

6

A) Sprich in der Klasse.

Probleme mit dem
Zeitmanagement
haben

Prüfungsangst haben

Lernstress haben

Alles schnell
vergessen

sich immer zum Unterricht
verspäten

Nicht genug
schlafen

sich nicht konzentrieren
können

Angst vor dem Fehler

B) Gib die Ratschläge. Was sollen die Schüler tun?

Im Unterricht kann ich
mich nicht konzentrieren.

Bei der Prüfung habe
ich immer Stress.

Ich habe zu viel Angst vor
den Fehlern.

Mit Zeitmanagement habe
ich große Probleme. Ich
kann nie pünktlich sein
und meine Aufgaben in der
geplanten Zeit ausgeben.

C) Symptome von Prüfungsangst



1. starke Unruhe



2. Anspannung



3. Kopfschmerzen



4. Magenschmerzen