Dr. Iris Kühnl, Eichstätt
www.learn-and-relax.de

Hausaufgaben?! Kein Grund zur Panik

Dr. Iris Kühnl

Eichstätt

Dr. Iris Kühnl, Eichstätt
www.learn-and-relax.de

Darum geht es heute Abend:

1. Die Hausaufgabensituation
2. Wichtigste Lerntricks zum Weitergeben
3. Schwierige Situationen bewältigen
4. Zeit für Fragen

Alltag mit den Hausaufgaben

Dr. Iris Kühnl, Eichstätt
www.learn-and-relax.de

Hilflosigkeit

Weinen

Wut

Verdrängen

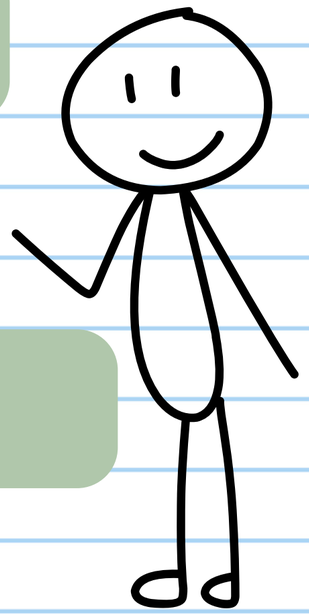
Kopf nicht einschalten

Angst / Panik

Perfektionismus

Angst / Panik

Wut / Genervtheit



Überforderung

Zeitdruck

Mangelnde Geduld

Dr. Iris Kühnl, Eichstätt
www.learn-and-relax.de

Vertrau ich meinem Kind?

Lass ich Raum für Erfahrung?

Bin ich streng?

Fordere ich etwas ein?

Dr. Iris Kühnl, Eichstätt
www.learn-and-relax.de

Vertrau ich meinem Kind?

Lass ich Raum für Erfahrung?

Kinder sind nachmittags oft erschöpft und spüren, dass sie eine Pause brauchen.

Kinder lernen aus Erfahrungen - in einem gewissen Rahmen auch aus schlechten.

Lernen wird besser, wenn Kinder spüren, dass die Verantwortung bei ihnen liegt.

Dr. Iris Kühnl, Eichstätt
www.learn-and-relax.de

Die Arbeitshaltung bildet sich über Jahre aus und Unangenehmes fällt meist schwer.

Kinder können nicht abschätzen, was wichtig ist und was nicht ⟶ Fehlender Überblick.

Lernfreude kommt auch mit Lernerfolg und dafür ist Hilfe und Müssen manchmal die Basis.

Bin ich streng?

Fordere ich etwas ein?

Dr. Iris Kühnl, Eichstätt
www.learn-and-relax.de

Also was tun?

- Aufmerksamkeit und Rückzug leben.
- Kontrollieren, aber nicht die ganze Zeit daneben sitzen.
- Nichts eskalieren lassen ⟶ lieber Rückzug
- Lernen und Proben / Schulaufgaben im Blick behalten und begleiten.
- Lernstrategien so lange weitergeben, bis das Kind sie anwenden kann.
- Raum für Eigenerfahrung geben.
- Lernen mit dem Kind bei 80% beenden.

Dr. Iris Kühnl, Eichstätt
www.learn-and-relax.de

Die wichtigsten Lerntricks

Kleine Häppchen über viele Tage

Wichtiges Schriftlich

laut lernen und selbst kon-trollieren

Dr. Iris Kühnl, Eichstätt
www.learn-and-relax.de

Kleine Häppchen über viele Tage

Weniger ist mehr:
Das Gehirn lernt besser, wenn die Häppchen klein sind und echte Pausen dazwischen.

Also lieber früh anfangen und nur 10 oder 15 Minuten am Tag zusätzlich lernen.

Auch beim Rechtschreiben gilt: Steter Tropfen: Jeden Tag zwei Sätze diktieren, die Fehler besprechen und das Wort richtig schreiben lassen.

Dr. Iris Kühnl, Eichstätt
www.learn-and-relax.de

Wichtiges schriftlich

Schriftlich lernen ist am effektivsten.

Wegen der Anstrengung kann nicht alles schriftlich gelernt werden.

Rechtschreibung und Fachbegriffe, später Vokabeln müssen immer schriftlich gelernt werden.

Ansonsten gilt schriftliches Lernen dann, wenn die Unlust oder mangelnde Konzentration zu stark ist.

Dr. Iris Kühnl, Eichstätt
www.learn-and-relax.de

laut lernen und selbst kontrollieren

Ab Mitte der 2. Klasse und in der 3. Klasse wird stückweise das Lernen an das Kind übertragen. Die Erwachsenen fragen ab und helfen, wenn das wesentliche schon gelernt ist.

1. Das Kind liest sich laut das zu Lernende vor.
2. Deckt es ab.
3. Wiederholt laut, was es noch weiß.
4. Deckt auf und kontrolliert.
5. Solange, bis der Hefteintrag, das Gedicht, ... zugedeckt aufgesagt werden kann.
6. Eltern oder Geschwister fragen ab.

Dr. Iris Kühnl, Eichstätt
www.learn-and-relax.de

Und Ihre wichtigste Strategie:

Gelernt wird NUR das, was auch auf ist. Bleiben Sie nah an Heft und Buch!

Unterdrücken Sie die Impulse eines Erwachsenen, noch alles außen herum zu erklären.

Dr. Iris Kühnl, Eichstätt
www.learn-and-relax.de

Und aus meiner Erfahrung

Die meisten Kinder lernen besser, wenn sie in Gesellschaft sind, d.h. jemand sieht, wenn sie nicht mehr lernen. Daher Vorsicht mit dem eigenen Zimmer!

Bleiben Sie bei jüngeren Kindern und in der 5. Klasse in der Nähe, aber verfolgen Sie nicht jeden Strich Ihres Kindes mit Aufmerksamkeit.

Achten Sie auf Ihre Körperhaltung und Ihren Tonfall, unsere Kinder kennen uns und reagieren auf jedes Anzeichen von Genervtheit oder Sorge.

Dr. Iris Kühnl, Eichstätt
www.learn-and-relax.de

„Mein Kind braucht Hilfe und wenn ich helfen will, regt es sich auf...“

Dr. Iris Kühnl, Eichstätt
www.learn-and-relax.de

Das können Sie ausprobieren:

Passen Sie Ihren Tonfall nicht dem Ihres Kindes an
und helfen Sie nicht um jeden Preis!

Formulieren Sie klar, die Bedingungen des Lernens:
Ich helfe dir, wenn du bereit bist, mir in Ruhe zuzuhören.
Wenn das nicht geht, dann lassen wir das im Moment ruhen.

Wechseln Sie zum Erklären oder Üben den Ort, setzen Sie sich zum Beispiel auf das Sofa.

Wenn die Situation öfter eskaliert, besprechen Sie die Situation vorab oder in einer ruhigen Minute.

Lassen Sie, wenn möglich, auch mal jemand anderen helfen.

Dr. Iris Kühnl, Eichstätt
www.learn-and-relax.de

„Mein Kind sieht eine Aufgabe, ist überzeugt, dass sie schwer ist, und gibt sofort auf."

Dr. Iris Kühnl, Eichstätt
www.learn-and-relax.de

Das können Sie ausprobieren:

Kommentieren Sie es in der akuten Situation nicht, sondern bleiben Sie bei dem Kind und warten Sie ab.

Schreiben Sie die Zeit auf, in der das Kind wirklich an der Aufgabe arbeitet. Und zeigen Sie das danach dem Kind.

Decken Sie die Hälfte der Arbeit zu.

Markieren Sie einzelne Aufgaben auf dem Blatt und lassen Sie das Kind damit beginnen.

Setzen Sie – mit vorheriger Absprache mit Kind und Lehrkraft – einen zeitlichen Rahmen. Nach Ablauf endet das Arbeiten an der Aufgabe.

Dr. Iris Kühnl, Eichstätt
www.learn-and-relax.de

„Mein Kind tut so, wie wenn ihm alles egal ist und schlechte Noten es nicht berühren."

Dr. Iris Kühnl, Eichstätt
www.learn-and-relax.de

Das können Sie ausprobieren:

Das ist der Fall, in dem es meist gilt, streng zu werden - ohne viele Emotionen zu zeigen.

Diskutieren Sie nicht, ob etwas schlimm ist oder nicht.
"Ich bin deine Mama/dein Papa und mir ist es wichtig!"

Setzen Sie Hausaufgaben- und Lernzeiten fest und ziehen Sie diese soweit möglich durch.

Auch hier gilt: Nicht eskalieren lassen und nichts übertreiben. Im Zweifelsfall unterbrechen, Zeiten reduzieren, am nächsten Tag neu starten.

Dr. Iris Kühnl, Eichstätt
www.learn-and-relax.de

Und für alle Fälle gilt:

Loben, loben, loben...

Finden Sie jeden Tag etwas, was gut war. Sagen Sie das Ihrem Kind.
Je mehr Stress und Streit es gibt, desto mehr Lob sollten Sie den restlichen Tag finden.

Und vor allem: Schule und Lernen muss seinen Platz haben - und es darf nicht alles sein! Machen Sie unbedingt auch etwas Schönes mit Ihrem Kind!!

Dr. Iris Kühnl, Eichstätt
www.learn-and-relax.de

Wollen Sie auf dem Laufenden bleiben?
Tragen Sie sich zum Newsletter ein und Sie werden über zahlreiche, kostenfreie Online - Vorträge über Erziehung und lernen informiert.
Einfach dem QR-Code folgen oder unter www.learn-and-relax.de.

Danke fürs Zuhören &

Zeit für Fragen