

# Lernen in Zeiten von Corona – Tipps für die Prüfungsvorbereitung daheim

Damit du auch von zu Hause aus möglichst angenehm und effektiv lernen kannst, haben wir hier die wichtigsten Lerntipps für dich:



**1. Richte dir einen festen, möglichst ruhigen und hellen Arbeitsplatz ein!**  
So verführerisch es klingt, sich einfach mit dem Geschichtsbuch aufs Sofa zu lümmeln, produktiver lernst du, wenn du dich dazu an deinen Schreibtisch setzt, an dem du alle Unterlagen griffbereit hast und dich ganz aufs Lernen fokussieren kannst.

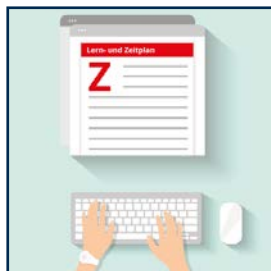
**2. Vermeide Ablenkungen!** Niemand kann konzentriert arbeiten, wenn ständig das Telefon klingelt, das Smartphone den Eingang einer Nachricht meldet oder nebenher der Fernseher läuft. Am besten schaltest du alle Störquellen aus und reservierst dir feste Zeiten für einen kurzen Whats-App-Chat, den du dann aber auch konsequent beendest, wenn du weiterlernst.

**3. Schaffe eine klare Trennung zwischen Lern- und Freizeit!** Zwar ist immer wieder von Multitasking die Rede, doch konnte noch niemand beweisen, wie erfolgreich das wirklich ist. Viel besser und auch angenehmer ist es, sich auf eine Sache voll und ganz zu konzentrieren. Nach dem Motto: „Erst die Arbeit, dann das Vergnügen!“



**4. Beginne möglichst zeitig mit dem Lernen!** Klar, es ist verführerisch, einfach länger im Bett zu bleiben, wenn man keinen Schulbus erwischen muss. Trotzdem solltest du versuchen, deinen „Schulrhythmus“ aufrechtzuerhalten, und frühzeitig mit dem Lernen anfangen, um noch etwas vom Tag zu haben, wenn du fertig bist. Außerdem sind die meisten Menschen vormittags aufnahmefähiger als nachmittags oder gar abends.

**5. Sammle alle Materialien zu einem Fach und ordne sie nach Themenblöcken!** Lege deine Hefteinträge, Arbeitsblätter, Schulbücher und persönlichen Notizen aus dem Unterricht bereit. Hast du alles beisammen? Super! Wenn du darüber hinaus noch weitere Lernmaterialien suchst, dann schau doch mal bei den (digitalen) Angeboten von Stark und StudySmarter vorbei.



- 6. Erstelle dir einen festen Lern- und Zeitplan bis zu den Prüfungen!** Schreibe dir wie in einem Stundenplan auf, was du jeden Tag erledigen willst, und hake ab, was du geschafft hast. So ist deine tägliche Lernzeit klar umrissen, du hast ein Erfolgserlebnis und kannst dich nach Erledigung deiner Aufgaben ohne schlechtes Gewissen deinen Hobbies zuwenden.
- 7. Plane beim Lernen auch Wiederholungsphasen ein!** Nur so bleibt der gelernte Stoff dauerhaft präsent. Im Idealfall bist du bereits einige Tage vor der Prüfung mit dem Lernstoff durch und nutzt die letzten Tage vor der Prüfung, um noch einmal alles in Ruhe zu wiederholen.
- 8. Überfordere dich nicht!** Setze dir realistische Ziele und nimm dir jeden Tag nur so viel vor, wie du auch tatsächlich schaffen kannst. So ist es kaum möglich, sechs Stunden oder länger am Stück höchst konzentriert zu lernen. Teile dir den Stoff lieber so ein, dass du jeden Tag einige Stunden arbeitest und danach Zeit für Bewegung an der frischen Luft, ein Telefonat mit Freunden oder einen schönen Film hast.
- 9. Sorge für Abwechslung!** Nimm dir nicht vor, an einem Tag nur Mathe zu pauken, um dich am nächsten Tag dann nur mit Englisch zu beschäftigen. Viel mehr Spaß macht es, wenn du für jeden Tag verschiedene Fächer einplanst. So kommt nicht so schnell Langeweile auf.
- 10. Wende verschiedene Lernstrategien an!** Wenn du bei einem bestimmten Thema immer nur dasselbe tust, wirst du dir die Inhalte nur schwer merken können. Wechsle zwischen unterschiedlichen Tätigkeiten: Lesen, Zusammenfassen, Auswendiglernen, Üben, das Gelernte Vorsprechen, alte Prüfungsaufgaben Durcharbeiten. Je aktiver und abwechslungsreicher du ein Thema behandelst, desto besser wird es in deinem Langzeitgedächtnis gespeichert.



**11. Lege immer wieder Lernpausen ein!** Wenn du einen Punkt deines täglichen Lernplans abgearbeitet hast, ist es durchaus erlaubt, mal kurz aufzustehen, eine Runde um den Block zu drehen oder dich für fünf Minuten auszuruhen. Danach hast du wieder mehr Energie und freie Kapazitäten, dich dem nächsten Fach zuzuwenden. Denke während der Arbeit auch daran, genug zu trinken und dein Arbeitszimmer regelmäßig zu lüften.

**12. Bleibe ruhig und setze dich nicht unter Druck!** Es kann sein, dass das Lernen daheim einmal nicht so gut funktioniert – nicht jeder Tag ist gleich! Suche dir in solchen Momenten eine Aufgabe, auf die du dich gerade tatsächlich konzentrieren kannst.

**13. Beziehe deine Eltern oder Geschwister mit ein!** Bitte sie, dich über den bereits gelernten Stoff auszufragen, oder trage ihnen deine Arbeitsergebnisse in einer kleinen Präsentation vor. So kannst du besser einschätzen, was du schon beherrschst bzw. welchen Themen du dich noch einmal widmen solltest.



**14. Rufe Freunde/Freundinnen oder Mitschüler\*innen an und tausche dich mit ihnen aus!** So merkst du, dass du diese Zeit nicht allein durchmachst. Außerdem tun ein wenig Ablenkung und gemeinsames Lachen einfach gut.

**15. Belohne dich für alles, was du geschafft hast!** Überlege dir schon morgens, was du machen willst, wenn du dein Tagespensum geschafft hast. So bleibst du motiviert und diszipliniert bei der Sache.

**16. Gönn dir mindestens einen freien Tag in der Woche!** Niemand kann und sollte immer nur für den Schulabschluss leben. Lege deshalb deinen Lernplan so an, dass genügend Zeit zum Abschalten bleibt. So hast du etwas, worauf du dich freuen kannst, was deine Lernmotivation aufrechterhält.