

## Wie das Lernen zu Hause gelingt!

Die Schulen haben ja derzeit geschlossen und das Lernen erfolgt von zu Hause aus. Dies stellt oftmals eine große Herausforderung für die Schüler sowie für die Eltern dar. Wie können Sie ihr Kind diesbezüglich unterstützen?

### Ein paar Tipps, wie dies gut gelingen kann:

Tipps für mehr Konzentration (wenn zum Beispiel die Geschwister laut sind):

- **Ein ruhiger Platz zum Lernen:** Gelernt sollte im eigenen Zimmer werden, wo Ruhe und möglichst wenig Ablenkung herrscht. Die Kinder können auch einen Zettel mit „Hier lerne ich – bitte nicht stören“ an ihre Zimmertüre hängen.
- **Ein aufgeräumter Platz zum Lernen:** Alles was ablenkt oder stören könnte (z.B.: Puzzle, Comic-Heft, Handy....etc.) wegräumen. Mit diesen Tätigkeiten kann sich ihr Kind dann belohnen.
- **Pausen machen:** 10 – 15 jährige Kinder sollten alle 30 Minuten eine kurze Pause von ein paar Minuten machen und nach 2 Stunden eine längere Pause von 15-20 Minuten, um etwas zu trinken, essen oder mit der Familie zu sprechen.

Tipps, wie man sich Inhalte besser merken kann:

- **Karteikasten:** Beim Lernen werden Verknüpfungen im Gehirn gebildet. Durch häufigeres Wiederholen werden diese Verbindungen stärker. Mit Hilfe eines Karteikastens wird systematisches Lernen und Einspeichern ermöglicht (es gibt bereits auch Karteikarten Apps, z.B.: [www.card2brain.ch/info](http://www.card2brain.ch/info))
- **Verarbeitungstiefe im Gehirn-möglichst viele Kanäle aktivieren:**  
z.B: Kann ihr Kind im Zimmer herumgehen und sich den Lernstoff laut vorsagen, sich wichtige Punkte aufs Handy sprechen und abhören, Sie können sich von ihrem Kind den Stoff erklären lassen, sich von ihrem Kind Prüfungsfragen ausdenken lassen, oder Eselsbrücken erfinden.

Tipps, um den Stoff besser zu verstehen

- **Fragen stellen:** Vielleicht gibt es die Möglichkeit mit der Lehrperson Kontakt aufzunehmen, z.B. über Mail oder ihr Kind kann sich mit Klassenkameraden vernetzen und ihnen Fragen stellen.
- **Selbst recherchieren:** Ihr Kind könnte selbst/mit ihrer Hilfe in Schulbüchern oder auch im Internet recherchieren

## Tipps für mehr Motivation

- **Ziele setzen:** Viele kleine Ziele setzen, diese führen dann zu einem großen (gute Tagespläne erstellen, was wird heute gemacht, was morgen..?)
- **Planung:** Die Aufgaben in kleine Portionen unterteilen.
- **Belohnung:** Wenn eine Herausforderung geschafft ist, dann hat ihr Kind eine Belohnung verdient und darf den Erfolg genießen!

**Gerade jetzt in Corona Zeiten ist es wichtig, den Tag gut zu strukturieren. Unterstützen Sie ihr Kind gegebenenfalls dabei. Teilen Sie mit ihrem Kind Lernzeiten und Freizeiten fest ein und halten Sie diesen Plan ein.**

Achten Sie darauf, dass ihr Kind die digitalen Medien während der Lernphasen nur benutzt, wenn es sie für die Erledigung von Aufträge benötigt.

Weitere gute Tipps finden Sie und Ihr Kind auch in der Broschüre des Ministeriums „Lernen lernen“ auf der Homepage [http://www.schulpsychologie.at/fileadmin/user\\_upload/NEU\\_Lernen-Lernen\\_Schueler\\_A4\\_BF.pdf](http://www.schulpsychologie.at/fileadmin/user_upload/NEU_Lernen-Lernen_Schueler_A4_BF.pdf)