

H A O S A O F G A B E N H I E M



2025/26

Stundenplan

	Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
1.	07:50 – 08:35					
2.	08:35 – 09:20					
3.	09:20 – 10:05					
	10:05 – 10:35					
4.	10:35 – 11:20					
5.	11:20 – 12:05					
6.	12:05 – 12:50					
	12:50 – 13:20					
7.	13:20 – 14:05					
8.	14:05 – 14:50					
9.	14:50 – 15:35					

Ferienkalender 2025/26

September 2025	
1	Mo
2	Di
3	Mi
4	Do
5	Fr
6	Sa
7	So
8	Mo
9	Di
10	Mi
11	Do
12	Fr
13	Sa
14	So
15	Mo
16	Di
17	Mi
18	Do
19	Fr
20	Sa
21	So
22	Mo
23	Di
24	Mi
25	Do
26	Fr
27	Sa
28	So
29	Mo
30	Di

Oktober 2025	
1	Mi
2	Do
3	Fr
4	Sa
5	So
6	Mo
7	Di
8	Mi
9	Do
10	Fr
11	Sa
12	So
13	Mo
14	Di
15	Mi
16	Do
17	Fr
18	Sa
19	So
20	Mo
21	Di
22	Mi
23	Do
24	Fr
25	Sa
26	So
27	Mo
28	Di
29	Mi
30	Do
31	Fr

November 2025	
1	Sa
2	So
3	Mo
4	Di
5	Mi
6	Do
7	Fr
8	Sa
9	So
10	Mo
11	Di
12	Mi
13	Do
14	Fr
15	Sa
16	So
17	Mo
18	Di
19	Mi
20	Do
21	Fr
22	Sa
23	So
24	Mo
25	Di
26	Mi
27	Do
28	Fr
29	Sa
30	So

Dezember 2025	
1	Mo
2	Di
3	Mi
4	Do
5	Fr
6	Sa
7	So
8	Mo
9	Di
10	Mi
11	Do
12	Fr
13	Sa
14	So
15	Mo
16	Di
17	Mi
18	Do
19	Fr
20	Sa
21	So
22	Mo
23	Di
24	Mi
25	Do
26	Fr
27	Sa
28	So
29	Mo
30	Di
31	Mi

Januar 2026	
1	Do
2	Fr
3	Sa
4	So
5	Mo
6	Di
7	Mi
8	Do
9	Fr
10	Sa
11	So
12	Mo
13	Di
14	Mi
15	Do
16	Fr
17	Sa
18	So
19	Mo
20	Di
21	Mi
22	Do
23	Fr
24	Sa
25	So
26	Mo
27	Di
28	Mi
29	Do
30	Fr
31	Sa

Februar 2026	
1	So
2	Mo
3	Di
4	Mi
5	Do
6	Fr
7	Sa
8	So
9	Mo
10	Di
11	Mi
12	Do
13	Fr
14	Sa
15	So
16	Mo
17	Di
18	Mi
19	Do
20	Fr
21	Sa
22	So
23	Mo
24	Di
25	Mi
26	Do
27	Fr
28	Sa

März 2026	
1	So
2	Mo
3	Di
4	Mi
5	Do
6	Fr
7	Sa
8	So
9	Mo
10	Di
11	Mi
12	Do
13	Fr
14	Sa
15	So
16	Mo
17	Di
18	Mi
19	Do
20	Fr
21	Sa
22	So
23	Mo
24	Di
25	Mi
26	Do
27	Fr
28	Sa
29	So
30	Mo
31	Di

April 2026	
1	Mi
2	Do
3	Fr
4	Sa
5	So
6	Mo
7	Di
8	Mi
9	Do
10	Fr
11	Sa
12	So
13	Mo
14	Di
15	Mi
16	Do
17	Fr
18	Sa
19	So
20	Mo
21	Di
22	Mi
23	Do
24	Fr
25	Sa
26	So
27	Mo
28	Di
29	Mi
30	Do

Mai 2026	
1	Fr
2	Sa
3	So
4	Mo
5	Di
6	Mi
7	Do
8	Fr
9	Sa
10	So
11	Mo
12	Di
13	Mi
14	Do
15	Fr
16	Sa
17	So
18	Mo
19	Di
20	Mi
21	Do
22	Fr
23	Sa
24	So
25	Mo
26	Di
27	Mi
28	Do
29	Fr
30	Sa
31	So

Juni 2026	
1	Mo
2	Di
3	Mi
4	Do
5	Fr
6	Sa
7	So
8	Mo
9	Di
10	Mi
11	Do
12	Fr
13	Sa
14	So
15	Mo
16	Di
17	Mi
18	Do
19	Fr
20	Sa
21	So
22	Mo
23	Di
24	Mi
25	Do
26	Fr
27	Sa
28	So
29	Mo
30	Di

Juli 2026	
1	Mi
2	Do
3	Fr
4	Sa
5	So
6	Mo
7	Di
8	Mi
9	Do
10	Fr
11	Sa
12	So
13	Mo
14	Di
15	Mi
16	Do
17	Fr
18	Sa
19	So
20	Mo
21	Di
22	Mi
23	Do
24	Fr
25	Sa
26	So
27	Mo
28	Di
29	Mi
30	Do
31	Fr

August 2026	
1	Sa
2	So
3	Mo
4	Di
5	Mi
6	Do
7	Fr
8	Sa
9	So
10	Mo
11	Di
12	Mi
13	Do
14	Fr
15	Sa
16	So
17	Mo
18	Di
19	Mi
20	Do
21	Fr
22	Sa
23	So
24	Mo
25	Di
26	Mi
27	Do
28	Fr
29	Sa
30	So
31	Mo

Ferienkalender 2025/26

15. September 2025

16. September 2025

17. September 2025

18. September 2025

19. September 2025

Notizen



22. September 2025

23. September 2025

24. September 2025

25. September 2025

26. September 2025

Notizen



29. September 2025

30. September 2025

01. Oktober 2025

02. Oktober 2025

03. Oktober 2025

Notizen



06. Oktober 2025

07. Oktober 2025

08. Oktober 2025

09. Oktober 2025

10. Oktober 2025

Notizen



13. Oktober 2025

14. Oktober 2025

15. Oktober 2025

16. Oktober 2025

17. Oktober 2025

Notizen



20. Oktober 2025

21. Oktober 2025

22. Oktober 2025

23. Oktober 2025

24. Oktober 2025

Notizen



27. Oktober 2025

28. Oktober 2025

29. Oktober 2025

30. Oktober 2025

31. Oktober 2025

Notizen



Herbstferien

(03.11.2025 bis 07.11.2025)



10. November 2025

11. November 2025

12. November 2025

13. November 2025

14. November 2025

Notizen



17. November 2025

18. November 2025

19. November 2025

20. November 2025

21. November 2025

Notizen



24. November 2025

25. November 2025

26. November 2025

27. November 2025

28. November 2025

Notizen



01. Dezember 2025

02. Dezember 2025

03. Dezember 2025

04. Dezember 2025

05. Dezember 2025

Notizen



08. Dezember 2025

09. Dezember 2025

10. Dezember 2025

11. Dezember 2025

12. Dezember 2025

Notizen



15. Dezember 2025

16. Dezember 2025

17. Dezember 2025

18. Dezember 2025

19. Dezember 2025

Notizen



Weihnachtsferien

(22.12.2025 bis 05.01.2026)



05. Januar 2026

06. Januar 2026

07. Januar 2026

08. Januar 2026

09. Januar 2026

Notizen



12. Januar 2026

13. Januar 2026

14. Januar 2026

15. Januar 2026

16. Januar 2026

Notizen



19. Januar 2026

20. Januar 2026

21. Januar 2026

22. Januar 2026

23. Januar 2026

Notizen



26. Januar 2026

27. Januar 2026

28. Januar 2026

29. Januar 2026

30. Januar 2026

Notizen



02. Februar 2026

03. Februar 2026

04. Februar 2026

05. Februar 2026

06. Februar 2026

Notizen



09. Februar 2026

10. Februar 2026

11. Februar 2026

12. Februar 2026

13. Februar 2026

Notizen



Faschingsferien

(16.02.2026 bis 20.02.2026)



23. Februar 2026

24. Februar 2026

25. Februar 2026

26. Februar 2026

27. Februar 2026

Notizen



02. März 2026

03. März 2026

04. März 2026

05. März 2026

06. März 2026

Notizen



09. März 2026

10. März 2026

11. März 2026

12. März 2026

13. März 2026

Notizen



16. März 2026

17. März 2026

18. März 2026

19. März 2026

20. März 2026

Notizen



23. März 2026

24. März 2026

25. März 2026

26. März 2026

27. März 2026

Notizen



Osterferien

30.03.2026 bis 10.04.2026)



13. April 2026

14. April 2026

15. April 2026

16. April 2026

17. April 2026

Notizen



20. März 2026

21. April 2026

22. April 2026

23. April 2026

24. April 2026

Notizen



27. April 2026

28. April 2026

29. April 2026

30. April 2026

01. Mai 2026

Notizen



04. Mai 2026

05. Mai 2026

06. Mai 2026

07. Mai 2026

08. Mai 2026

Notizen



11. April 2026

12. Mai 2026

13. Mai 2026

14. Mai 2026

15. Mai 2026

Notizen



18. Mai 2026

19. Mai 2026

20. Mai 2026

21. Mai 2026

22. Mai 2026

Notizen



Pfingstferien

26.05.2026 bis 05.06.2026)



08. Juni 2026

09. Juni 2026

10. Juni 2026

11. Juni 2026

12. Juni 2026

Notizen



15. Juni 2026

16. Juni 2026

17. Juni 2026

18. Juni 2026

19. Juni 2026

Notizen



22. Juni 2026

23. Juni 2026

24. Juni 2026

25. Juni 2026

26. Juni 2026

Notizen



29. Juni 2026

30. Juni 2026

01. Juli 2026

02. Juli 2026

03. Juli 2026

Notizen



06. Juli 2026

07. Juli 2026

08. Juli 2026

09. Juli 2026

10. Juli 2026

Notizen



13. Juli 2026

14. Juli 2026

15. Juli 2026

16. Juli 2026

17. Juli 2026

Notizen



20. Juli 2026

21. Juli 2026

22. Juli 2026

23. Juli 2026

24. Juli 2026

Notizen



27. Juli 2026

28. Juli 2026

29. Juli 2026

30. Juli 2026

31. Juli 2026

Notizen



Sommerferien

(03.08.2026 bis 14.09.2026)



Lerntipps

für unsere Schülerinnen und Schüler

„Lernen ist das Spiel, das im Leben am meisten Spaß macht. Alle Kinder kommen zur Welt mit diesem Glauben, und sie halten daran fest, bis wir sie überzeugen, dass Lernen wirklich harte und unerfreuliche Arbeit ist.“

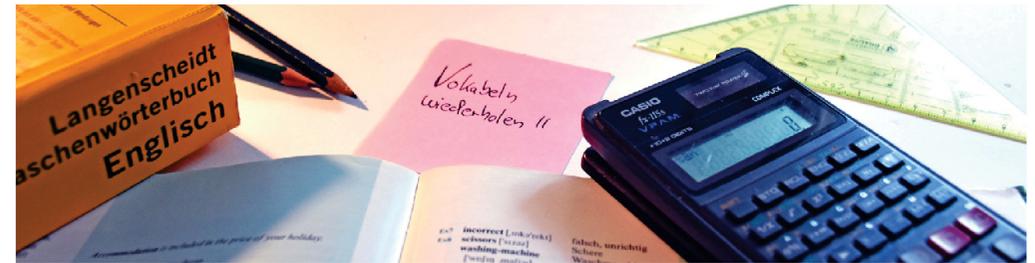
Claudia Monnet

Liebe Schülerin, lieber Schüler, liebe Eltern, die Freiheit, lernen zu dürfen, ist ein großartiges Privileg! Es bereitet Freude, sich die Welt Stück für Stück zu erschließen und besser zu verstehen, sich in fremden Sprachen verständigen zu können und sich Wissen in verschiedensten Bereichen anzueignen. Aber Lernen für die Schule ist bisweilen auch mühsam und manchmal strengt man sich an und hat trotzdem nicht den gewünschten Erfolg. Damit du die Freude am Lernen behältst und deine Ziele erreichen kannst und damit Sie Ihr Kind gut unterstützen können, haben wir einige Tipps fürs Lernen zusammengestellt.

Tobias Schreiner
Schulleiter

Lernplanung

- Notiere deine wichtigsten Termine (z. B. Schulaufgaben) schriftlich in einem Terminkalender. Einen Ferienkalender findest du z. B. hier: <https://www.km.bayern.de/ministerium/termine/ferientermine.html>
- Trage deine Hausaufgaben ins Hausaufgabenheft ein.
- Bereite dich auf Schulaufgaben und andere Prüfungen frühzeitig und in Portionen vor.



Hausaufgaben

Beginne nicht gleich nach dem Mittagessen, sondern ruhe dich zunächst etwa eine halbe Stunde aus. Lerne möglichst zu festen Zeiten. Nimm zuerst die leichteren Aufgaben in Angriff. Wenn viel zu lernen ist, erstelle dir einen kleinen Tagesplan. Ein Notizheft kann dir dabei gute Dienste leisten. Hake ab, was erledigt ist.

Heftführung

Schreibe leserlich und zeichne sauber. Vergiss nicht die Überschrift und das Datum. Hebe Wichtiges durch Unterstreichen und Markieren hervor. Kontrolliere abschließend deinen Hefteintrag, damit du nichts Falsches lernst.

Arbeitsplatzgestaltung

Räume vor dem Lernen deinen Schreibtisch auf, nimm ablenkende Sachen aus dem Blickfeld. Handy aus und weg, Musik aus, Fernseher aus, ... aus!

Mehrkanaliges Lernen

Eigne dir den Lernstoff nicht nur durch Lesen und Anschauen an, sondern nutze und kombiniere auch andere Lernkanäle wie beispielsweise Sprechen, Hören, Schreiben, Bilder anfertigen, Handeln (z. B. Rollenspiel).

Gedächtnisstützen

Verwende bei schwer einprägbarem Lernstoff Zeichnungen, Bilder, Merkwörter oder Abkürzungen als Erinnerungstützen. Klebe Klebezettel mit „Unmerkbar“ an den Badspiegel oder den Kühlschrank.

Vokabellernen

Lies die Vokabeln zunächst laut und kontrolliere dann mehrmals schriftlich, bis sie sitzen. Mache nach 8 bis 10 Vokabeln eine kleine Pause, lerne insgesamt nicht mehr als 30 bis 40 pro Tag. Bedenke aber, dass es weitaus effektiver ist, kleine Portionen auf mehrere Tage verteilt zu lernen, als an einem Tag eine große Menge schaffen zu wollen! Markiere schwer merkbare Vokabeln im Vokabelheft oder übertrage sie auf Lernkarteikarten und wiederhole sie während des Schuljahres immer wieder. Du kannst zum Vokabellernen auch eine App einsetzen (z. B. phase6).



Mathelernen

Gestalte dein Matheheft sauber und übersichtlich. Hebe Merksätze und Formeln besonders hervor. Trainiere schwierige Übungsaufgaben zu Hause nochmals schriftlich, d.h. rechne so lange, bis du ohne zu „spicken“ alleine die Lösung findest. Skizzen können dir bei der Lösungsfindung helfen. Notiere Nebenrechnungen und Überlegungen auf einem extra Blatt, „jongliere“ nicht zu viel im Kopf.

Textlernen

Lerne lange Lerntexte nicht auf einmal, sondern schrittweise:

- Schritt 1: Überfliegen
- Schritt 2: Gründlich lesen
- Schritt 3: Wichtiges ausschreiben, unterstreichen, in eigenen Worten zusammenfassen
- Schritt 4: Wiederholen
- Schritt 5: Prüfe durch Aufsagen oder stichwortartiges Aufschreiben, ob du wesentliche Textinhalte verstanden und behalten hast

Vorbereitung auf die „Nebenfächer“ nicht vergessen

Wenn du die schriftlichen Hausaufgaben erledigt hast, bist du noch nicht fertig: Bereite dich auch auf die anderen Fächer am nächsten Tag vor (kommt evtl. eine Stegreifaufgabe?). Lies die Hefteinträge nochmals durch, lerne die Fachbegriffe, schlage im Buch nochmals nach.

Lernstoffwechsel

Beschäftige dich nicht zu lange mit demselben Stoff, sondern schiebe ein anderes Fach dazwischen. Lerne ähnliche Fächer nicht hintereinander. Wechsle zwischen schriftlichen und mündlichen Aufgaben.

Lernkontrolle

Prüfe, ob das Gelernte auch tatsächlich sitzt: Gib das Wichtigste in Stichworten wieder, stelle dir selbst Fragen und beantworte sie, löse Übungsaufgaben, lass dich abfragen.



Lernpausen

Lerne nach dem Rhythmus von Anspannung und Entspannung. Lerne nicht zu lange an einem Stück, sondern lege immer wieder Pausen ein. Baue in den Pausen Lernstress ab, mache z. B. Dehn- und Streckübungen, atme tief ein und aus, höre Musik oder trinke etwas Tee. Die Konzentrationsdauer hängt von vielen verschiedenen Faktoren ab und ist individuell unterschiedlich. Bei Schülerinnen und Schülern der Realschule geht man von etwa 30 Minuten höchster Konzentrationsfähigkeit aus.

Lücken schließen

Lücken, die nach Prüfungen sichtbar werden, solltest du durch gezieltes Wiederholen und Auffrischen schnell schließen. Markiere schwer merkbaren Lernstoff in deinem Heft oder lerne mithilfe von Karteikarten (Vorderseite: Frage – Rückseite: Antwort) und wiederhole regelmäßig. Notiere Fragen, die sich beim Lernen ergeben, und kläre diese mit der Lehrkraft oder im Freundeskreis.

Motivationstipps

Trotz aller Tipps kann man sich manchmal nur schwer zum Lernen aufraffen.

- Schiebe das, was du lernen musst, nicht auf. Tu's gleich! Der Ärger, den du später mit dem aufgeschobenen Lernstoff hast, ist sicherlich unangenehmer als die momentane Unlust.
- Wärme dich vor dem Lernstart auf. Räume deinen Arbeitsplatz auf. Beseitige das, was dich ablenken könnte. Atme tief ein und aus. Spanne deine Hände, Arme und Beine fest an und lass sie nach 10 Sekunden wieder los. Eigne dir ein „Lernritual“ an!
- Setze dir Ziele. Dabei kann dir ein kleiner Lernplan, auf dem geschrieben steht, was du erreichen möchtest, nützlich sein. Unterscheide dabei zwischen Muss- und Kann-Zielen. Hake ab, was du erledigt hast.
- Bewältige größere Lernaufgaben wie Schulaufgaben Schritt für Schritt. Fange frühzeitig an und bewältige den Weg in Etappen.
- Belohne dich, wenn du eine Lernaufgabe erledigt oder ein Ziel erreicht hast. Unternimm z. B. etwas, das dir Freude macht!



- Hast du eine gute Note erhalten, so werte diese nicht ab, indem du sie auf den Zufall oder auf leichte Aufgaben zurückführst. Betrachte sie als Lohn deiner Anstrengung und als Beweis deiner Fähigkeit.
- Vermeide es zu lange an einem Stoff zu lernen. Wirke dem „Überlernen“ entgegen, indem du eine Pause einlegst oder einen anderen Lernstoff dazwischenschiebst. Um dem zeitlichen Stress in Prüfungen vorzubeugen, ist es sinnvoll mit dem Timer zu arbeiten („Was schaffe ich in einer halben Stunde?“). Außerdem fördert das deine Konzentration.
- Sage nie vorschnell, dass du ein Fach oder einen Stoff nicht magst oder nicht kannst. Wenn du genauer nachdenkst, wirst du etwas finden, das dich interessiert oder neugierig macht.
- Informiere dich möglichst bald über interessante Berufsziele. Zielorientierungen üben auf das Lernverhalten eine wichtige Zugkraft aus.
- Vielleicht kannst du in einer Lerngruppe besser lernen, weil dich deine Klassenkameraden motivieren können und ihr gemeinsam offene Fragen besprechen könnt. Aber Achtung: Wird es eine „Ratschgruppe“, ist das Ziel verfehlt!

Lernen und neue Medien

Internetrecherche, Computerprogramme und Smartphone-Apps können dir beim Lernen helfen und machen Spaß. Betrüge dich aber nicht selbst! Bleib bei der Sache, checke nicht nebenbei Nachrichten und lass dich auch nicht von Spielen oder Webseiten ablenken.

Je nach Betriebssystem gibt es verschiedene Apps zum lernen, z. B.:

- Phase6 oder quizlet (Apps zum Vokabellernen)
- Photomath (diese App löst handschriftliche Mathe-Aufgaben und erklärt sogar den Lösungsweg)
- Multiplication Table, MultiCow oder Little Professor (Apps zum Lernen und Wiederholen des 1x1)
- Schlaukopf (zum Wiederholen von Lernstoff, für alle Fächer geeignet)
- www.LearningApps.org (hier kannst du Fach und Thema auswählen um anschließend spielerisch den Stoff zu wiederholen)



Lernen und Ernährung

- Vermeide zu viele Süßigkeiten, iss besser Obst, Gemüse, Joghurt oder einen Müllriegel.
- Traubenzucker? Besser nicht! Er putscht 20 Minuten extrem auf, danach fühlst du dich müder als vorher.
- Nüsse stärken die Konzentration und dein Gedächtnis - nicht grundlos gibt es „Studentenfutter“.
- Äpfel sind der „Ferrari“ unter den Zwischensnacks und der absolute Geheimtipp für gute und ausdauernde Konzentration.
- Du vermeidest Müdigkeit und Kopfschmerzen, indem du regelmäßig Wasser trinkst.

Unterstützung und Beratung

Falls es mit dem Lernen und den Noten nicht wie gewünscht klappt, kannst du dich für konkrete Lerntipps jederzeit an deine jeweilige Fachlehrkraft wenden. Daneben stehen dir auch unsere Beratungslehrerin Frau Götz und unser Schulpsychologe Herr Wimmer zur Verfügung. Hast du weitere Fragen zum Lernen mit den neuen Medien? Fürchtest du, viel zu viel vor deinem PC oder Smartphone zu hängen? Herr Wittmann und Herr Weber, unsere medienpädagogisch-informationstechnischen Berater, sind geeignete Ansprechpartner. Machst du dir Gedanken über die richtige Ernährung, sprich mit Frau Mehl oder Herrn Heumann. Selbstverständlich hat auch dein Schulleiter, Herr Schreiner, bei Fragen und Problemen ein offenes Ohr für dich!

**Viel Erfolg beim Lernen wünschen dir
alle Lehrkräfte deiner Realschule Tegernseer Tal!**

Die letzte Seite...