



Informationsabend:

**„Wie unterstütze ich mein Kind
in seinem Lernprozess?“**





- **Einflussfaktoren** auf Schulleistung & Lernen
- **Hausaufgaben** – Organisation & Lerntipps
- Packen der **Schultasche**
- Vorbereitung von **Schulaufgaben**
- Umgang mit **Stress und Ängstlichkeit**
- **Motivation**

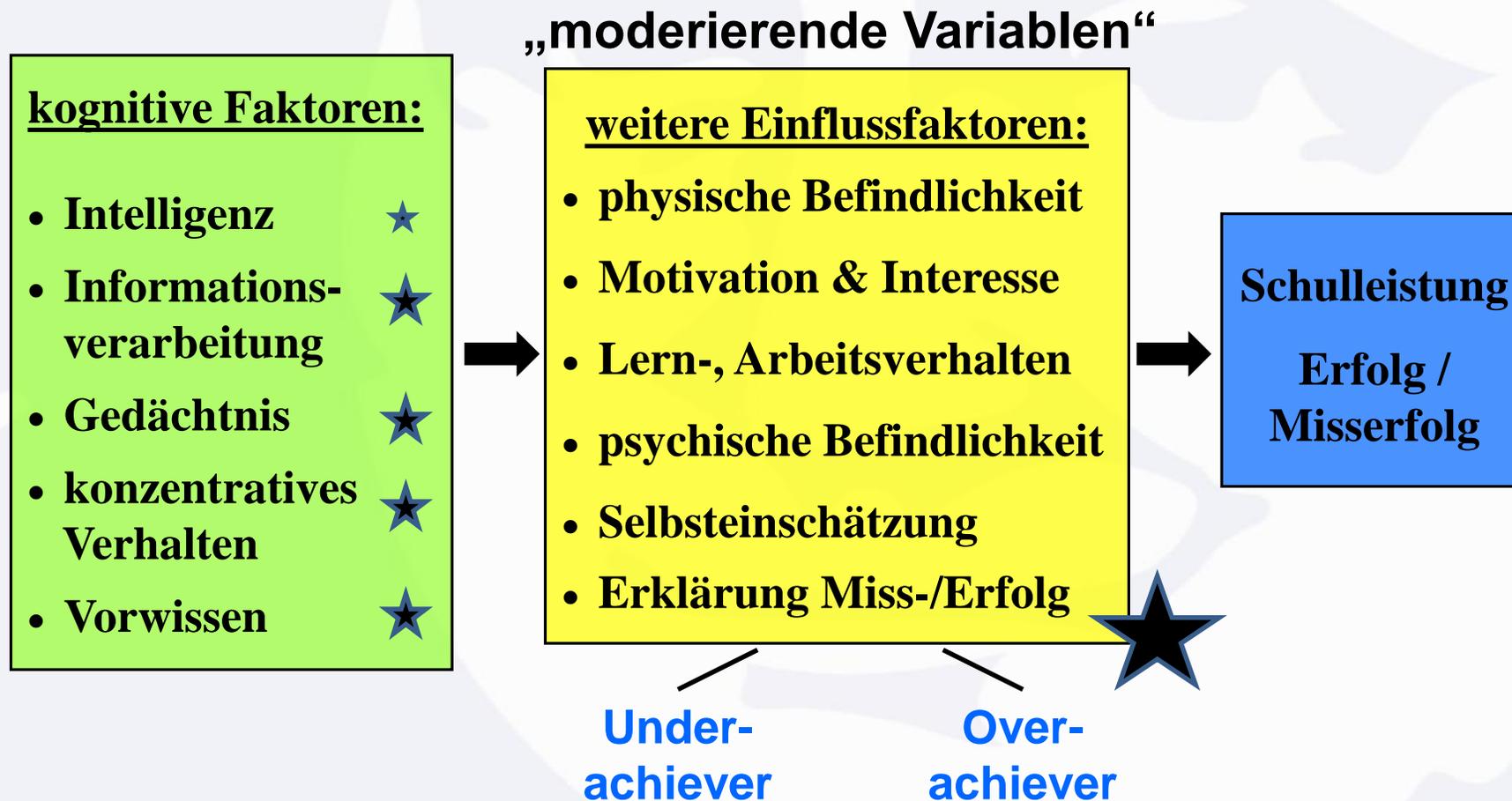


Einflussfaktoren auf Schulleistung & Lernen



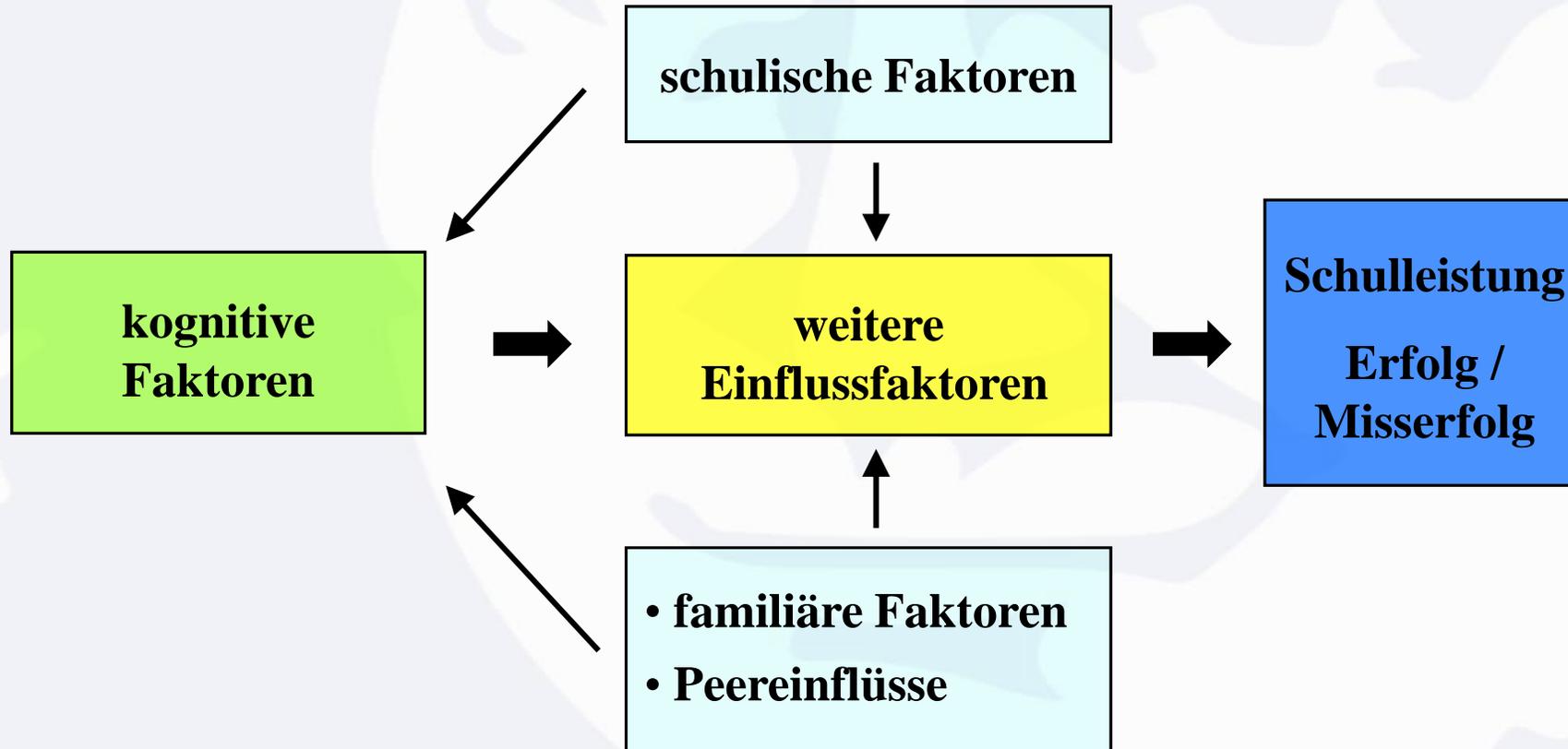


Einflussfaktoren auf Schulleistung & Lernen





Einflussfaktoren auf Schulleistung & Lernen





Einflussfaktoren auf Schulleistung & Lernen

Emotionale Seite des Lernens:

- **positive Emotionen** \Rightarrow Offenheit, Lust
- **negative Emotionen** \Rightarrow Unlust, Rückzug

als Elter:

- Zeit nehmen, Kind von der Schule erzählen lassen
- Störungen / Probleme haben Vorrang
- Bedürfnis nach Nähe \leftrightarrow Nähe bei Hausaufgaben
- Eltern als Modell: Einstellung, Arbeitshaltung



Hausaufgaben Organisation & Lerntipps

Organisation

- unverzichtbare Grundlage: Hausaufgabenheft
 - alle Hausaufgaben genau notieren
(auch reine Lern-Hausaufgaben)
 - ggf. gegenseitige Kontrolle durch Banknachbarn
 - Erledigtes abhaken



Hausaufgaben Organisation & Lerntipps

Organisation → Selbstständigkeit fördern: Hilfe zur Selbsthilfe

- feste Lernzeiten, fester Arbeitsplatz
- Ruhe – Licht – Temperatur – nur Notwendiges
- mittelschwer – schwer – leicht
- Abwechslung schriftlich ↔ mündlich
- Fächer: Ähnlichkeitshemmungen vermeiden
- Hausaufgabenplan (s. Homepage) / Zettelmethode



Hausaufgaben Organisation & Lerntipps

**Organisation → Selbstständigkeit fördern:
Hilfe zur Selbsthilfe**

Pausen – regelmäßig, begrenzt:

- 5 Min. nach ½ Std.
 - 10 Min. nach 1 Std.
 - 1 Std. nach 2 Std.
- Lieblingslied, Bewegung, Haustier, ...
nicht: PC, Smartphone, Fernseher, Buch, ...



Hausaufgaben Organisation & Lerntipps

**Organisation → Selbstständigkeit fördern:
Hilfe zur Selbsthilfe**

Fachliche Probleme:

- gezielte Ursachenanalyse des Problems
 - Verständnis von Fremdwörtern
⇒ Liste
 - Lücken im Grundwissen / Fachbegriffe / Regeln
⇒ Wiederholung



Hausaufgaben Organisation & Lerntipps

- fehlendes Lösungsschema

- Anstöße geben: Schulheft / -buch durcharbeiten
- Rückbesinnung auf ein einfacheres / ähnliches Problem

⇒ Strategiekarten

→ Kind erkennt Zusammenhang zwischen Hausaufgaben und Unterricht



Hausaufgaben Organisation & Lerntipps

- Kind korrigiert Fehler selbst
→ Selbstbewusstsein
- wenn nötig → Pause / aufhören
- als Elter eigene Grenzen zugeben
→ Verweis an Mitschüler („Helferliste“)
→ Verweis an Fachlehrer



Hausaufgaben Organisation & Lerntipps

Lerntipps

- unverzichtbare Grundlage: **ordentliche Heftführung**
 - gut lesbare Schrift
 - übersichtliche Gliederung
 - einheitliches Farbschema
 - Arbeitsblätter passend einkleben
 - fehlende Hefteinträge selbst anfertigen



Hausaufgaben Organisation & Lerntipps

Lerntipps

- 1. Schritt: Wdhg. des **neuen Lernstoffs** (Heft, Buch)

- Nutzung verschiedener **Lernwege**:

sehen → Farbe, Bilder, Skizze, Lernplakat, ...

lesen → konzentriert, sinngesamt

schreiben → Stichworte, Tabelle, Mind-Map,
Spickzettel, ...

hören → mit-/nachsprechen, Smartphone, CD, ...





Hausaufgaben Organisation & Lerntipps

Lerntipps

- Lernen mit **Aktivität** verbinden:
 - (mit eigenen Worten) laut formulieren
 - Merksatz-Heft / Grammatik-Heft / ...anlegen
 - mit Merksatz- / Regel-Karteikarten arbeiten
 - Plakat- / Zettel-Methode



Hausaufgaben Organisation & Lerntipps

Lerntipps

- **Beispielsätze** notieren (z.B. when ↔ than):

When Mike came to school, he saw Linda.

Als Mike in die Schule kam, sah er Linda.

Mike is youngerer **than** Linda.

Mike ist jüngerer **als** Linda.



Hausaufgaben Organisation & Lerntipps

Lerntipps

- **Lernstoff reduzieren und strukturieren:**

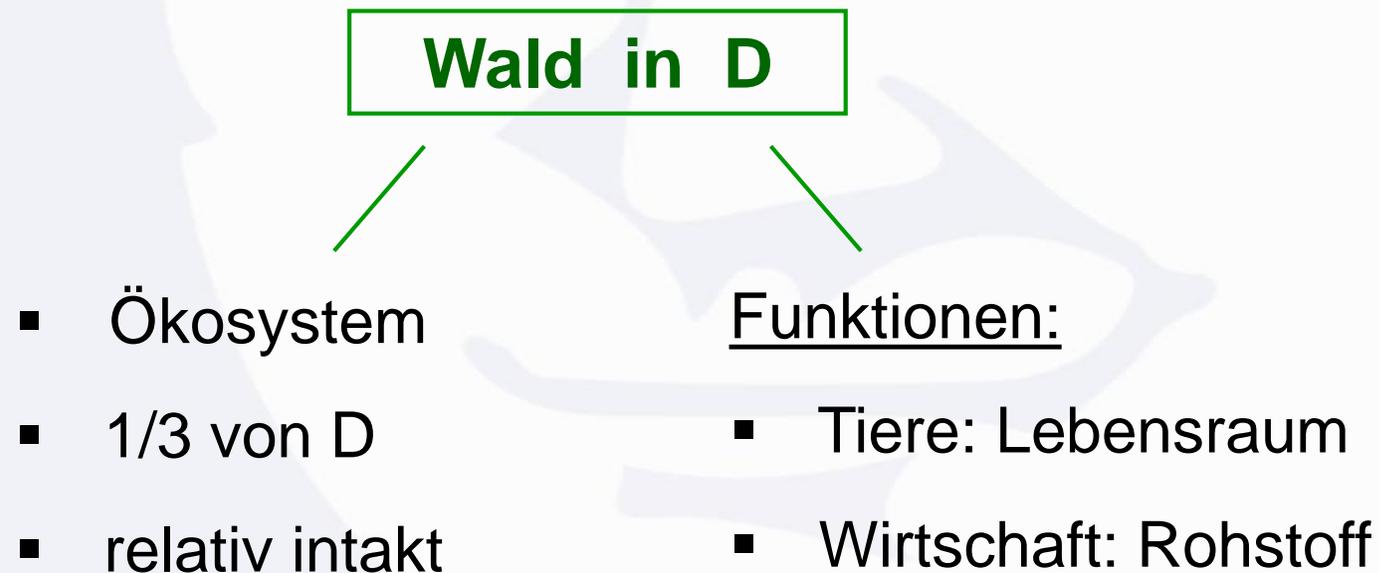
Unser Wald: Ohne den Menschen wäre Deutschland fast vollständig von Bäumen bedeckt - unter unserem Einfluss ist noch rund ein Drittel Fläche Wald. Zwar gibt es in Deutschland keine großen Urwälder. Doch im Vergleich zu anderen Ökosystemen sind die deutschen Wälder relativ ungestört. Deshalb dienen sie zahlreichen Tierarten als Lebens- und Rückzugsraum. Gleichzeitig ist der Wald ein wichtiger Wirtschaftsfaktor, liefert er doch Rohstoffe für die Holz-, Papier- und Bauindustrie...



Hausaufgaben Organisation & Lerntipps

Lerntipps

- Lernstoff **reduzieren und strukturieren:**





Hausaufgaben Organisation & Lerntipps

Lerntipps

- den Lernerfolg **kontrollieren**:
 - Gelerntes laut aufsagen / aufschreiben
 - Abfrage (nach Pause!)
 - Gelerntes mit dem Smartphone aufnehmen
 - eigene Beispiele zum Lernstoff überlegen
 - Fragen zum Lernstoff überlegen



Hausaufgaben Organisation & Lerntipps

Lerntipps – Vokabellernen

- Vokabeln in kleinere Portionen einteilen (bis ca. 10)
- Hilfen: Bilder / Sätze / Geschmack / Duft /
körperl. Bewegung / Gesten / Reime / Rap
- regelmäßige Wiederholungen
- Fehlerkartei / Lernplakat
- Buch / Vokabelheft → Lernen einer best. Reihenfolge
⇒ Vokabelkasten; Vokabeltrainer „Phase 6“



Hausaufgaben Organisation & Lerntipps

The screenshot shows the 'phase 6 desktop' software interface. At the top, there are navigation buttons: 'Eingeben', 'Abfrage', 'Bibliothek', and 'Statistik'. Below these are 'Kärtchen abfragen' and 'Kärtchen aufwecken'. The main content area is divided into three columns: 'Frage', 'Ihre Antwort', and 'Richtige Antwort'. The 'Frage' column shows the word 'neu' and an illustration of two bicycles. The 'Ihre Antwort' column shows the user's input 'niew'. The 'Richtige Antwort' column shows the correct answer 'new' and a sentence: 'I'm from London. I'm new in Nottingham.' Below the 'Richtige Antwort' column is a video player with a play button and a progress bar. At the bottom of the interface, there are buttons for 'Ja' and 'Nein' to confirm the answer. The bottom of the screen features a progress bar with numbers 2, 3, 4, 5, and 6, and a small cartoon character.



Hausaufgaben – Vorsicht Falle!

- **Aufschub-Falle:**
„Ich muss schnell noch.../ Ich will nur noch kurz...“
- **Gedanken-Falle:**
„Ich kann das eh nicht...“
„Ich hab‘s ja schon mal erfolglos versucht...“
 - Haltung überdenken
 - neue Wege ausprobieren





Hausaufgaben – Vorsicht Falle!

Fallen umgehen mit Hilfe eines **Lerncheck**:

- tägliche Arbeitszeit und Tätigkeiten pro Fach exakt und ehrlich notieren
→ Stolz oder Ernüchterung
- Aufschubhandlungen notieren
→ wenn von Relevanz, dann zeitlich neu planen
- Konzentrationskiller notieren
→ Veränderung der Rahmenbedingungen



Packen der **Schultasche**

- in Ruhe am **Vortag**
- Abgleich mit dem **Stundenplan** (Hausaufgabenheft!)
- Schreibutensilien & Hilfsmittel
- „**Bücherdienst**“
- Was kann in der Schule bleiben / was nicht?
- Was gehört **nicht** in die Schultasche?



Vorbereitung von **Schulaufgaben**

gute Vorbereitung \Rightarrow Entlastung & Sicherheit

- **jede HA** ist SchA-Vorbereitung
- SchA-Kalender: Termin + **frühzeitiger Lernbeginn**
(7 - 14 Tage vor SchA-Termin)
- **Helfergruppe**: Lehrer, Mitschüler, Eltern, ...
- **Überblick** verschaffen: SchHeft & HHeft
Stoff / Können / Lücken



Vorbereitung von **Schulaufgaben**

zeitliche Organisation:

- Einteilung in überschaubare Portionen;
Zuordnung zu „freien“ Tagen → **Lernplan**
- Fehlerkartei durcharbeiten
- **letzte Tage** vor der SchA:
als Puffer einplanen / Probe-SchA schreiben
- letzter Tag vor der Prüfung:
nichts Neues / Tasche packen / Erholung



Schulaufgabenvorbereitung – Vorsicht Falle!

- **Selbstbetrugs-Falle:**
 - nur einfache Aufgaben üben
 - nur bestimmte Aufgabentypen üben
 - nur lernen von Vokabeln / Regeln ohne Anwendung
- **Zeit-Falle:**

Üben ohne Beachtung der benötigten Zeit
- **Anschaufalle:**

nur Anschauen / Lesen statt Tun





Umgang mit **Stress & Ängstlichkeit**

- **Ein Leben ohne Angst gibt es nicht!**
- **Ängstlichkeit → Aufmerksamkeit ↑ , Leistung ↑**

Vorbeugung: effektive Prüfungsvorbereitung

- Wochenplan / SchA-Lernplan
- verteiltes statt massiertes Lernen
- gezielte Fehleranalyse (Leistungsnachweise, HA)
- Prüfungssimulation



Umgang mit **Stress & Ängstlichkeit**

Vorbeugung: Entspannungsübungen

- Atementspannung
- Musikentspannung, Traumreisen
- Progressive Muskelentspannung
- Massage

Vorbeugung: Entdramatisieren

Auswirkungen eines Versagens:

„Katastrophenphantasien“ konsequent zu Ende denken



Umgang mit **Stress & Ängstlichkeit**

Positive Denkmuster:

- Nur wer an **sich glaubt**, wird Erfolg haben!
 - negative Gedanken aufspüren & stoppen
 - durch positive Gedanken ersetzen
 - ⇒ Eltern als Modell
- kindliche **Stärken** erkennen und übertragen
- **außerschulische** Erfolge ermöglichen
- **vor** der SchA: „positive Freunde“ suchen



Motivation

Motiv = relativ überdauerndes Persönlichkeitsmerkmal,
nach bestimmten Zielzuständen zu streben
(Lob, Anschluss, Anerkennung, Erfolg,...)



Motivation

Motiv = relativ überdauerndes Persönlichkeitsmerkmal,
nach bestimmten Zielzuständen zu streben
(Lob, Anschluss, Anerkennung, Erfolg,...)



Motivation

Motiv = relativ überdauerndes Persönlichkeitsmerkmal,
nach bestimmten Zielzuständen zu streben
(Lob, Anschluss, Anerkennung, Erfolg,...)

Motivation = tritt unter gegebenen
Anregungsbedingungen auf

Motivationsarten:

extrinsisch vs. intrinsisch





Motivation

Möglichkeiten zur Motivationssteigerung:

Eltern:

- Modell: Zielsetzung, Interesse, intrins. Motivation
- eigene Ansprüche ans Kind überdenken
- kleinschrittige, realistische Ziele
- Hilfe zur Selbsthilfe:
Lernerfolg = eigener Erfolg des Kindes



Motivation

Möglichkeiten zur Motivationssteigerung:

Eltern:

- Blick auf Erfolge / Stärken des Kindes:
Lernprozess vs. Leistungsergebnis
- individuelle Bezugsnorm
- Belohnungssystem (materiell vs. immateriell)
- leistungsunabhängige Wertschätzung



Motivation

Möglichkeiten zur Motivationssteigerung:

Kind:

- die eigenen kindlichen Ansprüche überdenken
- Ziele schriftlich fixieren
- zeitliche Planung
- Lernprozess gegen Ablenkung abschirmen
- Lernhelfer suchen
- Erfolge sichtbar machen
- Selbstbelohnung (Selbstlob, Freude, ...)



Wir unterstützen Sie und Ihr Kind!



- Fachlehrer, Klassenleiter
- Schulpsychologin, Beratungslehrkraft
- Homepage → „Beratung und Hilfe“
→ „Schulberatung“



Wir unterstützen Sie und Ihr Kind!

LERNHILFEN/PRÜFUNGSANGST

Hier finden Sie einige Tipps und Möglichkeiten der guten Vorbereitung, damit es gar nicht erst zur Prüfungsangst kommen muss:

Das erste Merkblatt erklärt in 4 Schritten, wie man einen individuellen Wochen-Lernplan erstellen kann:

- [Lernplan - Erstellung](#)

Die folgenden drei Merkblätter geben Anregungen zu Lernstrategien und zum Thema Konzentration sowie zum erfolgreichen Meistern von Prüfungen:

- [Lernstrategien](#)
- [Konzentration](#)
- [Prüfungskompetenz](#)

Die beiden folgenden Merkblätter zur Schulaufgabenvor- und -nachbereitung beziehen sich in erster Linie auf das Fach Mathematik. Die wesentlichen Kerngedanken lassen sich jedoch problemlos auf andere Schulaufgabenfächer übertragen:

- [Schulaufgaben - Vorbereitung](#)
- [Schulaufgaben - Portfolio](#)

Und hier werden vielfältige Maßnahmen aufgezeigt, mit deren Hilfe man Prüfungsangst reduzieren kann:

- [Prüfungsangst - Interventionsmaßnahmen](#)



**Herzlichen Dank
für Ihre Aufmerksamkeit!**

