

## Mit Kindern zu Hause lernen

Alle Eltern, die jetzt mit ihren Kindern zu Hause sind, stehen vor der Herausforderung, den Schulstoff in der einen oder anderen Form zu vermitteln oder ihr Kind anzuleiten, sich diesen selbstständig zu erarbeiten. Wie kann das gelingen? Karen Wehnert, Diplom-Psychologin in der FRÖBEL-Familienberatung CLARA, hat gute Ideen für Sie.



Die Schulen wurden angehalten, den Kindern Aufgaben für die „Homeschooling“-Zeit zu geben und nun sind Sie mit ihren Kindern zu Hause und sollen eine Zeit gestalten, die im Regelfall in der Schule stattfindet. Wir haben überlegt, was für Sie als Eltern jetzt besonders hilfreich sein könnte.

### Hier ein paar Tipps, was hilfreich sein könnte

#### 1. Schaffen Sie eine Routine für jeden „Homeschooling“-Tag

Der „Homeschooling“-Tag beginnt am besten so ähnlich, wie an einem normalen Schultag zu einer vorab besprochenen Zeit, d.h. Wecker klingeln oder Wecken, anziehen und ein leckeres Frühstück.

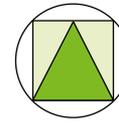
#### 2. Schaffen Sie eine entspannte und ruhige Lernatmosphäre

Lassen Sie frische Luft in den Raum, bereiten Sie mit dem Kind zusammen einen Tisch oder Schreibtisch vor, der wenig Ablenkung bietet d.h. auf dem sich nichts weiter befindet als die zum Lernen benötigten Materialien.

Stellen Sie etwas zum Trinken bereit am besten Mineralwasser oder Leitungswasser. Smartphone-, Computer-, Fernseh- und Radioprogramme sollten in dieser Zeit ausgeschaltet werden, es sei denn, sie werden für die Arbeit benötigt.

#### 3. Legen Sie Zeitfenster fest, in denen sich ihr Kind oder ihre Kinder mit dem Schulstoff beschäftigen und begrenzen Sie aktiv die Zeit

Überlegen Sie gemeinsam, wie sich das am besten gestalten lässt. Kinder und auch Jugendliche haben oft tolle Vorschläge und fühlen sich wichtig und gehört, wenn sie mitentscheiden können. Das stärkt das Selbstbewusstsein und lässt sie auch selbst Verantwortung übernehmen. Legen Sie gemeinsam ein oder mehrere Zeitfenster fest in denen die aus der Schule übertragenen Aufgaben erledigt werden, zum Beispiel wochentäglich 9-11 Uhr und 14-15 Uhr. Passen Sie die Zeitspanne/n Ihrem Kind an. Sie können sich an den Stundenplänen orientieren, sollten jedoch die Zeit deutlich verkürzen.



#### **4. Beachten Sie das Alter und den Entwicklungsstand**

Wichtig ist es, sich dabei an das Alter und den Entwicklungsstand des Kindes und des zu bewältigenden Schulstoffes zu orientieren.

Kinder im Grundschulalter haben noch eine relativ kurze Zeitspanne für konzentriertes Arbeiten.

Im Folgenden finden Sie eine Tabelle als Anhaltspunkt, wie lange ein Kind sich in welchem Alter durchschnittlich auf eine Aufgabe konzentrieren kann.

| Alter       | Dauer der Konzentration im Durchschnitt |
|-------------|---|
| 5-7 Jahre   | bis 15 min                              |
| 7-10 Jahre  | bis 20 min                              |
| 10-12 Jahre | bis 25 min                              |
| 12-16 Jahre | etwa 30 min                             |
| Erwachsene  | etwa 90 min                             |

#### **5. Sorgen Sie für einen guten Wechsel der Anforderungen**

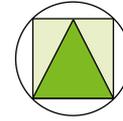
Auch wenn der Schulstoff ein konzentriertes Arbeiten erfordert, sorgen Sie dafür, dass z.B. bei schriftlichen Aufgaben immer wieder kleinere Sequenzen eingebaut werden, in denen Sie mündlich mit Ihrem Kind üben. Die Groß- und Kleinschreibung kann auch „trainiert“ werden, indem die Wörter nicht nur geschrieben werden. Probieren Sie z.B. einmal folgende Methode: Sie lesen zunächst einen Satz aus einem Buch oder der Zeitung vor und dann wiederholen Sie jedes Wort nacheinander und Ihr Kind nennt nur „groß“ oder „klein“, je nachdem wie das Wort im Satz geschrieben wird. Nur bei Unsicherheiten benennen Sie gemeinsam die Begründung.

#### **6. Sorgen Sie regelmäßig für Pausen**

Bilden Sie kurze Einheiten, Arbeitsphasen, die sich deutlich von der Pausenzeit unterscheiden. Lüften Sie noch einmal, geben Sie dem Kind die Möglichkeit sich zu bewegen, etwas zu trinken, bieten Sie Obst und Gemüse als Snack an bevor eine neue Arbeitseinheit folgt. Nach zwei Arbeitseinheiten sollten Sie eine längere Pause einplanen und dem Kind Bewegung an der frischen Luft ermöglichen. Entspannung und Bewegung sind wichtig, da das Gehirn sonst nicht wieder in einen konzentrativen Zustand findet, denn das braucht jede Menge Energie.

#### **7. Noch ein Tipp für die Pause**

„Man sollte aufhören, wenn es am schönsten ist“ – Beenden Sie die Arbeitsphasen mit einem Erfolgserlebnis für Sie und Ihr Kind. Wenn Sie bis in die Erschöpfung oder den Widerstand lernen, gehen Sie und Ihr Kind so in die Pause und deshalb fällt der Anfang nach der Pause umso schwerer oder anders gesagt umso leichter, je mehr Spaß sie gemeinsam beim Lernen haben. Erfolg stellt sich immer ein, wenn Sie ehrlich die Anstrengung Ihres Kindes loben oder mit etwas die Arbeitsphase beenden, was für Ihr



Kind nicht zu leicht ist, es aber gut kann – was ich kann, tue ich gern. Solch eine kurze Übungssequenz kann auch zum Ritual werden und so die Pause ankündigen.

### **8. Erkennen Sie die Anstrengungsbereitschaft Ihres Kindes an sich mit einer Sachlage zu beschäftigen oder Aufgaben eigenständig zu lösen**

Auch wenn nicht jede Aufgabe sofort glücken wird, geben Sie ihrem Kind das Gefühl, dass Sie wissen wie sehr es sich anstrengt oder verzweifelt ist, weil es eine Aufgabe gar nicht versteht. Gehen Sie mit der Grundhaltung daran, dass ihr Kind es grundsätzlich schaffen möchte. Überlegen Sie gemeinsam, wie sich das Problem lösen ließe. Erkennen Sie die Anstrengungsbereitschaft an und loben Sie ihr Kind auch für Aufgaben, die es eigenständig lösen konnte. Alle Kinder brauchen Ermutigung und Worte wie „Du schaffst das“ „Ich sehe, wie sehr Du Dich angestrengt hast, die Matheaufgaben zu lösen“.

### **9. Bleiben Sie geduldig und ruhig**

Wichtig zum Gelingen der schulischen Lernsituation zu Hause ist, dass Sie geduldig und ruhig bleiben. Wenn Sie merken, dass Sie zu aufgeregt werden, verlassen Sie die Situation und beruhigen Sie sich. Ihr Kind bemerkt Ihre Aufregung und kann sich, wenn Sie angespannt und laut werden überhaupt nicht mehr auf seinen Lernstoff konzentrieren.

### **Testen Sie spielerische Lernformen**

Eine Vielzahl von Apps und Software ermöglicht heute spielerische Formen von Lernen zu nutzen. Machen Sie sich schlau, ob etwas dabei ist, was für Sie bzw. Ihr Kind passen könnte.