

## Hausaufgaben—TIPPS für Schüler



### Äußere Vorbedingung

günstige Gestaltung von Arbeitsplatz und Arbeitsraum anzusehen.

- Dabei sollte darauf geachtet werden, dass nach Möglichkeit immer an einen festen Arbeitsplatz gearbeitet wird.
- Als Grundausstattung eines Arbeitsplatzes lässt sich folgendes anführen:
  - (Schreib-)Tisch,
  - bequemer, in der Höhe verstellbarer Schreibtischstuhl,
  - Pinnwand für Merkzettel; Terminkalender, Terminposter,
  - Regal als Ablage für häufig benützte Bücher (Wörterbücher, Lexika, Atlanten).
- Das jeweils benötigte Arbeitsmaterial sollte vor Arbeitsbeginn griffbereit liegen.
- Die Atmosphäre im Raum sollte angenehm sein (kein kahler, aber auch kein überladener Raum, evtl. einige Bilder, einige Pflanzen).
- Auf angenehmes Raumklima und richtige Ausleuchtung des Arbeitsplatzes sollte geachtet werden.

### Arbeitszeit

- Günstig ist die Festlegung einer individuellen Arbeitszeit durch den Schüler (Wochenplan). Bei größerem Lernpensum lassen sich Arbeitsphasen auf Nachmittag und Abend verteilen.
- Wichtig ist das Vermeiden von Störungen während der Arbeitszeit (durch Familienmitglieder, Besuche von Freunden). Bewährt hat sich in Einzelfällen das Anbringen eines Schildes an der Zimmertür (“Hausaufgabenzeit — Bitte nicht stören!“).
- Während der Arbeitszeit — von den Pausen abgesehen — sollte wirklich nur gearbeitet werden (keine Nebenbeschäftigungen, keine ablenkende Musik).

### Arbeitsorganisation

- Für manche Schüler hat sich eine kurze Einstimmung auf die Lernzeit bewährt (z. B.

durch gezieltes Bereitlegen des für die entsprechende Aufgabe benötigten Materials oder durch Umschalten mit Hilfe von Konzentrations- und Entspannungsübungen).

- Eine Erleichterung der schulischen Arbeit wird häufig auch durch Aufteilung der Hausaufgaben in kleinere ‘Portionen‘, die sich in 15 - 20 Minuten erledigen lassen, bewirkt.
- Diese einzelnen Arbeitsschritte werden auf einen Zettel festgehalten, den man an die Pinnwand heften kann.
- Nach Erledigung der einzelnen ‘Portionen‘ kann man den Zettel an der Pinnwand abhaken oder durchstreichen. Durch diese Maßnahme lässt sich ein Gefühl des Erfolges bewirken.
- Termine von Probearbeiten und Schulaufgaben oder sonstige Daten, die man vergessen könnte, sollte man in den Terminplan eintragen.

### Arbeitstechniken

- Es ist günstig, mit einem einfachen, interessanten und angenehmen Lernstoff (vielleicht dem beliebtesten Fach) die Lernarbeit zu beginnen. Eine andere Möglichkeit besteht darin, mit dem unangenehmsten Fach zu beginnen. Viele Schüler äußern, dass es eine Erleichterung sei, die ‘dicken Brocken‘ möglichst schnell hinter sich zu haben.
- Um Lernhemmungen und Motivationsproblemen zu begegnen, ist eine Abwechslung zwischen mündlichen und schriftlichen Arbeiten sinnvoll.
- Ähnlichkeitshemmungen werden vermieden durch sinnvolle Abwechslung zwischen verschiedenen Lernstoffen (z. B. Sprache, Naturwissenschaft, Sprache)
- Um den Lernstoff gut im Gedächtnis zu verankern und eintöniges Lernen zu vermeiden, hat sich der Einsatz verschiedener Lernwege bewährt (z. B. 1. Lesen, 2. Markieren, 3. Exzerpieren, 4. Wiederholen).
- Wichtig sind auch kurze oder längere Pausen während der Arbeitszeit. Die Länge der Pause hängt von der Dauer der vorangehenden Arbeitsphase ab (Regel: Je länger die Arbeitsphase, desto länger die Pause).

### Funktion der Pausen

1. Sie stellen Zeit für die Verankerung des Lernstoffes bereit. Damit wird der Gefahr von Gedächtnishemmungen begegnet.
2. Aufmerksamkeit und Konzentration werden auch über längere Arbeitsphasen erhalten.