

Wie erreiche ich ein gutes Klassenarbeitsergebnis?

Strickleiter...

... zum Erreichen eines guten Klassenarbeitsergebnisses

10. Ich sage mir beim Abgeben der Arbeit:
Ich habe mein Möglichstes getan.
9. Wenn ich zweifle und unsicher bin, verändere ich nichts.
8. Bleibt mir noch genügend Zeit, **lese** ich alle Ergebnisse noch einmal ruhig **durch**.
7. Bei dem berühmten Satz: „Noch 10 (7) Minuten **plane** ich **die verbliebene Zeit** sinnvoll ein.
6. Wenn ich bei einem Teil der Arbeit stecken bleibe, gehe ich die Arbeitsaufgabe noch einmal konzentriert durch. Wenn ich aber dennoch nervös werde, stelle ich die Aufgabe zurück und probiere sie später noch einmal. **Nicht festbeißen!**
5. Nach jeweils 10 Minuten mache ich eine kleine **1-Minuten-Pause** [zurücklehnen – durchatmen].
4. Ich beginne mit einer **leichten Aufgabe** und **hake** auf dem Arbeitsblatt die gelöste Aufgabe **ab**.
3. Die Aufgaben **lese** ich **vollständig** und in Ruhe durch, **bevor ich anfang**e.
2. Wenn der Lehrer in die Klasse kommt, **beruhige ich mich**, indem ich z.B. gleichmäßig atme oder Entspannungsübungen mache.
1. Ich habe mich **gut vorbereitet** und ich **weiß**, dass ich es **kann**. Deshalb können mich auch die Mitschüler nicht nervös machen.

