
E-Profil – Vorbereitung auf das Qualifikationsverfahren (LAP)

Wann beginne ich am besten zu lernen?

Ideal ist, zu Beginn des letzten Lehrjahres damit zu beginnen. So bleibt genügend Zeit zu lernen und zu repetieren.

Was soll ich lernen?

Mit dem LAP - Notenrechner sieht jede Kandidatin und jeder Kandidat auf einen Blick, ob die LAP bestanden ist oder nicht. Beurteilen Sie danach Ihre Stärken und Schwächen, Unsicherheiten und Lücken. Daraus ergeben sich die Schwerpunkte fürs anstehende Lernen.

Wie teile ich das Lernen ein?

Eine Aufteilung des Lernstoffes hilft.
Zu überlegen ist:

- Wie viel Zeit kann ich pro Woche fürs Lernen und Repetieren einsetzen? Zu berücksichtigen sind
- Arbeit, Schule, Hausaufgaben, Freizeit und Schlafzeit.
- Mit welchen Fächern beginnen?
- Welche Fächer benötigen mehr Zeit zum Lernen als andere?
- Setzen Sie sich Zwischenziele!

Üben Sie regelmässig. Erarbeiten Sie einen Wochenplan. Kontrollieren Sie den Zeitplan jede Woche, ob er eingehalten wurde.

Habe ich alle Unterlagen?

- Sind alle Schulbücher, Ordner, Übungen und alte Prüfungsaufgaben vorhanden?
- Sind diese Unterlagen vollständig?

Wo lerne ich am besten?

Denken Sie daran, dass Ihr Denk- und Lernplatz optimal ausgestattet ist. Achten Sie auf eine gesunde Ernährung mit ausreichend Obst.

Wie bewältige ich den ganzen Lernstoff?

Am besten ist es, den gesamten Stoff einzuteilen:

- Zuerst den ganzen Stoff durcharbeiten und verstehen.
- Zusammenfassungen und Lernkarten schreiben.
- Die wichtigsten Punkte im Kopf zusammenfassen und jemandem erzählen.
- Alles mit den Zusammenfassungen und Lernkarten repetieren.
- Kurz vor der Prüfung keinen neuen Stoff lernen – nur noch repetieren.

Wie soll ich repetieren?

- Als Faustregel gilt: Gelerntes nach einem Tag, einer Woche, einem Monat und einem Jahr wiederholen.
- Wichtig beim Repetieren ist die Abwechslung: Beispielsweise eine Stunde Wirtschaft anschliessend eine Stunde Englisch usw.
- Lernen Sie auch unterwegs.

Was kann ich machen, wenn ich ein Thema nicht verstehe?

Fragen Sie ihre Schulkolleginnen und Schulkollegen. Unterbreiten Sie das Thema ihrem Lehrer.

Ist es sinnvoll, wenn ich alte Prüfungen löse?

Und wie! Sie üben so konkrete Prüfungsaufgaben zu bearbeiten.

Soll ich alleine oder im Team lernen?

Das hängt von der eigenen Persönlichkeit ab. Es ist hilfreich, wenn man einander ein Thema erklärt und das Wissen austauscht.

Wie gehe ich am besten vor?

Lernen Sie maximal eine Stunde an einem Stück. Machen Sie regelmässig Entspannungsübungen, dann geht es einfacher. Übrigens: Ausgeschlafen lernt sich besser! Belohnen Sie sich selber (mit einem Kinobesuch usw.).

Wie soll ich mich während den letzten Tagen vor der Prüfung verhalten?

- Den normalen Tagesablauf nicht mehr ändern.
- Genügend schlafen bei einem regelmässigen Schlafrhythmus.
- In Erinnerung rufen, was man weiss – man weiss viel. Sich nicht nervös machen lassen.

Was soll ich am Abend vor der Prüfung machen?

- Auf jeden Fall nicht mehr lernen. Es lenkt die Aufmerksamkeit zu stark auf Einzelheiten und verwischt den Gesamtüberblick.
- Am späten Nachmittag ist fertig gelernt.
- Verzicht auf schweres Essen und Alkohol.
- Gehen Sie nicht zu spät ins Bett.
- Legen Sie alles für den nächsten Tag bereit: Schreibzeug, Traubenzucker, bequeme Kleider etc.
- Planen Sie genügend Zeit für den Anreiseweg ein.

Ich habe Prüfungsangst: Was soll ich machen?

Wichtig ist herauszufinden, woran die Prüfungsangst liegt. Hindert die Angst das Leistungsvermögen, ist es am besten mit den Eltern, dem Lehrer oder dem Arzt zu sprechen. Nehmen Sie auf keinen Fall Tabletten.

Wie soll ich während der schriftlichen Prüfung vorgehen?

- Überblick über die Prüfung verschaffen: Um welche Themen handelt es sich?
- Reihenfolge festlegen: zuerst die einfachen Aufgaben, dann die schwierigen lösen.
- Jede Frage genau durchlesen – und dann gleich nochmals.
- Gedanken sammeln, Antwort überlegen.
- Keine Panik, wenn die Aufgabe nicht gelöst werden kann. Sie kann übersprungen und am Schluss gelöst werden.
- Bei einem Blackout: Die Augen schliessen, ruhig atmen, an etwas Schönes denken und versuchen, die Frage zu lösen.
- Regelmässig auf die Uhr schauen.
- Nicht aufgeben während der Prüfung.

Welche Tipps gibt es für die mündliche Prüfung?

- Die Experten wollen die Lernenden nicht hereinlegen.
- Gut zuhören, sich Zeit nehmen, die Lösung überlegen und dann antworten.
- Nachfragen, wenn die Frage unklar ist.
- Ehrlich sein, wenn man die Antwort nicht weiss oder nervös ist.
- Keine Show abziehen
- Bequeme Kleider tragen.

Was passiert, wenn ich unerlaubte Hilfsmittel verwende?

Ganz einfach: Wird der Lernende erwischt, droht der Ausschluss von den Prüfungen. Im Prüfungsaufgebot ist ersichtlich, welche Hilfsmittel mitgenommen werden können.