

# Hausaufgaben – Tipps für Schüler\*innen und Eltern



## Bedeutung

- dienen der Einübung, Wiederholung und Vertiefung des Gelernten
- fördern die Selbstständigkeit und die Verantwortung für das eigene Tun
- sind eine Form des individuellen Lernens, d.h. sie ermöglichen das Arbeiten im eigenen Tempo und in der gewählten Reihenfolge
- eröffnen neue Anwendungsmöglichkeiten, die gelernten Kenntnisse und die erworbenen Fähigkeiten auf neue Lernsituationen zu übertragen
- stellen eine Grundlage für die kommenden Unterrichtsstunden dar und dienen der Vorbereitung auf Leistungserhebungen

## Die Basis

- Bedenke: **Aufmerksamkeit im Unterricht** verringert die Arbeitszeit zu Hause deutlich.
- Führe deine **Hefte** ordentlich. Achte auf eine leserliche Schrift und übersichtliche Einträge mit Datum und Aufgabenbezeichnung – äußeres Chaos erzeugt inneres Chaos!
- Trage alle Aufgaben vollständig im **Hausaufgabenheft** ein. Trage auch ein, wenn Du in einem Fach keine Hausaufgaben aufhast! Streiche erledigte Aufgaben einmal durch.
- Notiere alle festen Termine (z.B. von Schulaufgaben) und hänge dir einen **Terminplan** (z. B. für jedes Halbjahr) in der Nähe des Schreibtisches auf.



## Sorge für optimale Arbeitsbedingungen!

- Möglichst  **feste Arbeitszeiten und ein fester Arbeitsplatz** helfen deinem Gehirn dabei, den „Schalter auf Lernen umzulegen“. Goldene Regel: Gelernt wird nur am Arbeitsplatz (und z.B. nicht im Bett), am Arbeitsplatz wird nur gelernt! Manchmal hilft es aber auch, Bewegung in die Sache zu bringen und z.B. Vokabeln / Gedichte zur Abwechslung beim Spazierengehen zu lernen.
- Sorge für ausreichend Platz und Licht (für Rechtshänder von links), gute Luft, einen bequemen Stuhl und Dinge, die dich in eine angenehme Stimmung versetzen, aber nicht ablenken.
- **Ordnung** am Arbeitsplatz hilft (z.B. Behälter für Stifte, farbige Register oder Stapelablagen für jedes Fach).
- Prüfe: Hast du alles, was du brauchst? Ist alles außer Reichweite, was du nicht brauchst? **Beseitige alle ablenkenden Reize** (Handy aus dem Zimmer, Tür zu, Musik aus...).
- Beobachte dich während des Arbeitens genau - bist du noch dabei? Führe eventuell eine kleine Konzentrationsübung durch, wenn du merkst, dass du abschweifst (Beispiel: Lege die Daumen an die Schläfen und massiere mit den anderen Fingern deine Kopfhaut mit sanftem Druck).



## Organisation ist alles!

- Verschaffe dir zu Beginn einen **Überblick** über die anstehenden Aufgaben mit dem Hausaufgabenheft bzw. mit dem Terminplan. Unterschätze dabei mündliche Hausaufgaben nicht!
- Teile dir dein Pensum in kleine **Portionen** zu je ca. 15 Minuten ein und stelle eine Rangliste zur Reihenfolge auf. Unterscheide dabei **Muss- und Kann-Ziele** (Was muss heute erledigt werden? Was kann ich auch zu einem späteren Zeitpunkt machen? Lege diesen Zeitpunkt am besten gleich schriftlich fest!).
- Lass dein Gehirn erst einmal auf Touren kommen und fange nicht mit der schwersten oder unbeliebtesten Aufgabe an. Beende außerdem eine Arbeitsphase immer mit einer einfachen Aufgabe, also mit einem Erfolgserlebnis, dann fällt das Anfangen beim nächsten Mal leichter!
- **Wechsle zwischen schriftlichen und mündlichen Aufgaben ab** und lerne keine ähnlichen Stoffe (wie z.B. Fremdsprachen) direkt hintereinander, um Gedächtnishemmungen zu vermeiden.
- Plane auch ausreichende **Pausen** ein. Mehrere kurze Pausen von wenigen Minuten sind besser als eine längere Pause, denn zu Beginn der Pause ist der Erholungseffekt am größten! Überlege dir bereits vor der Pause, woran du im Anschluss weiterarbeiten willst. In der Pause solltest du auf Medien verzichten!
- **Schultaschencheck** am Abend: 1. Welche Fächer habe ich morgen? 2. Welche Bücher und Hefte brauche ich morgen? Was ich nicht benötige, nehme ich aus der Schultasche! 3. Habe ich alle Aufgaben für morgen gemacht und den aktuellen Stoff gelernt?
- Vermeide Stress durch **rechtzeitige Vorbereitung** auf Leistungsnachweise (ca. 7-10 Tage vor einer Schulaufgabe)!



## Tipps für Eltern

- Helfen Sie Ihrem Kind, emotional möglichst unbelastet in die Hausaufgabenphase zu gehen, indem Sie nachfragen, wie Ihr Kind den Tag erlebt hat und es erzählen lassen.
- Orientierungswert für schriftliche und mündliche Hausaufgaben (inklusive Prüfungsvorbereitung) in der Unter- und Mittelstufe: durchschnittlich 90-120 Minuten
- Fördern und loben Sie Selbständigkeit! Geben Sie bei Bedarf gern Anstöße - lassen Sie Ihr Kind aber dann wieder allein weiterarbeiten. Wenn Sie „zu gut helfen“, wird Ihr Kind schon bei kleineren Hindernissen schnell aufgeben. Manchmal geht es Kindern eher um Zuwendung als um fachliche Hilfe!
- Um zu erkennen, ob das Gelernte wirklich sitzt, sollten Sie Ihr Kind nicht direkt nach dem Lernen abfragen, sondern erst nach mindestens einer Stunde.
- Achten Sie anfangs darauf, dass Ihr Kind die Nebenfächer nicht vergisst (Hefteinträge, Seiten im Buch...).
- Loben Sie bei Erfolgen, reagieren Sie bei Misserfolgen neutral und strahlen Sie Gelassenheit aus. (V.a. materielle Belohnungen sind nicht immer sinnvoll! Belohnen Sie niemals Noten, höchstens Anstrengung / individuellen Fortschritt.)
- Überprüfen Sie Ihre eigene Haltung zu Hausaufgaben, denn diese vermitteln Sie auch Ihrem Kind: Sehen Sie Hausaufgaben selbst nur als lästige Pflicht oder als wichtige Übung, um das im Unterricht Gelernte zu vertiefen?
- Nehmen Sie bei Fragen / Problemen frühzeitig Kontakt mit der Lehrkraft auf.