

### Checkliste für Tests/Klassenarbeiten/Referate etc.

| Vorbereitung               |  |
|----------------------------|--|
| Bin ich gut vorbereitet?   |  |
| Habe ich alles gelernt?    |  |
| Habe ich alles verstanden? |  |
| Fühle ich mich fit?        |  |
| Wenn nein, weshalb nicht?  |  |

Diese Fragen solltest Du Dir zwei Tage vor dem Test stellen.  
So hast Du genügend Zeit, evtl. "Schwachstellen" zu beheben.

| Nach dem Test                      |  |
|------------------------------------|--|
| Wie habe ich mich gefühlt?         |  |
| Habe ich mich angestrengt?         |  |
| Konnte ich mich gut konzentrieren? |  |
| Hatte ich Zeit zum Kontrollieren?  |  |
| Welche Note erwarte ich?           |  |

Wenn Du hier gut und mind. 2 Fragen mit ja beantwortet hast, kannst Du stolz auf Dich sein.  
Du hast alles gegeben.

| Nach Benotung                           |  |
|---|--|
| Wie zufrieden bin ich mit dem Ergebnis? |  |
| Woran liegt das Ergebnis?               |  |

| Wenn Du enttäuscht bist, beantworte folgende Fragen:                         |  |
|--|--|
| Sagt das Ergebnis etwas über mich aus? Bin ich deshalb ein anderer Mensch?   |  |
| Hätte ich mich besser vorbereiten können?                                    |  |
| Ändert das Ergebnis etwas an meiner Zukunft?                                 |  |
| Lasse ich mich davon beirren?  |  |
| Welche Note würde ich mir selbst geben? Anstrengung? Leistung? Verbesserung? |  |

Wenn Du hier mehr als drei Fragen mit "nein" beantwortet hast, heißt es "Aufstehen. Krone richten. Weiter machen."