

TIPPS ZUM HOME-LEARNING

Liebe Schülerin! Lieber Schüler!

Die Schulsperre aufgrund des Coronavirus führt dazu, dass wir alle unser Lernen umstellen müssen. Du machst deine Aufgaben von zuhause aus und musst dein Lernen selbstständig planen. Dazu findest du hier Tipps und Arbeitsmethoden, die dein Lernen erfolgreich machen sollen. Wenn du diese Tipps einhältst, wirst du tolle Erfolge erzielen können.

1. Fixe Arbeitszeiten:

Wähle für dein Home-Learning **fixe** Arbeitszeiten aus. Am Vormittag ist die Zeit von **9.00 bis 12.00** und am Nachmittag **14.00 bis 17.00** sehr gut geeignet.

Die Arbeitszeiten kannst du natürlich auch flexibel gestalten. Spät **abends** solltest du auf jeden Fall **nicht** mehr für die Schule lernen oder arbeiten.

2. Organisation ist alles:

Mache dir täglich eine **To-Do-Liste** mit fixen Arbeitszeiten und trage dir täglich deine **Aufgaben** ein. Das kannst du auf deinem Smartphone mit Microsoft ToDo (<https://to-do.office.com/>) oder mit einem Kalender oder auf einem Blatt Papier machen. Deine To-Do-Liste sollte immer **sichtbar** am Arbeitsplatz sein.

Markiere alle Aufgaben, die du schon erledigt hast. Du kannst am Ende des Tages stolz auf dich sein, wenn auf deiner Liste alle Aufgaben erledigt sind.

Halte alle **Unterlagen**, die du zum Lernen und Arbeiten brauchst, bereit.

Plane deine Arbeit in **kleinen Schritten**. Mache nicht alle Aufgaben auf einmal und hebe dir vor allem nicht alle Aufgaben für den letztmöglichen Termin auf.

3. Eigenverantwortung und Selbstdisziplin:

DU bist für die Einteilung deiner Aufgaben verantwortlich. Deine Lehrerinnen und Lehrer versuchen dich zu unterstützen, indem sie dir deine Aufgaben „häppchenweise“ und nicht alles auf einmal geben. Deine Eltern können dich sicher unterstützen, aber die Verantwortung für deine Aufgaben trägst du.

Motiviere dich, indem du dir konkrete, erreichbare Ziele setzt und dich nach dem Erreichen dieser Ziele **belohnst**.

4. Sorge für Abwechslung:

Gestalte dein Lernen **abwechslungsreich**. Lerne **keine ähnlichen Fächer** hintereinander. Beispiele dafür sind Deutsch und Englisch oder Mathematik und Physik.

Verbinde das Arbeiten für die Schularbeitsfächer und Lerngegenstände mit künstlerischen Fächern wie BE oder Musikerziehung. Versuche zwischen diesen Lerneinheiten eine **Sporteinheit** einzubauen. Bewegung hält fit, stärkt das Immunsystem und fördert die **Konzentrationsfähigkeit**.

5. Der richtige Arbeitsplatz:

Suche dir einen fixen Arbeitsplatz, an dem du immer arbeitest. Am besten dafür geeignet ist der **Schreibtisch** in deinem Zimmer – wenn vorhanden.

Du brauchst auf jeden Fall einen Arbeitsplatz, wo du in **Ruhe** arbeiten kannst.

Der **Fernseher**, das Radio oder lärmende Geschwister sind keine gute Unterstützung beim Lernen. Auch dein **Smartphone** hat am Arbeitsplatz nichts zu suchen. Kontakte mit FreundInnen und KlassenkollegInnen pflegst du am besten in der Freizeit. Sei ehrlich zu dir selbst und verwende das Smartphone wirklich nur, wenn du für die Schule arbeitest.

6. Pausen sind wichtig:

Zum erfolgreichen Lernen gehören auch **Pausen** – aber richtig!

Mache nach **30 bis 45 Minuten** eine kleine Pause von ca. 5 Minuten.

Mache nach **zwei bis drei Lerneinheiten** eine Pause von 10 bis 15 Minuten.

Mache nach dem Lernen am **Vormittag** und am **Nachmittag** eine lange Pause.

Was sollst du in den kurzen Pausen machen?

Wasser trinken, Obst oder ein paar Nüsse essen, tratschen, bewegen, an die frische Luft gehen, die Katze streicheln „Den Kopf frei kriegen“

Was solltest du in den kurzen Pausen nicht machen?

Fernsehen (ehrlich – wer dreht wirklich nach 5 Minuten wieder ab?), Computer spielen, lesen Dein Gehirn braucht Erholung!

**Viel Spaß und Erfolg beim Home-Learning und auf ein
baldiges Wiedersehen in der Schule!**