

Überlebensstipps für Prüfer mündlicher Prüfungen?

Beitrag von „das_kaddl“ vom 6. Juli 2006 10:41

Liebe Leidensgenossen an Schulen und Hochschulen

Ich habe derzeit wieder mal das Vergnügen des 12-stündigen Prüfungsbeisitzes. Prüfungskandidaten sind Studierende des Primarstufenlehramtes. Da ich aber glaube, dass vor allem die mündlich-Abiturprüfenden unter euch nachvollziehen können, wie es einem so nach 10 mündlichen Prüfungen geht, stelle ich meine Frage hier hinein.

Ich stelle immer wieder fest, dass mich diese Prüfungszeit enorm schlaucht, sowohl körperlich (Müdigkeit, Rückenschmerzen, Handschmerzen, Kopfschmerzen) als auch psychisch (Gereiztheit [vor allem demjenigen zu Hause gegenüber, der dafür gar nichts kann 😊], schlechter Schlaf mit Prüfungsthementräumen, schlechtes Gewissen beim "Durchfallen-Lassen" - obwohl wir wirklich sehr studierendenfreundlich prüfen [vorsichtig gesagt, ich wäre manchmal gern strenger, aber man muss sich halt dem Massstab anpassen]...). Deshalb probiere ich, mich vor und in dieser Zeit besonders "gesund" zu ernähren und zu verhalten (früh schlafen gehen, was bei der derzeitigen Hitze und einem Schlafzimmer unterm Dach sehr schwer fällt; gesund essen - vor allem Obst, Salate, Gemüse; viel trinken), aber trotzdem habe ich vor allem ab ca. 14 Uhr die Probleme, dass der Prüfungsstoff durch's linke Ohr rein, durch's rechte sofort raussaut - ich also Konzentrationsprobleme habe -, ich die Prüfung ab dem 2. Teil enorm langweilig finde und es mir auch äusserlich sehr schwerfällt, dem Prüfungskandidaten gegenüber interessiert zu wirken (glaube ich zumindest; bisher ist allerdings von den Prüflingen in der Reflexion nur Gutes gesagt worden).

Eigentlich also ganz simpel, die Frage, nämlich: wie überlebt man am Besten diesen Prüfungsmarathon - jeden Tag 10 Prüfungen abnehmen, Protokoll schreiben, gescheite Fragen stellen, interessiert wirken (obwohl im 2. Teil jeder Prüfung immer das Gleiche erzählt wird; 1. Teil ist selbstgewähltes Thema, 2. Teil Fragen zum Stoff der Vorlesung), wach bleiben (!), fair benoten (die Liste gilt es fortzusetzen...)?

Was sind eure Strategien?

Danke für die Tipps und liebe Grüsse

das_kaddl.

Beitrag von „Julie_Mango“ vom 6. Juli 2006 14:58

Hallo Kaddl

Ich hatte vor einigen Wochen erstmals das Vergnügen, 6 Stunden als Zweitprüfer zu prüfen. Das ist ja wirklich super anstrengend.

Was mir geholfen hat: Wir haben relativ gute, vorgefertigte Listen, anhand derer man die Prüflinge beobachtet. Mir hat das sehr geholfen, denn ich hatte etwas vor mir liegen, auf das ich mich konzentrieren konnte und was mir bei der Entscheidung geholfen hat.

Vielleicht kannst du für dich eine solche Liste erstellen - quasi als detaillierter Erwartungshorizont mit Spalten, in denen du Kommentare einfügen kannst.

Gruß

Julie

Beitrag von „das_kaddl“ vom 6. Juli 2006 15:37

Zitat

Julie_Mango schrieb am 06.07.2006 13:58:

...Wir haben relativ gute, vorgefertigte Listen, anhand derer man die Prüflinge beobachtet...

Ja, solche Listen, in denen der Erwartungshorizont der Prüfung aufgeschlüsselt ist, haben wir auch, und du hast Recht, beim Bewerten helfen sie. Bei den anderen Sachen leider nicht 😞

Danke für den Tipp, trotzdem 😊

LG, das_kaddl.

Beitrag von „Timm“ vom 6. Juli 2006 15:57

Ich habe am Montag und Dienstag auch zwei harte Tage mit 10h plus Schlusssitzung als Prüfungsvorsitzender vor mir. Stragie?!

Ich kenne keine. Trotz des Stress' ist aber die Laune bei uns meistens gut. Bei aller Konzentration auf die Sache und das Bemühen um gerechte Noten geht es bei uns aber recht locker zu und wir fallen öfter auch mal ins Humorige. 10h mündliche Prüfungen könnte ich

bierenst nicht durchhalten...

Gruß

Timm (dessen Mittagspause durch freiwillige Meldungen sich gerade am Montag auf 20min verkürzt hat!)

Beitrag von „the-unknown-teacher-man“ vom 6. Juli 2006 22:30

viel Spocht 😊 und vor allem krankengymnastische Übung, denn es schlaucht enorm (vor allem die Nacken-und Schulterpartie), ein Protokoll zu schreiben bzw. sich als Hauptprüfer Notizen zu machen und dem Prüfling ab und an ein wohlwollendes Lächeln zu schenken

mfg
der unbekannte Lehrer

Beitrag von „Meike.“ vom 6. Juli 2006 22:38

Mein erprobter Tipp: Doping!
Vitasprint und Eisen ist gut für die Konzentration, und zwischendurch viele, viele Nüsse knabbern!!

Beitrag von „Timm“ vom 6. Juli 2006 22:41

Zitat

the-unknown-teacher-man schrieb am 06.07.2006 21:30:

viel Spocht 😊 und vor allem krankengymnastische Übung, denn es schlaucht enorm (vor allem die Nacken-und Schulterpartie), ein Protokoll zu schreiben bzw. sich als Hauptprüfer Notizen zu machen und dem Prüfling ab und an ein wohlwollendes Lächeln zu schenken

mfg
der unbekannte Lehrer

Spocht - ich glaube, bei mir reicht es am Montag und Dienstag nur zur Tour-de-France-Zusammenfassung 😊 Aber am Mittwoch werde ich meine Verspannungen "ausschwimmen".

Beitrag von „Meike.“ vom 6. Juli 2006 22:47

Aber Timm, bei der TdF fährt doch gar niemand nennenswertes mehr mit - wen interessiert denn dieser Spocht noch? Die dopen ja auch alle, leider nicht nur mit Nüssen...

Beitrag von „Timm“ vom 6. Juli 2006 23:03

Zitat

Meike. schrieb am 06.07.2006 21:47:

Aber Timm, bei der TdF fährt doch gar niemand nennenswertes mehr mit - wen interessiert denn dieser Spocht noch? Die dopen ja auch alle, leider nicht nur mit Nüssen...

Bei der TDF kann ich herrlich nebenbei dösen...

Beitrag von „das_kaddl“ vom 7. Juli 2006 09:42

Guten Morgen und danke für die weiteren Tipps.

"Spocht" ist gut... Ich gehe in diesen 2 Wochen jeweils 6:15 aus dem Haus und bin abends 20:00 wieder zu Hause. Dann noch Spocht? Neeeeeee.... Höchstens Timms Spocht - bei der Zusammenfassung der TdF die eigenen Muskeln mitzucken lassen.

[meike](#)

Vitasprint - was'n das und wo krieg ich das her?

(Zum Glück muss ich ja keine Urin- oder Blutproben abgeben, um als Prüfer zugelassen zu werden 😊)

LG, das_kaddl.

Beitrag von „Animagus“ vom 7. Juli 2006 15:55

Wir haben es mit Traubenzucker versucht. Ob es geholfen hat, weiß ich nicht so recht.

Spätestens vom zwölften "Prüfling" an passierte es immer wieder, daß ich eine Frage stellte und 3 Sekunden später gar nicht mehr wußte, was ich gefragt hatte ...

Na ja, bei uns ist es nun vorbei.

Gruß

Animagus

Beitrag von „Meike.“ vom 7. Juli 2006 22:06

Hallo Kaddl,

Vitasprint ist mein absolutes jede-Lebenslage-Mittel: es sind kleine Fläschchen mit konzentrierten Vitamin B Komplex und Eiweiß (gibt's in Apotheken), für Leistungssportler oder Leute, die hohen Belastungen ausgesetzt sind. Ich habe es fürs Staatsexamen und alle Abiturdurchgänge eingesetzt. Den Tipp hatte ich von einer sehr netten Mutter eines meiner Schüler, die an der Sportuni arbeitete und dort Hochleistungssportler irgendwelchen Testreihen unterzogen hat: die kam zum Tag der offenen Tür in unserer Schule, da steckte ich gerade im Examensstress und hatte Augenringe bis unter die Knie und sie hatte Mitleid.

Mir hilft's klasse, allerdings fange ich schon eine Woche vor der Belastungsphase damit an, es muss sich im Körper ansammeln.

Mein Mann nimmt's für Marathonvorbereitungen, und ich habe auch einige Schüler, die es vor dem Abi genommen haben - bisher habe ich keine Negativberichte gehört. Man muss aber - glaube ich - aufpassen, ob man gegen Vitamin B allergisch ist. Eine meiner Abiturientinnen arbeitet in der Vereinskneipe der Eintracht Frankfurt und die berichtete mir, dass die Spieler

das auch ständig nehmen (und sind die nicht wieder aufgestiegen?? 😊)
Gut für die Haut ist es auch noch.

Und Nüsse sind voll mit Kalium - das ist gut für die Nerven und die Konzentration und die vielen Kalorien in den Nüssen liefern Energie, ohne dass man sich vollgefressen fühlt und müde wird. Besser als Kaffee oder Traubenzucker - denn da geht die Energiekurve erst steil hoch und dann doppelt runter!

Wann geht's denn los bei dir?

Liebe Grüße
Meike

Beitrag von „das_kaddl“ vom 7. Juli 2006 22:44

Liebe Meike

Vielen Dank für die vielen Tipps. Ich werde mal losgehen und in einer Schweizer Apotheke nach "Vitasprint" fragen...

Zitat

Wann geht's denn los bei dir?

Äh, mit den Prüfungen? Seit Montag und bis nächsten Freitag. 😊

LG, das_kaddl.