

Tekst 6

- 3p 14 Welke Nederlandse uitspraak past het beste bij welke Duitse tip? Schrijf in de uitwerkbijlage achter de nummers van de tips de letter van de bijbehorende Nederlandse uitspraak.
(Let op: je houdt twee letters over)
- a Controleer of je alles snapt door je te laten overhoren door klasgenoten.
 - b Zorg dat je weet waarover de toets zal gaan.
 - c Controleer vooraf je schrijfgerei en andere hulpmiddelen.
 - d Ga na waarvoor je wél en waarvoor je géén extra hulp nodig hebt.
 - e Ga na hoeveel last je van examenvrees/toets-stress hebt en praat erover.
 - f Doe ontspanningsoefeningen vlak voor je aan een toets begint.
 - g Begin ruim op tijd met leren.

Anti-Angst-Tipps für Schülerinnen und Schüler

1 Ein bisschen Angst macht wach und leistungsfähig, zu viel Angst macht panisch und hektisch, hemmt also die Leistung. Beobachte dich, sprich deine Eltern oder den Schulpsychologen an.

2 Bereite dich langfristig (siehe Sechspunkteplan unter www.schulpsychologie.de) und nicht erst zwei Tage zuvor auf eine Prüfung vor.

3 Versuche herauszufinden, was in der Arbeit vorkommen wird. Frage deinen Lehrer, aber auch deine Klassenkameraden.

4 Was hast du kapiert, wo brauchst du nur Übung, wo brauchst du Hilfe, was kannst du ganz sicher? Entwickele einen Plan, wie du die Lücken schließen kannst.

5 Kurz vor der Arbeit: Vergiss die oft unterschätzten Kleinigkeiten nicht. Ist der Füller in Ordnung, sind die Stifte spitz, hast du alles eingepackt?

naar: www.schulpsychologie.de

Bronvermelding

Een opsomming van de in dit examen gebruikte bronnen, zoals teksten en afbeeldingen, is te vinden in het bij dit examen behorende correctievoorschrift, dat na afloop van het examen wordt gepubliceerd.