

Tipps für das Lernen zuhause

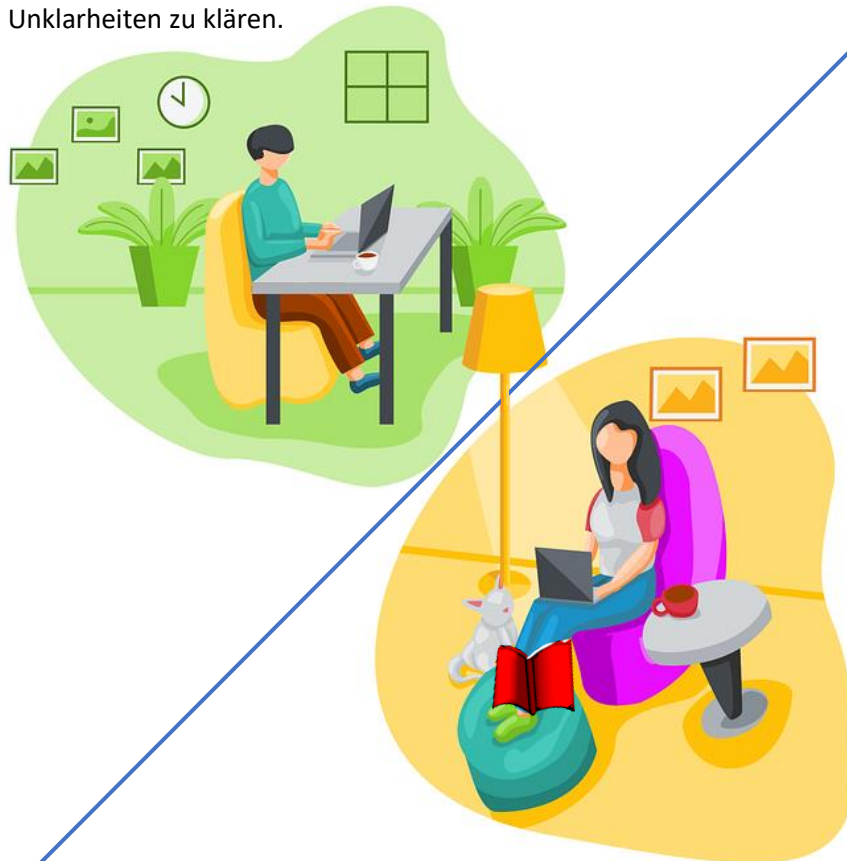
Schaffe die notwendigen Voraussetzungen, um konzentriert lernen und arbeiten zu können.

Achte dabei auf folgende Punkte:

- Suche dir einen ruhigen Arbeitsplatz**, an dem du ungestört lernen kannst! Musik beeinträchtigt das Lernen erheblich. Auch ein Arbeitsplatz am Küchentisch ist nicht immer empfehlenswert, da dich hier zu viel ablenken kann.
- Behalte nur Arbeitsmaterialien und Bücher auf deinem Schreibtisch, die du gerade für deine Aufgabe benötigst** (z.B. Englischbuch für deine Englischhausaufgabe)! Alle anderen Schulsachen sollen griffbereit (z.B. im Regal) sein.
- Nutze eine Uhr oder einen Wecker!** Nur wenn du die Zeit im Blick behalten kannst, kannst du auch rechtzeitig zu Videokonferenzen erscheinen und Abgaben einhalten.
- Schalte dein Handy ganz aus oder lege es weg!** Noch besser: Gib es am besten bei deinen Eltern ab, während du lernst – so verhinderst du, unnötig abgelenkt zu werden.

Folgende Tipps helfen dir ebenfalls beim Lernen:

- Nutze einen Wochenplan!**
- Lege klare Ziele fest:** „Was willst du heute erreichen? Was musst du heute abgeben?“
- Markiere Abgabefristen rot und trage sie in deinen Wochenplan ein!**
- Verabrede dich mit Freunden zu einer Videokonferenz**, um gemeinsam Arbeitsaufträge zu bearbeiten! Gemeinsam kann auch mal eine langweilige Aufgabe Spaß machen. Außerdem hast du die Gelegenheit, sofort Fragen zu stellen und Unklarheiten zu klären.



Achte auf ausreichend Freizeit!

- Denke an regelmäßige Trink- und Bewegungspausen!
- Belohne dich nach der Arbeit mit etwas Schönerem: Musik hören, mit Freunden telefonieren, ein Buch lesen, an die frische Luft gehen, Sport, ...

Hinweis für die Eltern: Überprüfen Sie die Einstellungen des Tablets bzw. des Laptops und richten sie das Gerät so ein, dass während der Lernzeit nur Apps, Programme und Internetseiten (z.B. mebis) zur Verfügung stehen, die auch wirklich zum Lernen und Arbeiten benötigt werden.



Tipps für die Lernplanung

- ✓ **Nutze einen Wochenplan!**
Ein Wochenplan ist sehr nützlich, da du auf den ersten Blick sehen kannst, welche Aufgabe wann auf dem Programm steht!
- ✓ **Halte dich an feste Lernzeiten: Orientiere dich dazu am besten an deinem regulären Stundenplan!**
Beispiel: Wenn am Montag in der 3. Stunde Englisch auf dem Plan steht, dann bearbeite auch zu Hause in dieser Zeit deine Arbeitsaufträge in Englisch! So kannst du sicher sein, dass du kein Fach vergisst und immer für Abwechslung gesorgt ist!
- ✓ **Denke an regelmäßige Pausen!**
Pausen sind wichtig, da sie dir eine gute Gelegenheit bieten, dich zu bewegen, frische Luft in dein Zimmer zu lassen und auch mal eine Kleinigkeit zu essen und zu trinken!
- ✓ **Markiere dir Videokonferenzen und Abgaben (in mebis) fett und rot in deinem Wochenplan!**
Um keine Videokonferenz und keine Abgabe zu versäumen, ist es hilfreich, diese Termine deutlich in deinem Wochenplan zu markieren. Die Abbildung rechts dient dir als Beispiel!
- ✓ **Setze einen Haken ✓ hinter alle Arbeitsaufträge, die du schon erledigt hast!**
- ✓ **Markiere alle Arbeitsaufträge, die du nicht schaffst mit einem roten Kreuz (X)!**
So weißt du genau, was du noch erledigen musst und was du schon erledigt hast.
Wenn du einen Arbeitsauftrag nicht fertig bearbeiten kannst, weil z.B. eine Videokonferenz auf dich wartet, dann zeigt dir das rote Kreuz, dass du zu einem späteren Zeitpunkt, aber noch am selben Tag eine Aufgabe abschließen musst!
Trage dann am besten diese Aufgabe als Hausaufgabe in deinen Wochenplan ein! (siehe roter Pfeil in der Abbildung rechts)
- ✓ **Lege Routinen fest!**
Vor allem bei wiederkehrenden Aufgaben, die eine regelmäßige Wiederholung erfordern, ist es hilfreich, eine klare Routine für sich zu entdecken. Lerne z.B. deine Vokabeln jeden Tag zur gleichen Uhrzeit (hier: um 14 Uhr). So musst du nach deiner Mittagspause nicht groß überlegen, was noch zu tun ist. Du kannst sofort starten!
- ✓ **Plane ausreichend Freizeit für dich ein!**

Weitere Tipps:

- ✓ Nutze für jedes Fach eine eigene Farbe!
- ✓ Überlege dir eigene Abkürzungen, z.B. **VK** für Videokonferenz.
- ✓ Tausche dich mit Mitschülerinnen und Mitschülern aus, um zu erfahren, wie diese das Lernen zu Hause organisieren!

Zeit	Montag	
7:45 – 8:30 Uhr	VK Mathe	✓
8:30 – 9:15 Uhr	VK Geschichte	✓
9:15 – 9:35 Uhr		
9:35 – 10:20 Uhr	Englisch	X
10:20 – 11:05 Uhr	VK Kunst	✓
11:05 – 11:20 Uhr		
11:20 – 12:05 Uhr	NuT	✓
12:05 – 12:50 Uhr	Musik	✓
12:50 – 14:00 Uhr		
14:00 – 14:45 Uhr	Vokabeln lernen Englisch (Workbook, p. 44)	✓
14:45 – 15:30 Uhr		
15:30 – 15:45 Uhr		



Mein Wochenplan vom _____ bis zum _____

Beispiel

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	E r s c h e i n e p ü n k t l i c h z u m M o r g e n r u f u m 7 : 4 5 U h r !				
7:45 – 8:30 Uhr	<i>VK Mathe</i> ✓	<i>VK Latein</i> ✗	<i>VK Sport</i> ✓	<i>VK Englisch</i> ✓	<i>VK Musik</i> ✓
8:30 – 9:15 Uhr	<i>VK Geschichte</i> ✓	Religion ✓	Sport ✓	Deutsch ✗	Deutsch ✓
9:15 – 9:35 Uhr	M a c h e e i n e k u r z e B e w e g u n g s p a u s e !				
9:35 – 10:20 Uhr	Englisch ✗	<i>VK Deutsch</i> ✗	Mathe ✗	<i>VK Italienisch</i> ✓	Physik ✓
10:20 – 11:05 Uhr	<i>VK Kunst</i> ✓	Englisch ✓	<i>VK Physik</i> ✓	Latein ✓	Geschichte ✓
11:05 – 11:20 Uhr	M a c h e e i n e k u r z e B e w e g u n g s p a u s e !				
11:20 – 12:05 Uhr	NuT ✓	<i>VK Biologie</i> ✓	<i>VK Religion</i> ✓	Mathe ✗	<i>VK Französisch</i> ✓
12:05 – 12:50 Uhr	Musik ✓	Mathe ✓	Biologie ✗	<i>VK NuT</i> ✗	<i>VK Geographie</i> ✓
12:50 – 14:00 Uhr	M i t t a g s p a u s e				
14:00 – 14:45 Uhr	Vokabeln lernen Englisch (Workbook, p. 44) ✓	Vokabeln lernen Mindmap zum Hefteintrag in Deutsch ✓	Vokabeln lernen Mathe, S. 17 Übung a, b ✓	Vokabeln lernen NuT, S. 34 Mathe, S. 16 ✓	Vokabeln lernen ✓
14:45 – 15:30 Uhr	Freizeit	Latein: Text übersetzen ✓	Biologie: Text lesen ✓	Grammatik- Übungen, S. 34 ✓	Freizeit
15:30 – 15:45 Uhr	M a c h e e i n e k u r z e B e w e g u n g s p a u s e !				
15:45 – 16:30 Uhr	Freizeit	Freizeit	Freizeit	Freizeit	Freizeit
	K o n t r o l l i e r e ✓ , o b d u a l l e A u f g a b e n a b g e g e b e n h a s t !				

Mein Wochenplan vom _____ bis zum _____

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	Erscheine pünktlich zum Morgenruf um 7:45 Uhr!				
7:45 – 8:30 Uhr					
8:30 – 9:15 Uhr					
9:15 – 9:35 Uhr	Mache eine kurze Bewegungspause!				
9:35 – 10:20 Uhr					
10:20 – 11:05 Uhr					
11:05 – 11:20 Uhr	Mache eine kurze Bewegungspause!				
11:20 – 12:05 Uhr					
12:05 – 12:50 Uhr					
12:50 – 14:00 Uhr	Mittagspause				
14:00 – 14:45 Uhr					
14:45 – 15:30 Uhr					
15:30 – 15:45 Uhr	Mache eine kurze Bewegungspause!				
15:45 – 16:30 Uhr					
	Kontrolliere ✓, ob du alle Aufgaben abgegeben hast!				