

# ZU HAUSE LERNEN? DIESE 5 TIPPS HELFEN DIR!

---

## 1. AUSSCHLAFEN JA – ABER DANN GEHT'S LOS!

Das Gute am Fernunterricht ist, dass Du nicht morgens um sieben müde in Dein Müsli guckst oder sogar schon an der Bushaltestelle stehen musst. Also schlaf ruhig ein bisschen länger. Aber starte dann nach dem Aufstehen auch direkt deinen Schultag. Morgens stehen die Hausaufgaben auf dem Programm, damit Du den Nachmittag für Dich hast.

## 2. VERSCHAFF DIR EINEN ÜBERBLICK

In diesen Tagen flattern gefühlt unablässig neue Aufgaben ins Haus. Das kann schnell dazu führen, dass Du Dich von der Arbeit überrollt fühlst und nicht weißt, wo Du anfangen sollst. Beginne Deinen Tag daher damit, die anstehenden Aufgaben zu sichten und nach Dringlichkeit und Wichtigkeit zu sortieren. Die Aufgaben, die sehr bald abgegeben werden müssen und auch wichtig sind, weil es Pflichtaufgaben sind, machst du zuerst. Aufgaben, die noch etwas Zeit haben, kannst Du weiter nach hinten schieben. Weiter unten findest Du eine Hilfe, um die Aufgaben entsprechend zu sortieren.

## 3. SCHAFTE DIR DEINEN HOME-OFFICE ARBEITSPLATZ

Wie viele Eltern verbringst Du jetzt auch viel mehr Zeit an Deinem Schreibtisch zu Hause. Du hast es verdient, diese Zeit in einer angenehmen Umgebung zu verbringen. Also starte in die Arbeit, indem Du Deinen Arbeitsplatz einmal gründlich aufräumst und reinigst. Danach wird es einfacher: Wenn Du eine Aufgabe abgeschlossen hast, räume Deine Arbeitsmaterialien wie das Buch oder das Arbeitsheft gleich weg. Das gibt ein gutes Gefühl!

## 4. MACH MAL PAUSE!

Genauso wie in der Schule brauchst Du auch beim Arbeiten zu Hause ab und zu eine Pause. Plan diese Pausen ein – am besten immer dann, wenn Du eine größere Aufgabe abgeschlossen hast. Steh auf und bewege Dich, wenn Du kannst, geh ein bisschen an die frische Luft. Auch wenn es verlockend ist: Netflix oder Fortnite sind die falschen Beschäftigungen für eine Pause, die dich fit machen soll für die nächste Runde im Schüler-Home-Office!

## 5. VERLASS DICH AUF DEINE KLASSENGEMEINSCHAFT

Wenn Du zu Hause lernst, kann es sein, dass Du Dich manchmal ganz schön alleine fühlst und bei Schwierigkeiten einfach nicht weiter kommst. Kein Wunder – im Klassenunterricht kannst Du schnell mal nachfragen, wenn Du etwas nicht verstehst, zu Hause kämpft jeder erst einmal für sich alleine. Aber das muss nicht sein – bleib in Kontakt mit Deinen Klassenkameraden. Wenn Du nicht weiter kommst, kannst Du die Mitschüler oder deinen Lehrer / deine Lehrerin fragen. Per WhatsApp, Mail oder Telefon geht das gut. Biete auch selber Deine Hilfe an!

# AUFGABEN ORGANISIEREN – DAS EISENHOWER–KREUZ HILFT DIR DABEI

Um Dir einen Überblick über die anstehenden Aufgaben zu verschaffen, kannst Du diese Tabelle, das sogenannte „Eisenhower-Kreuz“ verwenden. Zeichne Dir dafür einfach ein Kreuz auf ein Blatt Papier und trage die anstehenden Aufgaben in die entsprechenden Felder.

<p><b>Sehr wichtig</b></p>	<p>Hier trägst Du die Aufgaben ein, die dringend erledigt werden müssen und die wichtig sind.</p> <p>Zum Beispiel eine verpflichtende Hausaufgabe, die bis zum Abend abgegeben werden muss.</p> <p>Diese Aufgaben erledigst Du als erstes.</p>	<p>Hier trägst Du die Aufgaben ein, für die Du mehr Zeit hast, die aber trotzdem nicht vergessen werden dürfen, also zum <b>Beispiel langfristig gestellte Hausaufgaben.</b></p> <p>Schreib Dir am besten dazu, bis wann sie fertig sein müssen und wann Du dafür vielleicht Zeit hast.</p> <p>Du kannst Dir auch einen festen Termin in der Woche setzen, der nur für Aufgaben aus diesem Bereich reserviert ist. Zum Beispiel Freitagnachmittag 16.00 – 16.30. Danach kannst Du entspannt ins Wochenende gehen.</p>
<p><b>Nicht wichtig</b></p>	<p>Hier trägst Du die Aufgaben ein, die dringend erledigt werden müssen, aber nicht so wichtig sind.</p> <p>Zum Beispiel eine freiwillige Zusatzaufgabe für Eure Arbeitsgruppe, die aber bis zum Abend abgegeben werden muss.</p> <p>Bevor Du diese Aufgaben angehst, überleg erstmal: Muss ich alle Aufgaben selbst erledigen oder kann ich sie vielleicht mit meiner Gruppe aufteilen? Wer kann mir bei der Erledigung helfen? Hilft mir die Erledigung, damit ich mich besser fühle?</p>	<p>In dieses Feld kommen zum <b>Beispiel langfristig gestellte freiwillige Zusatzaufgaben.</b> Du kannst selber entscheiden, ob Du noch Zeit dafür findest und ob Du Lust hast, sie zu erledigen.</p> <p>Viele Aufgaben aus diesem Feld lohnen sich, weil sie Spaß machen. Aber wenn Du diese Aufgaben nicht angehen möchtest und keine Zeit dafür findest, kannst Du sie einfach streichen.</p>
	<p><b>Sehr dringend</b></p>	<p><b>Nicht dringend</b></p>