

HAUSAUFGABEN



Warum fühle ich mich, als ob ich zur Arbeit muss, wenn ich eigentlich nach Hause gehe?

Inhalt

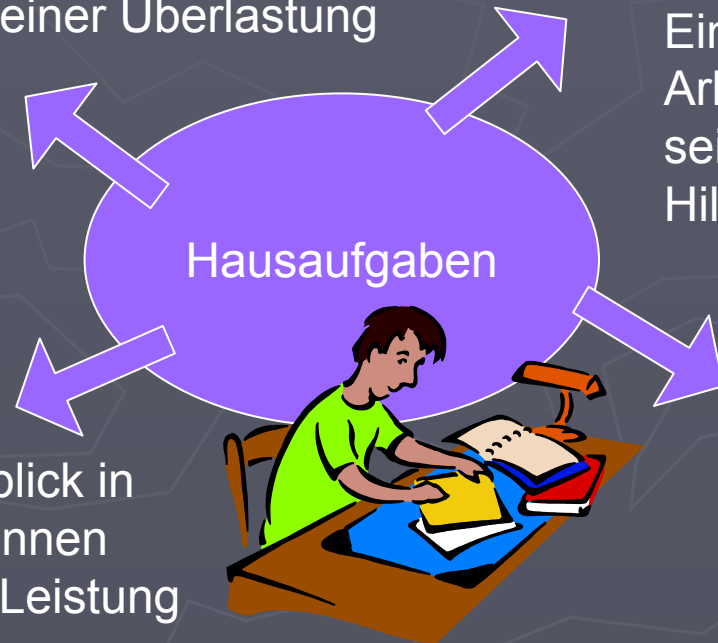
1. Verschiedene Seiten von Hausaufgaben
2. Ursachen von Hausaufgabenproblemen
3. Die 5 „W's“ der Hausaufgaben
4. Zusammenfassung

Schulpsychologischer Dienst
des Bezirkes Horgen
Alexandra Ray, November 2004

Verschiedene Seiten der Hausaufgaben

Volksschulgesetz: „Hausaufgaben dürfen in den ersten drei Schuljahren nur in bescheidenem Umfang, in den folgenden Klassen in jedem Fall nur unter Vermeidung einer Überlastung erteilt werden.“

Pädagogik: Hausaufgaben dienen der Ergänzung, Vertiefung und Festigung, dem selbständigen Arbeiten und Einteilen. Aufgabenstellung und Arbeitstechnik müssen klar sein. Lösbar ohne fachliche Hilfe der Eltern.



Eltern: haben Einblick in den Schulstoff, können Arbeitsweise und Leistung des Kindes besser einschätzen

Kind: Hausaufgaben sind Pflicht, Nichterfüllen wird geahndet, Erfüllen bringt Pluspunkte

Mögliche Ursachen von Hausaufgabenproblemen

Bei den Lehrern/Lehrerinnen

Lehrer stellt die Aufgaben missverständlich oder unverständlich

Lehrer stellt die Hausaufgaben unter Zeitdruck

Lehrer gibt keine Hilfen oder stellt zu viele Hausaufgaben

Lehrer kontrolliert und honoriert die Hausaufgaben nicht

Lehrer zeigt keine Konsequenzen bei nicht gemachten Hausaufgaben

u.v.m.



Mögliche Ursachen

Bei den Eltern...



Die Eltern behindern die Selbständigkeit des Kindes

Die Eltern beziehen eigenen Selbstwert aus dem Schulerfolg

Die Eltern haben zu hohe Erwartungen

Die Eltern überfordern, unterfordern oder verwirren mit ihren Hilfsaktionen

Die Eltern sind ungeduldig, verletzend oder kränkend.

u.v.m.

Mögliche Ursachen

Bei den Schülern/Schülerinnen



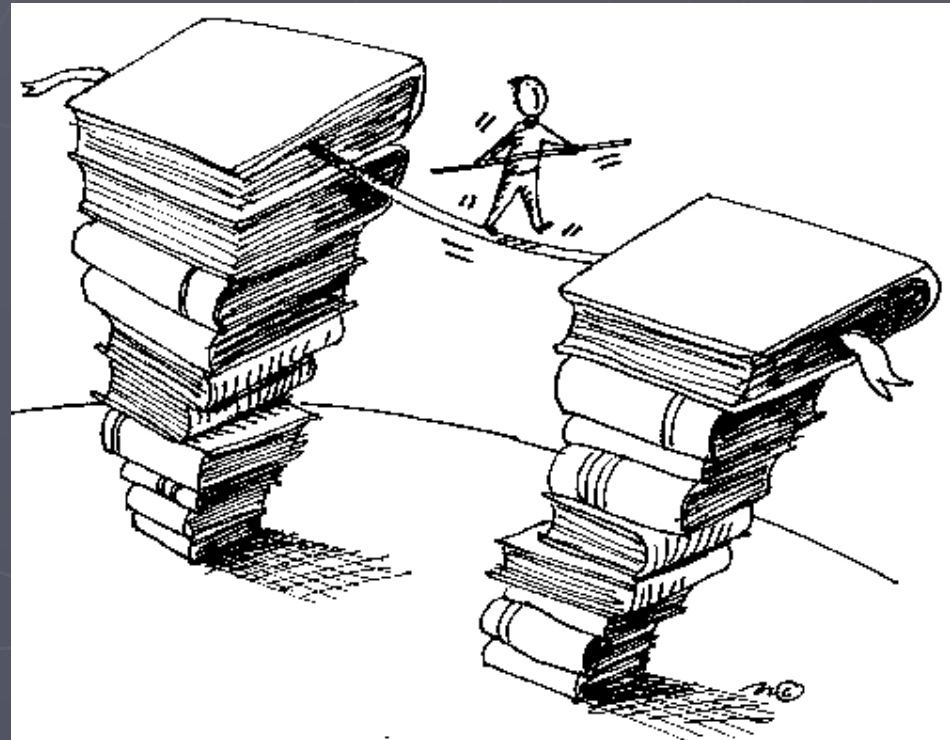
Der Schüler passt im Unterricht nicht auf.
Der Schüler hört bei Arbeitsaufträgen nicht richtig zu.
Hausaufgaben oder Material werden vergessen,
Aufgaben nicht aufgeschrieben. Wochenplan wird vor
sich hergeschoben

Der Schüler ist müde oder körperlich krank.
Der Schüler ist emotional belastet.

Dem Schüler fehlen Vorkenntnisse oder er ist überfordert.
Der Schüler hat kein Interesse an den Aufgaben,
dem Fach oder dem Lehrer.
Der Schüler hat Teilleistungsstörungen.

Die 5 „W's“ der Hausaufgaben

- ▶ 1) *W*ieviel?
- ▶ 2) *W*ann?
- ▶ 3) *W*o?
- ▶ 4) *W*er?
- ▶ 5) *W*ie?



1. Wieviel ?

- ▶ 1. Klasse 15 Minuten
- ▶ 2. Klasse 20 Minuten
- ▶ 3. Klasse 30 Minuten
- ▶ 4. Klasse 50 Minuten
- ▶ 5. Klasse 1 Stunde

Pausen

- ▶ Nach 30 Minuten: 5 – 10 Minuten, trinken, lüften
- ▶ Nach 60 Minuten: 10 – 15 Minuten, essen, bewegen
- ▶ Nach 90 Minuten: 20 – 30 Minuten -> erholen
- ▶ Pausen kreativ nutzen: zeichnen, spielen, entspannen (siehe Folie zu Entspannung)

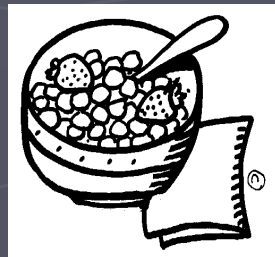
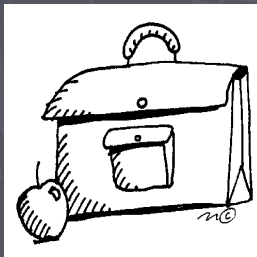


Konzentration

Zeitspanne

- ▶ 5 bis 7 Jahre bis 15 Minuten
- ▶ 7 bis 10 Jahre bis 20 Minuten
- ▶ 10 bis 12 Jahre bis 25 Minuten
- ▶ 12 bis 16 Jahre bis etwa 30 Minuten
(Erwachsene bis etwa 90 Minuten)

... und viel Sauerstoff, genug zu trinken, gesunde Snacks



2. Wann ?

- ▶ Individuell richtiger Zeitpunkt / Tageszeit (gemeinsam festlegen!)
- ▶ nach einer Erholungsphase
- ▶ Achten auf Umstellfähigkeit (Wechsel von Schule zu Familie), Zeit- und Planungsverständnis, Motivation, Biorhythmus (Hochs und Tiefs während dem Tag)

3. Wo ?

- ▶ Angemessenen Arbeitsplatz bereitstellen (z.B. gute Beleuchtung, Schutz vor Ablenkung und akustischen Reizen, kindgerechtes Mobiliar,...)
- ▶ Achten auf Aussenreize
- ▶ Ordnung halten



4. Wer ?

Ziel: „Hilfe zur Selbsthilfe“
Eigenverantwortung und Selbststeuerung
des Kindes

Rolle der Eltern: „Lernpartner“

- Unterstützung nur wenn nötig - Förderung von Selbständigkeit und Selbsteinschätzung („Was meinst Du“?)
- Denkanstöße bei konkreten Fragen
- Überprüfung der Ergebnisse

evtl. Aufgabenhilfe in der Schule oder Nachhilfe

evtl. mit anderen Kindern



5. Wie ?

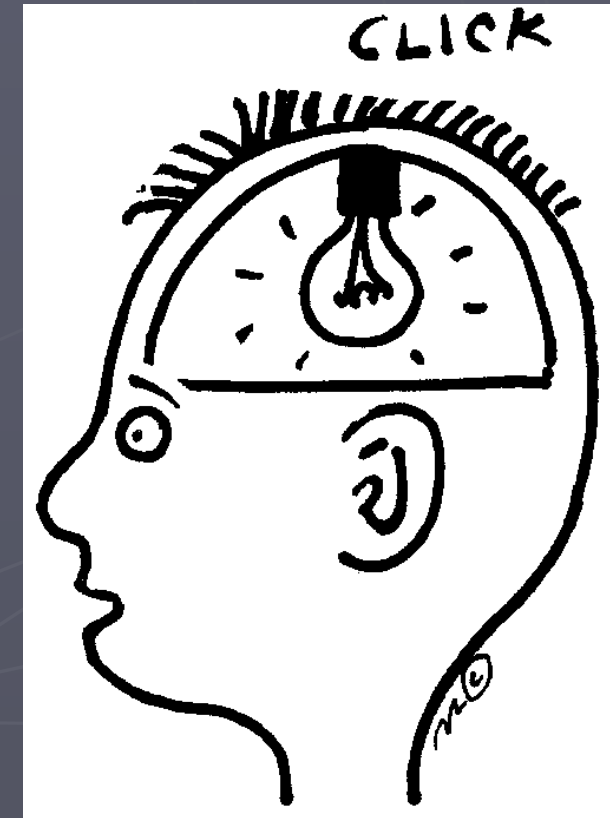
Die 5 W's der Hausaufgaben

1. Lernstrategien vor der Arbeit: Ueberblick schaffen

- ▶ Was genau muss ich tun?
- ▶ Womit will ich anfangen?
- ▶ Was brauche ich dafür?
- ▶ Was tue ich, wenn ich nicht weiter weiss?




2. Lernstrategien bei der Arbeit:

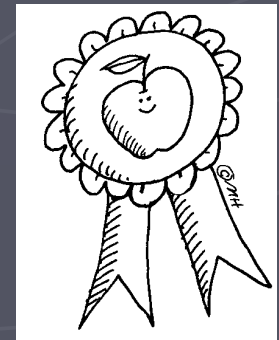
- ▶ Strukturierungshilfen bieten (z.B. Einstieg begleiten, mit dem Leichten beginnen, in Portionen unterteilen)
- ▶ Zeitvorgaben machen (keine Endlosaufgaben!)
- ▶ Rückmeldungen geben (kleine, selbständige Schritte honorieren), Erfolge positiv verstärken (siehe Verstärkungsprogramm)
- ▶ Selbstkontrolle anregen („wie schätzt Du Dich ein?“)
- ▶ Pausen einhalten
- ▶ Musik nur bei Malen, Zeichnen, Abschreiben
- ▶ Hausaufgabenvertrag aufsetzen
- ▶ Belohnung in Aussicht stellen und gewähren (siehe nächste Folie)
- ▶ Entspannungsformeln einführen
- ▶ Lern-Begleiter: z.B. Stofftier, Steine



Beispiel Verstärkungsprogramm

Punkte

1		kleine Süßigkeit
8		Abend länger wach bleiben
10		1 Std. Computer oder TV
12		auswärts übernachten
15		Pizza
20		Neues Spielzeug / CD
50		Kino
100		Neue Jeans

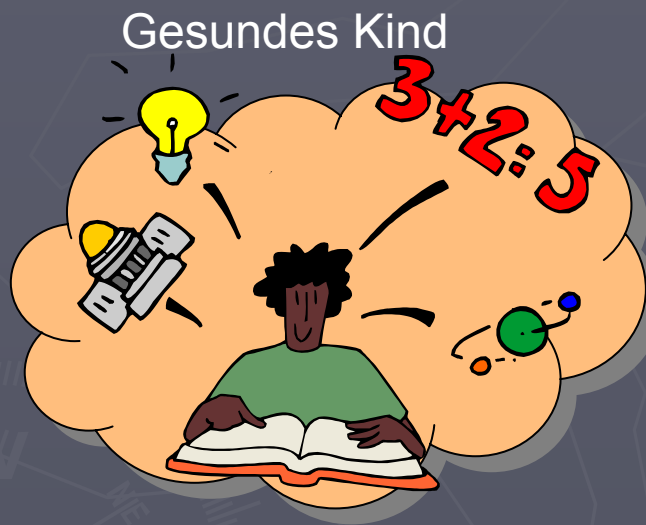


Entspannungstechniken

- ▶ Autogenes Training
- ▶ Progressive Muskelentspannung
- ▶ Kinder Yoga
- ▶ Phantasiereisen usw.



Die positive Erfahrungsspirale

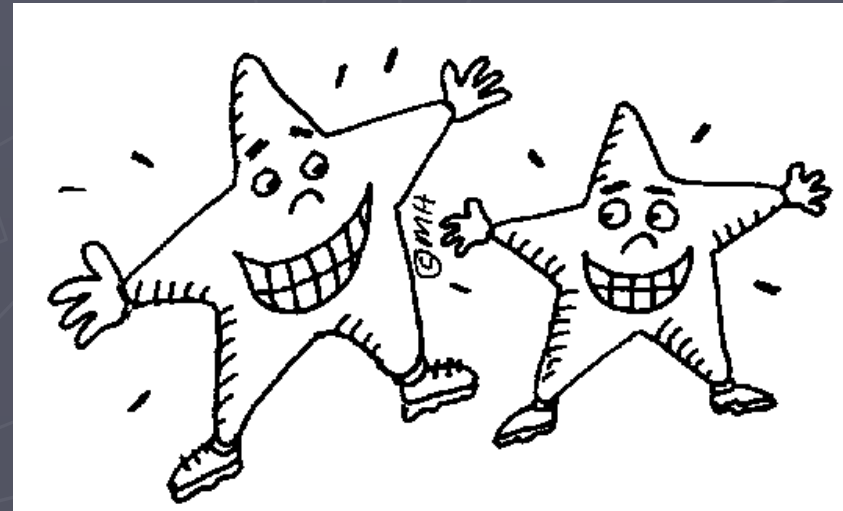


Was können Eltern und Lehrpersonen für eine Verbesserung beitragen, wie unterstützen sie das Kind am besten?



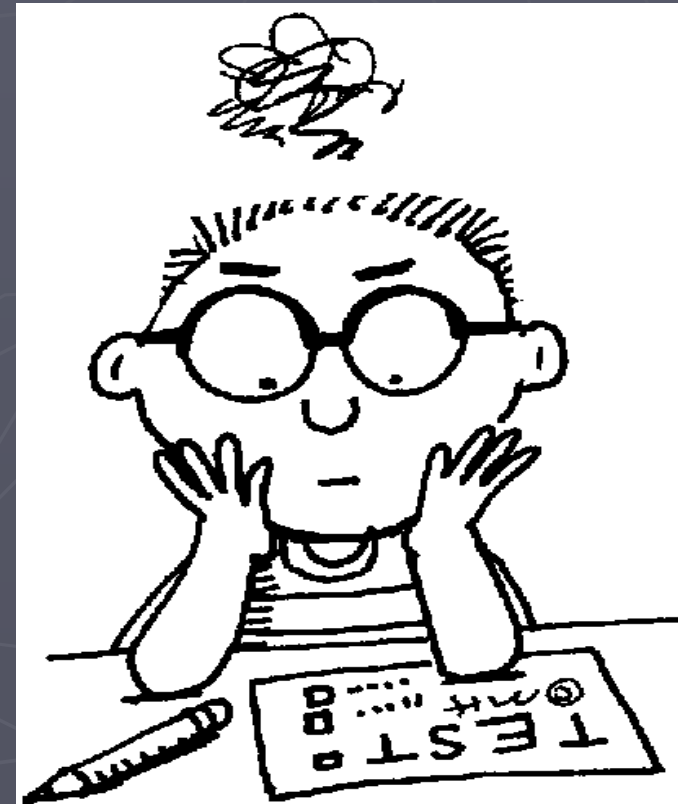
Starkes Selbstbewusstsein

- ▶ Stärken entdecken
- ▶ Schwächen minimieren
- ▶ Anerkennung
- ▶ Erfolg
- ▶ Gute Motivation
- ▶ Positive Persönlichkeitsentwicklung
- ▶ Starkes Ich

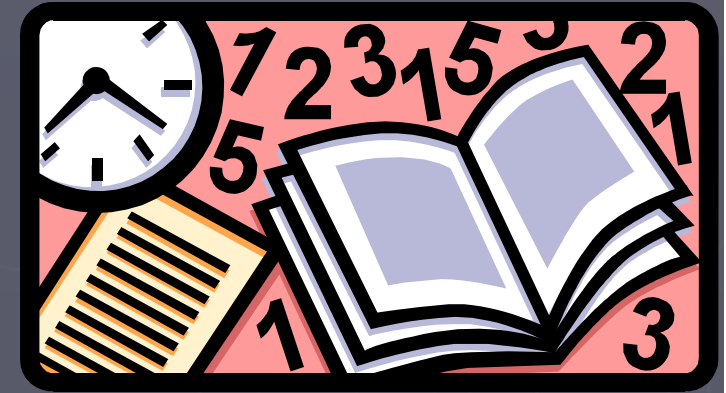


Schwaches Selbstbewusstsein

- ▶ Viele Enttäuschungen
- ▶ Versagen
- ▶ Entmutigung
- ▶ Resignation
- ▶ kleines Selbstwertgefühl



Zusammenfassung: „Was können Eltern/Lehrer bei Problemen mit den Hausaufgaben tun? “



- ▶ Angemessener Lernumfang
- ▶ Gutes Zeitmanagement
- ▶ Adäquates Lernumfeld
- ▶ Einüben von Lernstrategien
- ▶ Systematische Verstärkung
- ▶ Entspannungsübungen

Zum Schluss....



Quellen- und Literaturhinweise:

www.lerntippsammlung.de, www.kidnet.de

Wackelpeter und Trotzkopf, Manfred Döpfner et al.

Hausaufgaben ohne Stress, Dawna Markova, Anne R. Powell

Weitere Stichworte: Hausaufgaben, Lerntherapie,

Lernstrategien, Erziehungsberatung, Schulpsychologie

www.spdhorgen.ch