

Erster Unterrichtsbesuch und doch Muffe

Beitrag von „Talida“ vom 25. März 2003 22:13

Hallo Scary!

Ich bin zwar eine Alt-Ref (Prüfung schon 4,5 Jahre her), aber ich zittere immer noch mit. Das Wichtigste: Bleib' einfach du selbst! Wenn die ersten Minuten vorbei sind, wirst du automatisch ruhiger. Zeig Selbstbewusstsein, aber bleib' natürlich, dann springt der Funke auch auf die Kinder über und die Stunde läuft. Eine gründliche Vorbereitung gibt natürlich auch Sicherheit. Gönne dir am Abend vorher eine lange Entspannungsphase. Mir hat es auch immer geholfen, wenn ich am Tag des UB's sehr früh in der Schule war und im Klassenraum noch etwas herumräumen konnte. Das hat meine Nerven beruhigt und ich bin in Gedanken die Stundenplanung nochmal durchgegangen.

Ich drücke die Daumen und leide mit!
