



Hamburger  
Fernschule

Hamburger Fernschule Themenheft

# Erfolgreich Fernlernen

Methodenheft

Hamburger Fernschule  
12.1.2023

---

---

*Das Studienheft und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen ist unzulässig und bedarf der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Rechteinhabers. Dies gilt insbesondere für die öffentliche Zugänglichmachung über das Internet, die Vervielfältigung und die Weitergabe. Das Abspeichern (und Ausdrucken) des Studienheftes für den persönlichen Gebrauch ist gestattet.*

---

© Hamburger Fernschule – Alle Rechte vorbehalten

Wenn wir in unseren Studienheften auf Seiten im Internet verweisen/verlinken, haben wir diese nach sorgfältiger Prüfung ausgewählt. Auf den Inhalt und die Gestaltung haben wir jedoch keinen Einfluss. Wir distanzieren uns daher ausdrücklich von diesen Seiten, soweit dort rechtswidrige, insbesondere jugendgefährdende oder verfassungsfeindliche Inhalte offenbart werden.

Wenn Personenbezeichnungen aus Gründen der besseren Lesbarkeit nur in der männlichen oder weiblichen Form verwendet werden, schließt dies ausdrücklich alle anderen Geschlechtsidentitäten ein.

M000

# Erfolgreich Fernlernen

Methodenheft

Autor: Sascha Berner

## Inhalt

---

Inhalt .....	2
Einleitung .....	4
Kapitel 1 Allgemeiner Überblick über das Thema.....	5
Was ist Fernlernen?.....	5
Probleme des Fernlernens.....	6
Wie wir dich beim Fernlehrgang unterstützen.....	7
Warum du an „Exam Skills“ teilnehmen solltest.....	8
So kannst du dich selbst motivieren .....	9
Wie du dir einen Zeitplan für den Kurs erstellst.....	10
Wie du dich besser strukturierst.....	11
Wie du Ablenkungen minimieren kannst .....	12
Du brauchst Hilfe von uns? Kein Problem .....	13
Wie du effektiv lernst.....	14
Wie du gut mit deinen Lernbetreuern arbeitest.....	15
Rund um die Prüfung.....	15
Entspannt in die Prüfung.....	15

---

---

Die mündliche Prüfung.....	16
Über das Schulprogramm der Wilhelm von Humboldt Online Schule .....	18

---

## Einleitung

---

In diesem Heft werden wir dir Tipps und Tricks vermitteln, wie du erfolgreich deinen Schulabschluss durch Fernlernen meistern kannst. Fernlernen bietet dir die Möglichkeit, flexibel und von überall aus zu lernen, aber es kann auch seine Herausforderungen mit sich bringen. In diesem Heft werden wir uns mit den verschiedenen Aspekten des Fernlernens auseinandersetzen, von der Selbstmotivation bis hin zur Vorbereitung auf die Prüfungen. Wir werden dir auch Tipps geben, wie du Ablenkungen minimieren und effektiv lernen kannst.

Wir werden dir auch erklären, wie du durch die Teilnahme an unseren freiwilligen Onlineseminaren und den "Exam Skills" Kursen, deine Prüfungserfolge verbessern kannst. Durch die Interaktion mit unseren Fachbetreuern und Lernbetreuern wirst du wertvolle Tipps und Anregungen bekommen, wie du erfolgreicher lernen kannst.

Ein weiteres wichtiges Thema, welches wir in diesem Heft behandeln werden, ist die Vorbereitung auf die Prüfungen. Wir werden dir erklären, was bei einer externen Realschulabschlussprüfung erwartet wird und dir Tipps geben, wie du dich am besten auf die Prüfungen vorbereiten kannst.

Abschließend werden wir dir noch Tipps geben, wie du erfolgreich in eine Prüfung gehen kannst und wie du eine mündliche Prüfung bestehst.

Wir hoffen, dass dieses Heft dir dabei helfen wird, erfolgreich deinen Schulabschluss durch Fernlernen zu meistern. Es ist wichtig zu erwähnen, dass der Erfolg beim Fernlernen auch von deiner eigenen Disziplin und Selbstmotivation abhängt. Wir werden dir in diesem Heft die Werkzeuge zur Verfügung stellen, die du benötigst, um erfolgreich zu sein, aber es liegt an dir, sie anzuwenden und deine Ziele zu erreichen.

Also, leg los und starte deine Reise des erfolgreichen Fernlernens! Wir sind hier, um dir zu helfen und unterstützen dich auf dem Weg.

# Kapitel 1 Allgemeiner Überblick über das Thema

## Was ist Fernlernen?

Als Teilnehmer unseres Fernschulkurses "MSA-Vorbereitungskurs" hast du die Möglichkeit, flexibel und unabhängig von Zeit und Ort zu lernen. Du wirst in der Lage sein, deine eigene Lernumgebung und -zeiten zu gestalten und den Kurs in deinem eigenen Tempo zu absolvieren. Du wirst auch Zugang zu verschiedenen Medien haben, wie Themenhefte, Online-Seminare, Videos, Audios und E-Books, sowie Unterstützung durch den Lernbetreuer. Es ist wichtig, Selbstdisziplin und Selbstmotivation zu entwickeln, um erfolgreich beim Fernlernen zu sein. Wir unterstützen dich dabei, indem wir dir Tipps und Tricks für Zeitmanagement und Selbstorganisation zur Verfügung stellen.



Selbstdisziplin ist beim Fernlernen von großer Bedeutung, da es keine direkte Anleitung oder Überwachung durch Lehrer oder Kommilitonen gibt. Du bist verantwortlich dafür, deine Zeit und deine Lernumgebung zu organisieren, deine Lernziele zu setzen und dafür zu sorgen, dass du den Kurs erfolgreich abschließt. Ohne Selbstdisziplin kann es schwierig sein, motiviert zu bleiben und die notwendigen Schritte zu unternehmen, um deine Lernziele zu erreichen.

Selbstdisziplin hilft dir auch, Ablenkungen zu vermeiden und dich auf dein Lernen zu konzentrieren. Du musst in der Lage sein, dich selbst dazu zu bringen, regelmäßig zu lernen und dich auf deine Prüfungen vorzubereiten, anstatt dich von anderen Dingen ablenken zu lassen.

Es ist auch wichtig, Selbstdisziplin zu entwickeln, um sicherzustellen, dass du den Kurs in einem angemessenen Zeitrahmen abschließt. Ohne Selbstdisziplin kann es schwierig sein, den Kurs in einem angemessenen Zeitrahmen abzuschließen und die Vorteile des Fernlernens voll auszuschöpfen.

Die freiwilligen Online-Seminare bieten eine wertvolle Gelegenheit, um den Lernprozess zu unterstützen und zu vertiefen. Sie bieten die Möglichkeit, sich mit anderen Teilnehmern zu vernetzen, die in ähnlichen Lernsituationen sind und sich gegenseitig zu unterstützen.



In den Online-Seminaren hast du auch die Möglichkeit, direkt mit Fachbetreuern zusammenzuarbeiten, die dir helfen können, dein Verständnis der Themen zu vertiefen und dir bei schwierigen Aufgaben oder Konzepten zu helfen. Sie können dir auch Tipps und Tricks geben, wie du dein Lernen effektiver gestalten kannst und dir helfen, dich auf die Prüfungen vorzubereiten.

Zusätzlich können Online-Seminare dir helfen, deine Selbstdisziplin und Selbstmotivation aufrechtzuerhalten, indem du dich verpflichtest, regelmäßig an den Seminaren teilzunehmen und dich auf deine Lernziele zu konzentrieren. Sie können dir auch helfen, deinen Zeitplan einzuhalten, indem du

---

dich verpflichtest, regelmäßig an den Seminaren teilzunehmen und dich auf deine Lernziele zu konzentrieren.

Der "Online-Campus" bezieht sich auf die digitale Plattform, die unseren Fernschulkurs "Erfolgreich die Schulabschlussprüfung durch Fernlernen meistern" unterstützt. Dieser Online-Campus bietet Teilnehmern Zugang zu allen Lernmaterialien, wie z.B. Themenhefte, Online-Seminare, Videos, Audios und E-Books. Es ermöglicht auch den Zugang zu Tools und Ressourcen, die für den erfolgreichen Abschluss des Kurses erforderlich sind, wie z.B. Zeitplanungstools, Selbsttests und Online-Übungen.

Hier hast du auch die Möglichkeit, sich mit anderen Teilnehmern und dem Lernbetreuer zu vernetzen und zu kommunizieren. Es ermöglicht auch den Zugang zu den freiwilligen Online-Seminaren, wo Teilnehmer die Möglichkeit haben, ihr Verständnis der Themen zu vertiefen und sich auf die Prüfungen vorzubereiten.

Ein weiterer wichtiger Bestandteil des Online-Campus ist die Möglichkeit, den Lernfortschritt zu verfolgen und den Kontakt mit dem Klassenlehrer und dem Lernbetreuer zu halten. So kann sichergestellt werden, dass die Teilnehmer die Unterstützung erhalten, die sie benötigen, um erfolgreich den Kurs abzuschließen.

## Probleme des Fernlernens

Fernlernen bietet dir viele Vorteile, wie die Möglichkeit, von überall aus zu lernen, die Flexibilität, deinen eigenen Zeitplan anzupassen und die Unabhängigkeit von physischen Klassenräumen. Trotz dieser Vorteile gibt es jedoch auch einige Herausforderungen und Probleme, die beim Fernlernen auftreten können.

Eines der größten Probleme beim Fernlernen ist die Motivation. Ohne die Anwesenheit eines Lehrers und ohne die Interaktion mit anderen Schülern kann es schwierig sein, dich selbst zu motivieren, regelmäßig zu lernen und die Aufgaben zu erledigen.

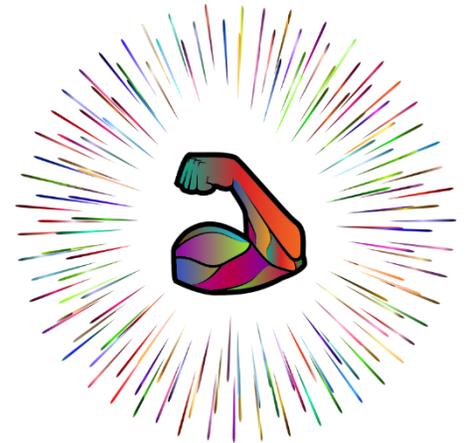
Ein weiteres Problem ist die Selbstdisziplin. Ohne die Struktur und den Zeitplan einer traditionellen Klasse kann es schwierig sein, dich selbst zu organisieren und den Lernplan einzuhalten.

Ein weiteres Problem ist die mangelnde soziale Interaktion. Fernlernen kann einsam sein und es fehlt die Möglichkeit, dich mit anderen Schülern auszutauschen und von ihnen zu lernen. Es kann auch schwierig



sein, Fragen zu stellen und Unterstützung zu erhalten, wenn du dich nicht in einer physischen Klasse befindest.

Allerdings lässt sich sagen, dass diese Herausforderungen nicht unmöglich zu überwinden sind, und es gibt viele Möglichkeiten, um diese Probleme zu bewältigen. Durch die Verwendung von Selbstmotivationsstrategien, Zeitmanagement-Tools und die Unterstützung von Lehrern und Lernbetreuern, kannst du das Fernlernen erfolgreich meistern. Es ist auch wichtig, dir bewusst zu sein, dass jeder Schüler unterschiedlich auf das Fernlernen reagieren kann und dass es wichtig ist, deine eigene Lernstrategie an deine eigenen Bedürfnisse und Fähigkeiten anzupassen.



### Wie wir dich beim Fernlehrgang unterstützen

Unser Programm bietet dir spezielle Ansätze, um dir beim Fernlernen zu helfen. Wir haben erkannt, dass die traditionellen Ansätze des Fernlernens nicht für jeden geeignet sind und haben deshalb spezielle Methoden entwickelt, um dir dabei zu helfen, erfolgreich beim Fernlernen zu sein.



Einer unserer Ansätze ist die Verwendung von Sofa-Tutor Einheiten in den Themenheften. Diese Einheiten ermöglichen es dir, deinen Lernerfolg selbst zu testen und die Ergebnisse stehen automatisch deinem Lernbetreuer zur Verfügung. So kannst du deine Fortschritte im Lernprozess verfolgen und gezielt an deinen Schwächen arbeiten.

Ein weiterer Ansatz ist die Verwendung von Aufgaben in unterschiedlichen Niveaustufen, bei denen du deine Antworten eigenständig nachprüfen kannst. So kannst du dein Verständnis der Themen überprüfen und gezielt an deinen Schwächen arbeiten.

Wir bieten auch freiwillige Online-Seminare an, in denen du die Möglichkeit hast, dich mit Fachbetreuern zu treffen und von ihnen beim Lernprozess unterstützt zu werden. Dein Klassenlehrer hält regelmäßig Kontakt zu deinem Lernbetreuer, um deinen Lernfortschritt zu begleiten.



Unser "Exam-Skills" Programm hilft dir bei der Vorbereitung auf die Prüfungssituation und beim organisierten und entspannten Umgang damit. Unser Lehrer wird dich regelmäßig kontaktieren, um Überforderungen entgegenzuwirken.

Am Ende jedes Themenheftes gibt es eine Einsendeaufgabe, die aus Original-Prüfungsaufgaben besteht und an deinen Lernbetreuer des jeweiligen Faches geschickt wird. Die Aufgabe wird korrigiert und an dich zurückgeschickt. Den Abschluss des Kurses bildet dann eine Prüfungssimulation der Originalprüfung mit schriftlichen und mündlichen Prüfungen.

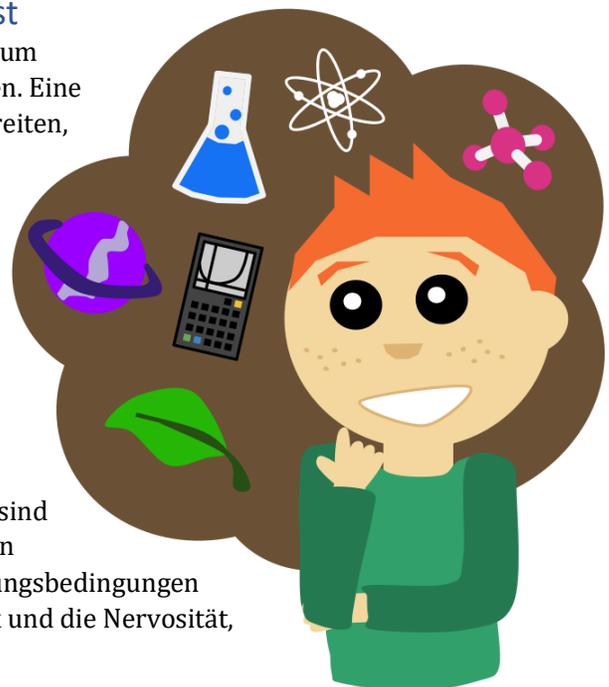
All diese Ansätze sind darauf ausgerichtet, dir dabei zu helfen, erfolgreich beim Fernlernen zu sein. Sie ermöglichen es dir, deinen Lernfortschritt zu verfolgen, gezielt an deinen Schwächen zu arbeiten und dich auf die Prüfungssituation vorzubereiten. Unser Ziel ist es, dir die Unterstützung zu geben, die du benötigst, um erfolgreich deinen Schulabschluss zu meistern, auch wenn du das Lernen aus der Ferne wählst.

### Warum du an „Exam Skills“ teilnehmen solltest

Eine erfolgreiche Prüfungsvorbereitung ist der Schlüssel zum Erreichen eines erfolgreichen Abschlusses beim Fernlernen. Eine der besten Möglichkeiten, sich auf die Prüfungen vorzubereiten, ist die Teilnahme an unseren "Exam Skills" Seminaren.

Diese Seminare sind speziell für Schüler konzipiert, die sich auf die Prüfungen vorbereiten und bieten eine Vielzahl von Werkzeugen und Ressourcen, die dabei helfen, den Lernprozess zu optimieren und die Chancen auf einen erfolgreichen Abschluss zu erhöhen.

Ein wichtiger Bestandteil unserer "Exam Skills" Seminare sind die praktischen Übungen und Simulationen. Diese Übungen ermöglichen es den Schülern, ihre Fähigkeiten unter Prüfungsbedingungen zu testen und zu verbessern, was dazu beiträgt, den Druck und die Nervosität, die manchmal vor einer Prüfung auftreten, zu reduzieren.



Ein weiterer wichtiger Aspekt unserer "Exam Skills" Seminare ist die Unterstützung durch erfahrene Lehrer und Lernbetreuer. Diese Fachleute können dir bei Fragen und Schwierigkeiten helfen und dir individuelle Tipps und Anleitungen geben, um deinen Lernprozess zu optimieren.



Abschließend lässt sich sagen, dass die Teilnahme an unseren "Exam Skills" Seminaren eine wertvolle Ergänzung zum Selbststudium darstellt und entscheidend dazu beitragen kann, die Chancen auf einen erfolgreichen Abschluss zu erhöhen und die Prüfungsangst zu reduzieren. Durch die Möglichkeit, die Prüfungsformate und -anforderungen zu üben, die Unterstützung durch erfahrene Lehrer und Lernbetreuer zu erhalten und die Möglichkeit, sich mit anderen Schülern zu vernetzen, die dasselbe Ziel verfolgen, wird die Vorbereitung auf die Prüfungen effektiver und erfolgversprechender. Es ist wichtig zu betonen, dass die Teilnahme an diesen Seminaren freiwillig ist und es jedem Schüler ermöglicht, seine eigene Lernstrategie und Zeitplanung nach seinen individuellen Bedürfnissen und Fähigkeiten anzupassen.

## So kannst du dich selbst motivieren

Eine wichtige Komponente des Fernlernens ist die Fähigkeit, sich selbst zu motivieren. Hier sind einige Tipps, wie du dich selbst motivieren kannst, um erfolgreich beim Fernlernen zu sein:

1. Setze dir klare Ziele: Setze dir klare Ziele, die du erreichen möchtest, und arbeite darauf hin. Dies gibt dir einen konkreten Fokus und hilft dir, dich auf deine Arbeit zu konzentrieren.



2. Erstelle einen Zeitplan: Erstelle einen Zeitplan, in dem du deine Lernzeiten festlegst und halte dich daran. So wirst du dich weniger ablenken lassen und mehr erreichen.

3. Belohne dich selbst: Belohne dich selbst, wenn du deine Ziele erreichst oder wenn du einen bestimmten Meilenstein erreicht hast. Dies hilft dir, dich motiviert zu halten und dich auf die nächsten Schritte zu konzentrieren.



4. Suche Unterstützung: Suche Unterstützung bei deinen Lehrern, Lernbetreuern und anderen Schülern. Dies hilft dir, dich nicht allein zu fühlen und dich auf deine Arbeit zu konzentrieren.

5. Mach Pausen: Vergiss nicht, Pausen zu machen und dich zu entspannen. Dies hilft dir, dich zu erfrischen und dich auf deine Arbeit zu konzentrieren.



6. Verändere deine Umgebung : Versuche ab und zu deine Umgebung zu wechseln, das kann helfen, sich auf die Aufgaben besser zu konzentrieren.

7. Verwende positive Selbstgespräche: Nutze positive Selbstgespräche, um dich selbst zu motivieren und dich daran zu erinnern, warum du das Fernlernen gewählt hast.

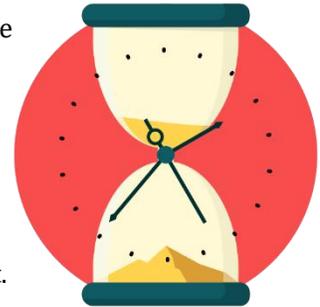


8. Mache dir bewusst, dass es nicht einfach ist und Fehler passieren können. Lernen von Fehlern und nicht aufzugeben ist ein wichtiger Bestandteil des Lernprozesses.

## Wie du dir einen Zeitplan für den Kurs erstellst

Ein Zeitplan ist ein wichtiger Bestandteil des Fernlernens, da er dir hilft, deine Lernzeiten zu organisieren und dich auf deine Arbeit zu konzentrieren. Hier sind einige Tipps, wie man einen Zeitplan für einen Fernlernkurs aufstellt:

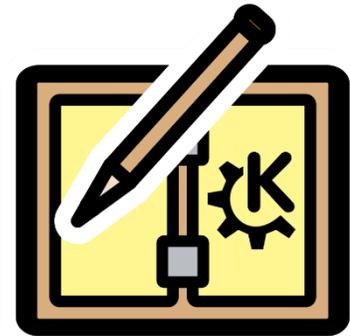
1. Bestimme deine verfügbare Zeit: Überlege dir, wie viel Zeit du pro Woche für das Lernen hast und wie viel Zeit du für andere Verpflichtungen wie Arbeit, Freizeitaktivitäten und Familie benötigst.
2. Setze Prioritäten: Bestimme, welche Lerninhalte am wichtigsten für dich sind und welche du zuerst bearbeiten möchtest.
3. Erstelle einen Wochenplan: Erstelle einen Wochenplan, in dem du deine Lernzeiten festlegst. Versuche, jeden Tag eine bestimmte Zeit zum Lernen zu reservieren, z.B. jeden Morgen von 8-10 Uhr oder jeden Abend von 18-20 Uhr.
4. Füge Pausen ein: Vergiss nicht, Pausen einzuplanen, um dich zu erfrischen und dich auf deine Arbeit zu konzentrieren.



5. Sei flexibel: Erwarte nicht, dass jeder Tag perfekt läuft und sei bereit, deinen Zeitplan anzupassen, wenn es nötig ist.
6. Halte dich an den Zeitplan: Versuche, dich an deinen Zeitplan zu halten, so dass du deine Lernziele erreichen kannst.
7. Nutze einen Kalender: Nutze einen Kalender, um deine Lernzeiten und Aufgaben zu verfolgen und zu erinnern.
8. Organisiere sich am Anfang : Versuche am Anfang des Kurses einen Überblick zu bekommen, welche Themen bearbeitet werden und was in welchem Zeitraum erwartet wird, um sich besser organisieren zu können.

### Wie du dich besser strukturierst

Strukturierung ist ein wichtiger Bestandteil des Fernlernens, da es dir hilft, deine Lerninhalte zu organisieren und dich auf deine Arbeit zu konzentrieren. Hier sind einige Tipps, wie du dein Fernlernen strukturieren kannst:



1. Erstelle eine To-Do-Liste: Erstelle jeden Tag oder jede Woche eine To-Do-Liste mit den Aufgaben, die du erledigen möchtest. Dies hilft dir, deine Prioritäten zu setzen und deine Fortschritte zu verfolgen.
2. Verwende Untergliederungen: Untergliedere deine Lerninhalte in kleinere Abschnitte. Dies hilft dir, deine Arbeit in überschaubare Schritte zu unterteilen und dich auf einen bestimmten Abschnitt zu konzentrieren.
3. Nutze Zusammenfassungen: Erstelle Zusammenfassungen der Lerninhalte, die du gelernt hast. Dies hilft dir, das Gelernte zu festigen und es schneller abzurufen.
4. Verwende Mindmaps: Erstelle Mindmaps, um die Zusammenhänge zwischen den Lerninhalten zu visualisieren. Dies hilft dir, das Gelernte besser zu verstehen und zu behalten.
5. Verwende Lernkarten: Erstelle Lernkarten mit den wichtigsten Informationen zu einem bestimmten Thema. Dies hilft dir, das Gelernte zu wiederholen und zu vertiefen.

6. **Nutze Audio- und Videoaufzeichnungen:** Nutze Audio- und Videoaufzeichnungen, um dir die Lerninhalte noch einmal anzuhören oder anzusehen. Dies hilft dir, das Gelernte besser zu verstehen und zu behalten.
7. **Arbeite mit einem Lernpartner:** Arbeite mit einem Lernpartner zusammen, um die Lerninhalte zu besprechen und Fragen zu stellen. Dies hilft dir, das Gelernte besser zu verstehen und zu behalten.
8. **Nutze Online-Tools:** Nutze Online-Tools wie Lernplattformen oder Apps, um dein Fernlernen zu organisieren und zu strukturieren.

## Wie du Ablenkungen minimieren kannst

Einer der größten Herausforderungen beim Fernlernen ist es, Ablenkungen zu minimieren und sich auf das Lernen zu konzentrieren. Es gibt jedoch einige Tipps und Tricks, die dir dabei helfen können, Ablenkungen zu vermeiden und produktiver zu lernen.



1. **Erstelle einen Zeitplan:** Ein Zeitplan hilft dir, deine Zeit effektiv zu nutzen und dich auf deine Lernzeiten zu konzentrieren. Versuche, jeden Tag eine bestimmte Zeit für das Lernen zu reservieren und halte dich daran.
2. **Finde einen geeigneten Lernort:** Der perfekte Lernort ist ruhig, gut beleuchtet und hat alles, was du für das Lernen benötigst. Vermeide Orte, an denen es viele Ablenkungen gibt, wie zum Beispiel das Wohnzimmer, in dem deine Familie oder Freunde sich aufhalten.
3. **Schalte dein Handy aus:** Das Handy ist eine der größten Ablenkungen beim Lernen. Schalte es aus oder stelle es auf lautlos, wenn du lernst. Wenn es unbedingt notwendig ist, dass du erreichbar bist, stelle es in einen anderen Raum.
4. **Setze Prioritäten:** Du musst nicht alles auf einmal erledigen. Setze Prioritäten und konzentriere dich auf die wichtigsten Dinge. Konzentriere dich auf die wichtigsten Inhalte und lerne sie gründlich, bevor du dich mit weniger wichtigen Inhalten beschäftigst.
5. **Nimm regelmäßig Pausen:** Lernen ist anstrengend für dein Gehirn und es braucht Pausen. Nimm regelmäßig kurze Pausen, um dich zu entspannen und dein Gehirn aufzufrischen. Mache einen Spaziergang, trinke einen Kaffee oder lies ein paar Seiten in einem Buch.

## Du brauchst Hilfe von uns? Kein Problem

Ein wichtiger Aspekt des erfolgreichen Fernlernens ist, dass du Zugang zu ausreichender Hilfe und Unterstützung hast. Bei unserem Fernschulkurs bieten wir dir verschiedene Möglichkeiten, um Hilfe zu erhalten, damit du deine Ziele erreichen kannst.



Eine Möglichkeit ist, dass du unsere Online-Campus nutzt, auf dem du Zugang zu unseren Materialien und Lernressourcen hast. Hier kannst du dich selbst testen und deine Fortschritte verfolgen. Unsere Lernbetreuer stehen dir auch für Fragen und Feedback zur Verfügung.



Wir bieten auch freiwillige Online-Seminare an, in denen du dich mit anderen Teilnehmern und Fachbetreuern austauschen und üben kannst. Diese Seminare sind eine gute Gelegenheit, um deine Kenntnisse zu vertiefen und Feedback von erfahrenen Lehrern zu erhalten.

Nehme an unseren Exam-Skills-Seminare teil, die sich speziell auf die Vorbereitung auf die Prüfungssituation konzentrieren und dir helfen, deine Selbstorganisation und Zeitplanung zu verbessern.

Auf der Pinnwand im Online-Campus kannst du dir Lernpartner suchen. Denke daran, dass gemeinsames Lernen immer mehr Freude macht als allein zu büffeln.

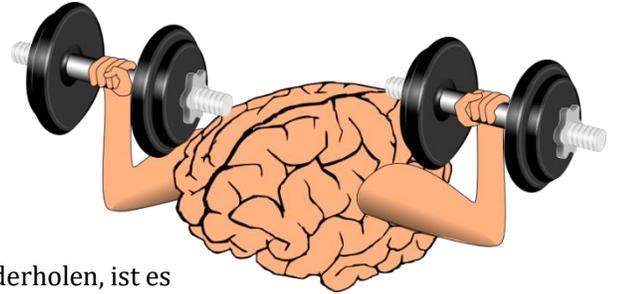
Wenn du Fragen hast oder Unterstützung benötigst, kannst du dich jederzeit an deinen Lernbetreuer oder an unseren Kundenservice wenden. Wir sind hier, um dir zu helfen, deine Ziele zu erreichen und deine Prüfungen erfolgreich abzuschließen.

---

---

## Wie du effektiv lernst

Effektives Lernen ist der Schlüssel zum Erfolg beim Fernlernen. Um erfolgreich zu sein, musst du lernen, wie man effektiv lernt. In diesem Kapitel werden wir dir einige Tipps geben, wie du effektiver lernen kannst.



1. Verstehe den Stoff: Bevor du anfängst, den Stoff zu wiederholen, ist es wichtig, dass du ihn verstehst. Wenn du etwas nicht verstehst, frage deinen Tutor oder suche nach weiteren Informationen, um es besser zu lernen..
2. Erstelle eine Übersicht: Erstelle eine Übersicht des Lernstoffs, bevor du beginnst zu lernen. Dies hilft dir, einen Überblick über den Lernstoff zu bekommen und dir zu helfen, die wichtigsten Punkte zu identifizieren.
3. Verwende verschiedene Lernmethoden: Verwende verschiedene Lernmethoden, um den Lernstoff zu wiederholen. Verwende zum Beispiel Merktechniken, Lernkarten oder Mind-Maps. Experimentiere mit verschiedenen Methoden, um herauszufinden, welche am besten zu dir passt.
4. Lerne in kleinen Schritten: Lernen in kleinen Schritten ist effektiver als alles auf einmal zu lernen. Teile den Lernstoff in kleinere Abschnitte auf und arbeite dich Schritt für Schritt durch.
5. Mache regelmäßig Pausen: Lernen kann anstrengend sein und dein Gehirn braucht Pausen. Mache regelmäßig Pausen, um dich zu entspannen und dein Gehirn aufzufrischen.
6. Verwende Lernmaterialien: Verwende Lernmaterialien wie unsere Themenhefte und Online-Seminare, um dich auf die Prüfung vorzubereiten. Sie enthalten nützliche Informationen und Übungen, die dir dabei helfen, den Lernstoff zu verstehen und zu wiederholen.
7. Verwende Feedback: Feedback ist wichtig, um zu wissen, ob du auf dem richtigen Weg bist. Frage deinen Lernbetreuer nach Feedback und nutze es, um dich weiter zu verbessern.

Wie du gut mit deinen Lernbetreuern arbeitest  
Interaktion mit dem Lernbetreuer ist wichtig, um erfolgreich beim Fernlernen zu sein. Der Lernbetreuer ist dein Ansprechpartner, der dir bei Fragen und Schwierigkeiten helfen kann. In diesem Kapitel werden wir dir einige Tipps geben, wie du erfolgreich mit deinem Lernbetreuer interagieren kannst.

1. Sei aktiv: Sei aktiv und frage deinen Lernbetreuer nach Hilfe, wenn du etwas nicht verstehst. Dein Lernbetreuer ist da, um dir zu helfen und dir dabei zu helfen, erfolgreich zu sein.
2. Sei vorbereitet: Sei vorbereitet, wenn du mit deinem Lernbetreuer interagierst. Stelle Fragen, die du hast und bereite Beispiele vor, die du besprechen möchtest.
3. Sei offen für Feedback: Sei offen für Feedback und nutze es, um dich weiter zu verbessern. Dein Lernbetreuer kann dir wertvolle Tipps und Anregungen geben, wie du erfolgreicher lernen kannst.
4. Halte regelmäßig Kontakt: Halte regelmäßig Kontakt mit deinem Lernbetreuer, um deinen Lernfortschritt zu besprechen und um sicherzustellen, dass du auf dem richtigen Weg bist.
5. Setze Ziele: Setze Ziele und arbeite mit deinem Lernbetreuer daran, diese zu erreichen. Ein klares Ziel vor Augen zu haben, hilft dir, dich auf die Prüfung vorzubereiten.
6. Nutze die Online-Tools: Nutze die Online-Tools, die wir zur Verfügung stellen, um Kontakt mit deinem Lernbetreuer aufzunehmen und um deinen Lernfortschritt zu verfolgen.



## Rund um die Prüfung

### Entspannt in die Prüfung

Eine Prüfung kann eine stressige Situation sein, besonders wenn man sich nicht gut vorbereitet hat. Um entspannt in eine Prüfung zu gehen, ist es wichtig, dass du dich sowohl mental als auch körperlich vorbereitest. Hier sind einige Tipps, wie du entspannt in eine Prüfung gehen kannst:

1. Vorbereitung: Stelle sicher, dass du dich gründlich auf die Prüfung vorbereitet hast, indem du unsere Materialien verwendest und regelmäßig lernst.
2. Positives Denken: Versuche positiv zu denken und dich auf deine Fähigkeiten und Kenntnisse zu konzentrieren.



3. Entspannungstechniken: Verwende Entspannungstechniken wie Progressive Muskelentspannung, Yoga oder Atemübungen, um dich vor der Prüfung zu beruhigen.



4. Schlaf: Stelle sicher, dass du genug Schlaf bekommst, um dich erholt und bereit für die Prüfung zu fühlen.
5. Frühstück: Iss ein ausgewogenes Frühstück, um dich mit Energie zu versorgen und deine Konzentration zu steigern.
6. Pünktlichkeit: Versuche früh genug zur Prüfung zu kommen, um unnötigen Stress zu vermeiden.

7. Atmung: Atme tief ein und aus, um dich zu beruhigen und deinen Puls zu senken.



8. Positive Affirmationen: Wiederhole positive Affirmationen wie "Ich bin bereit" oder "Ich habe das gelernt" um dein Selbstvertrauen zu steigern.

## Die mündliche Prüfung

Tipps:

Eine mündliche Prüfung ist eine Gelegenheit für den Prüfling, sein Wissen und seine Fähigkeiten in einer bestimmten Disziplin zu demonstrieren. Es ist eine Chance, direkt mit dem Prüfer zu interagieren und die Gelegenheit zu nutzen, um seine Stärken zu präsentieren. Hier sind einige Tipps, wie man eine mündliche Prüfung typischerweise durchführt und wie man den Prüfer auch selbst etwas lenken kann:

1. Vorbereitung: Stelle sicher, dass du dich gründlich auf die mündliche Prüfung vorbereitet hast, indem du unsere Materialien verwendest und regelmäßig übst.

2. Präsentation: Sei sicher in deiner Präsentation, indem du deine Stimme und Körpersprache kontrollierst. Verwende Beispiele und Visualisierungen, um deine Argumente zu unterstützen.
3. Interaktion: Interagiere direkt mit dem Prüfer, indem du Fragen stellst und auf seine Fragen antwortest. Verwende die Gelegenheit, um dein Wissen und deine Fähigkeiten zu demonstrieren.
4. Argumentation: Argumentiere klar und logisch, indem du deine Standpunkte und Meinungen begründest.
5. Lenkung: Lenke den Prüfer auf deine Stärken und Erfolge, indem du Beispiele aus deiner Arbeit oder Projekten gibst, die du absolviert hast. Dies kann helfen, das Gespräch auf deine Stärken zu lenken und den Prüfer auf deine Leistungen aufmerksam zu machen.



Beispiele: Verwende Beispiele aus deiner Praxis, um deine Fähigkeiten und Kenntnisse zu demonstrieren. Dies hilft dem Prüfer, sich ein besseres Bild von deinen Fähigkeiten zu machen und gibt ihm eine Vorstellung davon, wie du in einer realen Arbeitsumgebung agieren würdest.

Fragen: Stelle dem Prüfer Fragen, um das Gespräch in die von dir gewünschte Richtung zu lenken. Dies kann helfen, das Gespräch auf deine Stärken und Erfolge zu konzentrieren und den Prüfer auf deine Leistungen aufmerksam zu machen.

So könnten typische Fragen und Antworten lauten. Beispiele aus dem Fach Biologie

1. Erkläre die Aufgaben der verschiedenen Organe im menschlichen Körper auf eine klare und präzise Weise. Beispiel: "Das Herz hat die Aufgabe, das Blut durch den Körper zu pumpen und Sauerstoff und Nährstoffe zu den Zellen zu transportieren."
2. Verwende Beispiele aus deiner Praxis, um dein Verständnis der Photosynthese zu illustrieren. Beispiel: "Ich habe in meinem Biologie-Praktikum beobachtet, wie Pflanzen durch die Aufnahme von Lichtenergie, CO<sub>2</sub> und Wasser Zucker produzieren und Sauerstoff freisetzen"
3. Gib Beispiele für Umweltprobleme und erkläre die Auswirkungen auf die Gesundheit von Tieren und Pflanzen und gib auch mögliche Lösungen an. Beispiel: "Die Luftverschmutzung beeinträchtigt die Atemwege von Tieren und kann zu Lungenentzündungen führen. Eine Lösung könnte sein, den Autoverkehr zu reduzieren und mehr öffentliche Verkehrsmittel zu fördern."

---

---

4. Zeige ein gutes Verständnis der Auswirkungen menschlicher Aktivitäten auf die Ökosysteme und diskutiere Maßnahmen, die ergriffen werden können. Beispiel: "Menschliche Aktivitäten wie Abholzung und Überfischung stören die natürlichen Ökosysteme und können zu einer Verringerung der Artenvielfalt führen. Maßnahmen wie Schutzgebiete und nachhaltige Fischerei können helfen, diese Auswirkungen zu minimieren."

## Über das Schulprogramm der Wilhelm von Humboldt Online Schule

Die Wilhelm von Humboldt Online Schule ist eine kooperierende Schule, die dir die Möglichkeit bietet, deinen Schulabschluss durch Fernlernen zu erlangen. Dabei hast du den Vorteil einer Online-Schule, die im Präsenzunterricht mit Video-Konferenzen arbeitet und dir die ganze Prüfungsvorbereitung in Live-Videoseminaren mit Lehrerunterstützung bietet.



Im Gegensatz zum reinen Fernlernen, hast du hier die Möglichkeit, dich regelmäßig mit anderen Schülern und Lehrern in Videokonferenzen auszutauschen und Fragen zu stellen. Du erhältst auf diese Weise direktes Feedback und kannst dich auf die Prüfungen vorbereiten, indem du dich mit anderen Schülern und Lehrern über die Inhalte unterhältst und dich gegenseitig unterstützt.

Unsere Lehrer sind speziell auf die Bedürfnisse von Fernschülern ausgebildet und unterstützen dich bei allen Fragen rund um die Prüfungsvorbereitung. Sie sind auch während der Prüfungen für dich da und stehen dir mit Rat und Tat zur Seite.

Zusätzlich bieten wir dir eine Vielzahl von Lernmaterialien und -tools, die dir dabei helfen, dein Wissen zu vertiefen und dich auf die Prüfungen vorzubereiten. Dazu gehören interaktive Lernmodule, Übungsaufgaben, Arbeitsblätter und Online-Tests, die dir dabei helfen, dein Wissen zu vertiefen und dich auf die Prüfungen vorzubereiten.

Insgesamt bietet die Wilhelm von Humboldt Online Schule dir eine umfassende Prüfungsvorbereitung, die dich optimal auf die Anforderungen der Prüfungen vorbereitet und dir hilft, erfolgreich deinen Schulabschluss zu erlangen.

## Abschluss

Wir hoffen dir mit diesem Methodenheft geholfen zu haben. Glaube an dich selbst und deine Fähigkeiten. Erinnerung dich daran, dass jeder Erfolg mit harter Arbeit und Durchhaltevermögen erreicht wird. Lass uns gemeinsam alles geben, um deine Ziele zu erreichen und deinen MSA erfolgreich zu bestehen.

---

---

Einige Motivationsprüche die dich unterstützen können:

"Glaube an dich selbst und du wirst unbesiegbar sein."

"Erfolg ist kein Zufall, sondern die Folge von harter Arbeit und Entschlossenheit."

"Mögliches erkennt man an dem, was man tut. Unmögliches an dem, was man nicht tut."

"Deine größte Schwäche kann deine stärkste Waffe werden, wenn du sie in deine Stärke verwandelst."

"Erfolg ist nicht das Ziel, sondern die Belohnung für hartes Arbeiten und Durchhaltevermögen."

Lass uns gemeinsam alles geben, um deine Ziele zu erreichen und deinen MSA erfolgreich zu bestehen.  
Glaube an dich selbst und an deine Fähigkeiten, du schaffst das!

Dein Sascha Berner und das Team der Hamburger Fernschule

Im Januar 2023