

Der Lernplan zur **Gymiprüfung**

Die Gymiprüfung, offiziell als Zentrale Aufnahmeprüfung (ZAP) bezeichnet, ist ein entscheidender Schritt für Schülerinnen und Schüler in der Schweiz, die den Übertritt an ein Gymnasium anstreben. Eine sorgfältige und strukturierte Vorbereitung ist dabei unerlässlich. Nachfolgend findest du einen detaillierten Lernplan, wichtige Informationen zu Terminen und Kosten sowie allgemeine Tipps für eine erfolgreiche Vorbereitung.

↳ 1. Wichtige Informationen zur Gymiprüfung

Anmeldung: Die Anmeldung zur ZAP erfolgt in der Regel online über die Bildungsdirektion deines Kantons. Die Anmeldefristen variieren je nach Kanton, daher ist es wichtig, sich frühzeitig zu informieren. Die Anmeldegebühr beträgt meist 50 Franken und ist nicht erstattungsfähig.

Prüfungstermine: Die ZAP findet jährlich statt, wobei die genauen Termine je nach Kanton unterschiedlich sind. In der Regel liegen die Prüfungen im März oder April.



Ablauf:

Uhrzeit	Fach
08:00 bis 08.45	Deutsch: Sprachbetrachtung und Textverständnis
09:15 bis 10:15	Mathematik
10:45 bis 11:45	Deutsch: Verfassen eines Textes (Aufsatz)

Material und Hilfsmittel: Kandidat:innen sollen bzw. müssen folgendes Material zur Prüfung mitbringen: **Amtlicher Ausweis (Pass, Identitätskarte)**, Lineal & Schreibmaterial: Erlaubt sind Füllfeder, Kugelschreiber oder Filzstift in der Schreibfarbe Blau oder Schwarz. Tipp-Ex und Tintenkiller sind auch erlaubt. Bleistifte sind nur in den Geometrieaufgaben erlaubt und nur dort, wo dies ausdrücklich verlangt ist.

↳ 2. Lernplan für die Vorbereitung

Die Vorbereitungszeit kann je nach individuellem Kenntnisstand variieren. Ein Zeitraum von mind. 8 Wochen wird empfohlen.

→ Phase 1: Grundlagen (1. — 4. Woche)

- Informiere dich über die Prüfungsfächer und -themen der ZAP fürs Langzeitgymnasium (Mathematik, Deutsch Sprachbetrachtung und Aufsatz in deinem Kanton).
- Schaue dir an, welche Themen du bereits kennst, vielleicht schon beherrschst und welche dir noch unbekannt sind.
- Beginne mit der Wiederholung der Basisinhalte in Mathematik und Deutsch.
- Löse einfachere Aufgaben zu diesen Themen.

→ Phase 2: Wissen vertiefen (5. — 8. Woche)

- Arbeite intensiv an den Fächern, in denen du Verbesserungspotenzial siehst.
- Bearbeite frühere Prüfungsaufgaben und simuliere Prüfungssituationen. Anhand der alten Prüfungen lernst du am besten, wie die Prüfungsaufgaben funktionieren und wie schwierig sie sind.
- Arbeite dich in das Thema Aufsatzschreiben ein. Lerne grundlegende Theorien zum Thema Aufsatz schreiben (Textsorten, Aufbau des Aufsatzes, Was es zu beachten gibt).
- Vertiefung spezieller Themen: Konzentriere dich auf komplexe Themen oder Aufgabenstellungen, die dir bisher Schwierigkeiten bereitet haben.

→ Phase 3: letzte Vorbereitungen (9. — 16. Woche)

- Gehe den gesamten Prüfungsstoff erneut durch und festige dein Wissen. Finde heraus, welche Themen du noch intensiv lernen musst und konzentriere dich auf diese Themen
- Führe unter realistischen Bedingungen vollständige Prüfungssimulationen durch.
- Arbeite an den letzten Unsicherheiten und kläre offene Fragen.
- Lerne Methoden zur Stressbewältigung kennen, um am Prüfungstag ruhig und konzentriert zu bleiben (ruhiges Atmen & Entspannungstechniken).
- Stelle sicher, dass du alle notwendigen Unterlagen für die Prüfung bereit hast und der Prüfungsort bekannt ist.
- Gehe zwei Wochen vor der Prüfung nochmals alles einmal durch, damit du dir sicher bist, dass du alles gelernt hast.
- Sorge für ausreichend Schlaf und vermeide in den letzten Tagen vor der Prüfung neue Lerninhalte. Gehe am Abend vor der Prüfung rechtzeitig ins Bett, damit dein Hirn fit ist, Höchstleistungen zu bringen.

Allgemeine Tipps

Prüfungsangst bewältigen: Solltest du Nervosität verspüren, können Entspannungstechniken wie Atemübungen hilfreich sein. Halte kurz inne, konzentriere dich auf eine tiefe Atmung und atme langsam ein und aus. Sprich dir selbst Mut zu, denn du weißt, dass du das schaffen kannst.

Vorbereitung: Eine gute Vorbereitung ist das Wichtigste für ein Erfolg in der Prüfung. Je besser du dich vorbereitest, desto wahrscheinlicher ist es, dass du die Prüfung bestehst. So vermeidest du auch Prüfungsangst, da du weisst, dass du dich gut vorbereitet hast. Dabei spielt es keine Rolle, ob du nur 3 Wochen für die Vorbereitung brauchst oder dir lieber etwas länger Zeit lässt, damit du dich in deinem vollen Alltag in Ruhe vorbereiten kannst. Beginne einfach möglichst früh (mindestens 12 Wochen vorher) mit der Vorbereitung, dann hast du genügend Zeit alles stressfrei vorzubereiten.

Probezeit beachten: Nach erfolgreichem Bestehen der ZAP folgt eine Probezeit am Gymnasium. In dieser Zeit ist es wichtig, kontinuierlich gute Leistungen zu erbringen und sich gut zu organisieren. Mache dir aber im Vorhinein nicht zu grosse Sorgen oder Stress, denn es wird alles neu sind und sich mit der Zeit einpendeln.

Nachteilsausgleich: Solltest du aufgrund einer Beeinträchtigung besondere Unterstützung benötigen, informiere dich frühzeitig über die Möglichkeiten eines Nachteilsausgleichs.

