

*Freiwillige Module SJ 26-27**Freitag, 27.11.26 (ab 15.35 Uhr)*

Hast du Angst vor Prüfungen? Brauchst du Tricks, wie du den inneren Schweinehund besiegen kannst? Schwimmst du in Material und verlierst gerne einmal den Durchblick?

In der LernBar tauschen wir uns über Erfahrungen aus und erarbeiten Strategien für ein besseres Lernergebnis. Ausserdem setzt du dir Ziele in Bezug auf dein eigenes Lernen, die du während fünf bis sechs Wochen umzusetzen versuchst. Deine gesammelten Erfahrungen dienen als Grundlage für unser zweites Treffen.

Die LernBar bietet drei Module an:

- Modul 1: Stützstrategien
- Modul 2: Lernstrategien
- Modul 3: Prüfungen

- 1) Stützstrategien:** Hier entdeckst du Strategien, wie du den inneren Schweinehund erfolgreich überwinden und dich selbst fürs Lernen motivieren kannst. Du erkundest, welche Bedingungen dir die Arbeit für die Schule erleichtern. Du erhältst Tipps, wie du Ablenkungen beim Lernen widerstehen kannst und deinen Arbeitsplatz entsprechend deinen Bedürfnissen wählst und einrichtest. Wäre das Erstellen eines Planes hilfreich für dich? Dieses Modul bietet dir Input und Anleitung dazu.
- 2) Lernstrategien:** Du lernst Strategien kennen, wie du besser mit einer Fülle von Informationen umgehen kannst. Einerseits ist dabei wichtig, wie du dir sinnvoll Informationen beschaffen kannst, zum Beispiel bei einer Bibliotheks- und Internetrecherche, andererseits eignest du dir Taktiken an, wie du Informationen effizient verarbeiten, ordnen oder auswendig lernen kannst.
- 3) Prüfungen:** Du erhältst Tipps zum Planen und Lösen von Prüfungen. Wie kannst du dich verhalten, damit deine Erfolgchancen beim Lösen von Prüfungen steigen, und was kannst du aus einer Prüfung lernen? Ausserdem setzt du dich mit Themen wie Prüfungsangst oder Blackouts auseinander.

Für die Durchführung verantwortliche Personen: Nadia Zanchelli (Internat und Lernatelier), Stefanie Barmet (Fachschaft Deutsch), Daniel Reber (Fachschaft Sport).

Anmeldung bis Montag, 23.11.2026 per Anmeldeformular oder per Mail an daniel.reber@gymhofwil.ch .
Name, Klasse und gewünschtes Modul angeben.