

Tipps gegen Prüfungsangst

In den kommenden Wochen beginnen in den Bundesländern zeitlich versetzt die schriftlichen Abiturprüfungen. Diese große Abschlussprüfung lässt viele der Abiturienten auch dieses Jahr kaum schlafen. Abhilfe gegen schlechten Schlaf, Schweißausbrüche und Prüfungsangst bietet das nichtkommerzielle Service-Portal für Abiturienten im Internet. Unter www.abitipps.de bieten ehemalige Schüler Tipps rund ums Thema Abitur.

Unter anderem gibt es auch die zehn wichtigsten Tipps wie man die jetzt anstehenden Prüfungen gelassen übersteht. Beispielsweise wird geraten am Tag vor der Prüfung kein Lehrbuch mehr in die Hand zu nehmen, ebenso ist genug Schlaf und eine Kleinigkeit im Magen wichtig für eine erfolgreiche Prüfung. Direkt am Prüfungstag sind Gespräche mit Mitschülern über die Prüfungsthemen tabu, um sich nicht unnötig verrückt zu machen. Ebenso ist es wichtig, die Prüfungsaufgaben GENAU durchzulesen und nur das zu beantworten, was auch wirklich gefragt ist, rät Markus Merkle von abitipps.de: „Vor allem unter Zeitdruck liest man sich Klausuraufgaben nicht richtig durch. Die Folge: Aufgabenstellung verfehlt oder zeitliche Bedrängnis. Ganz wichtig sind die sogenannten „Operatoren“. Steht in der Aufgabe das kleine Wort "Nenne", dann reichen nur Stichworte. Wer das nicht beachtet, kommt mit der Zeit nicht hin“.

Neben den Tipps zu schriftlichen und mündlichen Prüfungen gibt es auf abitipps.de auch noch viele Informationen rund um die Abiorganisation. Von der Übersicht verschiedener Abimottos, bis hin zu Materialien für den Abischerz und den Abiball werden auf der Homepage viele nützliche Dinge angeboten. Einen Notenrechner der ganz komfortabel den Abischnitt ausrechnet gibt es übrigens auch.

Ausführlichere Informationen gibt es im Internet unter www.abitipps.de

Hintergrundinfo:

Abitipps.de wurde vor knapp zwei Jahren von sechs ehemaligen Abiturienten initiiert. Sie geben dort ihre Erfahrungen aus erster Hand an andere Abiturienten weiter. In nur wenigen Monaten haben viele hundert Schüler aktiv an der Weitergestaltung von Abitipps.de mitgewirkt und mit ihren Rückmeldungen, Beiträgen und Tipps zum Erfolg der Seite beigetragen.

Ebenfalls haben die ehemaligen Schüler vor kurzem www.SVtipps.de, ein spezielles Internetportal für Schülervvertretungen sowie engagierte Schülerinnen und Schüler in ganz Deutschland, gestartet. Dort gibt es nützliche Tipps zum Aufbau und zur Organisation von Schülervvertretungen sowie zu den Rechten und Pflichten, die eine SV hat. Ganz besonders interessant ist auch die Projektdatenbank mit einer riesigen Sammlung von Projekten, Aktionen, Vorträge, Ausflüge und Themenwochen, die eine SV zur Bereicherung des Schulalltags durchführen kann.