbeit ist konsequentes Üben und Wiederholen, damit sich der jeweilige Lernstoff verlässlich im Gedächtnis absetzt. Doch wie sieht dieses Üben aus? Viele Schüler meinen es sei am besten, möglichst kurz vor der betreffenden Schularbeit zu üben, damit nicht mehr so viel vergessen werden kann. Doch diese Vorstellung ist gleich aus doppeltem Grund falsch: Einmal ist unser Gedächtnis so beschaffen, dass es einige Zeit braucht, bis sich der Lernstoff so eingenistet hat, dass er bei Bedarf wiedergefunden werden kann. Daher sollte man am Tag vor der Schularbeit auf keinen Fall mehr neuen Stoff im betreffenden Fach anrühren; ein lockeres Überfliegen des eingeübten Stoffs sollte genügen.

Der zweite Grund, weshalb das "Lernen auf den letzten Drücker" ungünstig ist, ist der, dass der frische Stoff im Gehirn leicht ein Chaos entstehen lässt, was zu Hektik, Unsicherheit und Konzentrationsmängeln führt. Kein Wunder also, dass zu Beginn der Schularbeit im Kopf ein ziemliches Durcheinander herrscht, dass den Erfolg beeinträchtigt.

Ein dritter Grund schließlich besteht darin, dass der späte Lernbeginn in aller Regel zur Folge hat, dass zu viel auf einmal zu wiederholen ist, so dass womöglich stundenlang verbissen und verkrampft gepaukt werden muss.

Wie das abgebildete Kurvendiagramm zeigt, führt diese stundenlange "Stuckerei" zu einem abnehmenden Lernertrag, d.h. mit zunehmender Lernzeit wird immer weniger Stoff neu eingespeichert. Nach dreieinhalb Stunden ist sogar der Nullpunkt erreicht. Was auf der einen Seite aufgenommen wird, wird auf der anderen Seite wieder hinausgedrängt. Diese Verdrängung kann so weit gehen, dass trotz intensiver Bemühungen am Ende weniger Klarheit herrscht als vorher, d.h. es wird mehr vergessen als Neues hinzukommt. Die Folge ist ein dicker Kopf, gepaart mit Erschöpfung, Selbstzweifeln und allgemeinem geistigen Durcheinander. Für die Schularbeit am nächsten Tag sicher keine gute Grundlage!



Frühzeitiges und regelmäßiges Wiederholen in überschaubaren Portionen ist also unbedingt anzuraten. Das prägt den Stoff besser ein, entlastet das Gedächtnis, gibt mehr Sicherheit und fördert ein lockeres und gelassenes Arbeiten während der Prüfung. Voraussetzung dafür ist allerdings noch ein Weiteres: Nämlich die aktive und abwechslungsreiche Gestaltung der einzelnen Wiederholungsphasen. Denn durch wiederholtes Lesen und/oder Anschauen allein ist nur wenig zu erreichen – obwohl viele Schüler dieser irrigen Auffassung zuneigen. Soll der Lernstoff ins Langzeitgedächtnis gebracht werden, dann müssen einprägsame Gedankenketten, Strukturen und sonstige Begriffsnetzwerke gebildet werden, die den Lernstoff im Gehirn festhalten. Durch lediglich oberflächliches Lesen ist dieser "Tiefgang" nicht zu erreichen.

Dementsprechend müssen in den Wiederholungsphasen z.B. Tabellen, Schaubilder und Skizzen erstellt, Schlüsselbegriffe übersichtlich geordnet, Lernkärtchen angelegt, Eselsbrücken gebaut, Merksätze geschrieben, Schwindelzettel erstellt, Diskussionen geführt, Vorträge gehalten, Probetests vorbereitet, Probearbeiten geschrieben, Frage-Antwort-Spiele durchgeführt und sonstige aktive Übungsformen verwirklicht werden. Grundsätzlich gilt: Je anschaulicher der Lernstoff aufbereitet und je aktiver er eingepägt wird, umso besser bleibt er im Gedächtnis haften. Man muss den Schwindelzettel ja gar nicht mit in die Klasse nehmen, denn seine durchdachte Zusammenstellung ist der eigentlich entscheidende Schritt. Der auf diese Weise ins Gedächtnis eingeritzte Lernstoff kommt bei der Schularbeit mit hoher Wahrscheinlichkeit wieder zurück – auch ohne Benutzung des Schwindelzettels.

Eine Schularbeit vorzubereiten, verlangt also möglichst aktives und durchdachtes Üben und Wiederholen. Die Faustregel "gut geplant ist halb gelernt" gilt auch und nicht zuletzt für das Vorbereiten von Schularbeiten. Am besten ist es also einen Terminkalender oder ein Termin-Poster heranzuziehen, damit der Überblick gewahrt bleibt. In diesen Terminplan werden sowohl die Schularbeiten als auch die Wiederholungsphasen eingetragen. Ratsam ist es, den Plan mindestens eine Woche im Voraus fertig zu stellen und regelmäßig zu ergänzen. Sonst kommt es doch wieder zu der unguten Situation, dass auf den letzten Drücker gearbeitet wird. Als günstig hat es sich erwiesen – wenn möglich – jeweils am Wochenende eine kurze Besinnungsphase vorzusehen, in deren Verlauf die Termine der übernächsten Woche gesammelt, durchdacht und in den Plan eingetragen werden. Die oben erwähnten Grundsätze, die für erfolversprechendes Üben und Wiederholen gelten, sind dabei zu berücksichtigen.

Was ist sonst noch zu bedenken? Ein nicht unwesentlicher Punkt ist die Schulung des Zeitgefühls. Da bei Schularbeiten die Arbeitszeit üblicherweise recht knapp ist, empfiehlt es sich, dann und wann bestimmte Aufgabenbündel – eventuell auch frühere Tests – unter Zeitdruck durchzuarbeiten. Dadurch kann das Zeitgefühl trainiert und eine entsprechend zielstrebige Arbeitsweise gefördert werden. Hilfreich ist es hierbei, wenn mehrere Schüler im Unterricht und/oder zu Hause eine Art Arbeitsgemeinschaft bilden und sich wechselseitig Übungsarbeiten mit exakten (knappen) Zeitangaben erstellen und vorlegen. Ein Wecker, der auf die entsprechende Zeit eingestellt ist, kann dazu gute Dienste leisten. Reicht die Zeit nicht, so ist das ein Anzeichen dafür, dass womöglich nicht zielstrebig genug gearbeitet wurde.

Am Morgen vor der Schularbeit soll man möglichst nicht mehr wiederholen, damit nicht unnötige Ängste und Nervosität entstehen. Meist macht man sich durch das hektische Nachlesen im Bus oder vor der Stunde noch zusätzlich durcheinander. Wirksames Lernen lässt sich unter diesen Umständen nicht erreichen. Auch aufgeregte Diskussionen, Berichte und Fragen der Mitschüler kurz vor der Schularbeit sollte man am Besten überhören. Denn alles, was belastet und/oder Unsicherheit stiftet, ist nur nachteilig.

Sobald die Aufgaben zu Beginn der Schularbeit verteilt sind, ist es zunächst einmal wichtig, sich die einzelnen Aufgaben gründlich anzusehen und sich darüber klar zu werden, was genau gefragt und was gegeben ist. Bleibt trotz intensiven Nachdenkens etwas unklar, so sollte man den Lehrer/die Lehrerin fragen, auch wenn manche das nicht so gerne sehen. Trau dich! Anschließend gilt es, die Reihenfolge der Aufgabenbearbeitung grob abzuklären, die Zeit ungefähr einzuteilen und mit einer Aufgabe zu beginnen, bei der so ziemlich alles klar ist (das muss nicht immer die erste sein). Denn ein Erfolgserlebnis zu Beginn beruhigt und schafft Zuversicht und Selbstvertrauen. Auch bei der Bearbeitung der übrigen Aufgaben sollte man sich nicht an einem Problem festbeißen, sondern nötigenfalls rasch und ohne schlechtes Gewissen zu einer leichteren Aufgabe übergehen.

Bei der Aufgabenbearbeitung selbst ist unbedingt darauf zu achten, dass präzise zur jeweiligen Frage geschrieben wird. Wer zuviel schreibt, wer sich nicht auf das Wesentliche konzentriert und/oder wer lediglich "um den heißen Brei" herumschreibt, der schadet sich schließlich selbst. Bei Schularbeiten geht es nicht darum, sein geballtes Wissen abzuladen, sondern erwartet wird, dass auf präzise Fragen auch gezielt und präzise geantwortet wird. Außerdem ist die undurchdachte Vielschreiberei reine Zeitverschwendung. Und die Zeit ist bei Schularbeiten meistens knapp.

Natürlich hängt der Erfolg bei einer Klassenarbeit nicht nur vom Können und vom methodischen Geschick des jeweiligen Schülers ab, sondern zum guten Abschneiden gehört immer auch ein bisschen Glück. Allerdings winkt das ja bekanntlich dem Tüchtigen!