


Landshut, den 27.03.2020


Liebe Eltern und Erziehungsberechtigte,

die Schulschließungen bringen für viele Familien besondere Herausforderungen mit sich, sowohl im privaten als auch im schulischen Bereich. Die Übersicht zum Lernen zuhause “ (vgl. Anlage 1) und die nachfolgenden Tipps sollen Ihnen und Ihren Kindern bei der Bewältigung dieser Situation helfen:


### Struktur im Alltag

- 
- Gemeinsame Wochen- und Tagesplanung -> Mitsprache des Kindes berücksichtigen
  - Feste Arbeitszeiten, Pausen und Pufferzeiten einplanen (vgl. Anlagen 2 und 3)
  - Lerntempo und Lerngewohnheiten ihres Kindes beachten
  - Wiederholungen und Übungsphasen einplanen (vgl. Anlage4; wenn dafür Zeit bleibt!)
  - Freizeit bewusst einplanen
  - Fester Arbeitsplatz

### Kontakt mit der Schule

- 
- Empfehlungen der Lehrkräfte beachten
  - Zeitnahe Kontaktaufnahme mit der zuständigen Lehrkraft bei Schwierigkeiten
  - Rückmeldungen an die Lehrkräfte, z.B. bei zu hohem Arbeitspensum

### Das Wichtigste zum Schluss

- 
- Bleiben Sie selbst gelassen im Hinblick auf die schulischen Anforderungen.
  - Nehmen Sie den Druck heraus und nutzen Sie die Zeit zur Entschleunigung.
  - Bleiben Sie und ihre Familie gesund – auch psychisch.
  - Nutzen Sie die Zeit mit Ihren Kindern für die gemeinsame Freizeitgestaltung (Spielen, Spaziergänge,...).

Wir wünschen Ihnen alles Gute und die nötigen Kräfte, um die anstehenden Tage und Wochen gemeinsam mit Ihren Kindern in der Familie gut zu meistern!

Scheuen Sie sich aber nicht, bei Belastungen und familiärem Stress professionelle Hilfsangebote in Anspruch zu nehmen.

Dafür stehen Ihnen zusätzlich zu unserem Angebot an der Staatlichen Schulberatungsstelle für Niederbayern auch außerschulische Beratungsstellen, das Jugendamt sowie Ihre zuständigen Schulpsychologen und Schulpsychologinnen in dieser Krisenzeit beratend zur Seite.

Mit herzlichen Grüßen - und bleiben Sie alle gesund!

Doris Engelmann und Claudia Guth

(Staatliche Schulpsychologin für Grund und Mittelschulen, zentrale Beratungslehrkraft für Grund- und Mittelschulen an der Staatlichen Schulberatungsstelle für Niederbayern)

**Anlagen:**

- 1 Übersicht zum Thema „Lernen zuhause“
- 2 Wochenplan ausgefüllt
- 3 Wochenplan blanko
- 4 Lücken schließendes Lernen (Vokabeln und Co)

Sich mit etwas Schöner belohnen, wenn man einen Abschnitt geschafft hat

Was tut mir gut?

### Bewusste Freizeit

- Spaziergehen
- Buch lesen
- Musik hören
- Mit Freunden telefonieren
- ...



### Lernzeiten



Möglichst  **feste**  Lernzeiten

Beispiel Wochenplan

Nach 20-30 min. Aufstehen: Kurze Pausen mit Bewegung/evtl. frischer Luft

### Lernplanung

Welche **Fächer** bearbeite ich heute? Welche Themen?

Wie viel **Zeit** benötige ich? Zeit einteilen!

In welcher **Reihenfolge** erledige ich die Aufgaben? Sinnvoll: Abwechseln zwischen Sprachen und Naturwissenschaften. Mit einem Fach beginnen, das einem leicht fällt.

Mit welcher **Methode** lerne ich den Stoff?

Im **Wochenplan** abhaken, wenn bestimmte Aufgaben erledigt sind!

### Konzentration

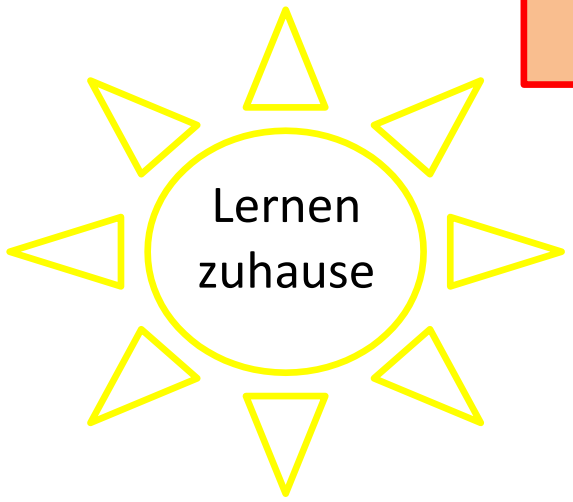


Zeitaufwand für eine Aufgabe einschätzen und die tatsächlich benötigte Zeit stoppen

Beim Lernen: Handy ausschalten oder weglegen

Klare Ziele festlegen! Wie viele Wörter lerne ich heute? Welche Aufgaben bearbeite ich?

Kleine Pausen durch Trinken und kurze Bewegung



### Arbeitsplatz

**FESTER** Arbeitsplatz! Tipp: Gearbeitet wird nur am Schreibtisch und am Schreibtisch wird nur gearbeitet



Ordnungshilfen schaffen

Papierkorb

Regal

Pinnwand (z.B. mit Lernplan)

MEIN WOCHENPLAN VOM \_\_\_\_\_ BIS ZUM \_\_\_\_\_ :

- BEISPIEL

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:30 – 09:00	Wochenplan für diese Woche erstellen 😊	Workbook S. 40 😊	Vokabeln lernen 😊	Grammatik-Übungen AB 😊	S. 48/ 3 und 4 😊
09:00 – 09:30	Vokabeln lernen 😊	Buch S. 30 und Zusammenfassung 😊	Text S. 35 zusammenfassen 😊	Grammatik-Übungen AB 😊	Wiederholung und Übungen Grundwissen 😊
PAUSE					
09:45 – 10:15	Mathe- Aufgaben S. 45/2 und 3 😊	Text Buch S: 42 😊	Video und Hefteintrag S. 48 😊	Text im Buch S. 33 und Hefteintrag 😊	Grammatik - Übungen 😊
10:15– 10:45	Mathe- Aufgaben S. 45/ 3 und 4 😊	AB + Buch S.22 😊 x	S. 48/ 3 und 4 😊 x	MindMap zu Hefteintrag 😊	Übungsaufsatz verbessern 😊
PAUSE	Pause mit kurzer Bewegung				
11:15 – 11:45	Übungsaufsatz 😊 x	Grammatik- Übung S. 13 😊 x	Text Buch S: 23 zusammenfassen 😊	S. 40 Brief in Englisch 😊	Tagesaktuelles Geschehen verfolgen 😊
11.45 – 12:15	Übungsaufsatz 😊	Text vom Buch S: 23 zusammenfassen 😊	Vokabeln lernen 😊	S. 40 Brief in Englisch 😊	5 Fake-News herausfinden & aufschreiben 😊
PAUSE & Mittagessen					
FREIZEIT					
16:00 – 16:30 (Puffer)	Englisch 😊		S. 48/ 4 fertig		Verbessern der Mathe und Deutsch Übungen
16:30 – 16:30 (Organisation)	Alles geschafft? 🤔 nein, muss ich umplanen?	Deutsch unklar 🤔 Lehrkraft Frage schicken	Mathe-Abgabe (auf mebis) Aufg. drucken		ALLES abgeben?
	✓	✓	✓	✓	✓



Deutsch Mathe Englisch Physik Französisch Reli Erdkunde Bio Geschichte .....

😊 gut geklappt    😊 mittel geklappt    😊 schlecht geklappt    x noch nicht vollständig erledigt

Super! Plan soweit erfüllt! Das habe ich gut hinbekommen! Meine .... - Lehrkraft würde mich jetzt bestimmt loben 😊.  
Mit was kann ich mich am Wochenende belohnen?

MEIN WOCHENPLAN VOM \_\_\_\_\_ BIS ZUM \_\_\_\_\_:

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag

Fächer:

😊 gut geklappt    😐 mittel geklappt    ☹ schlecht geklappt    x noch nicht vollständig erledigt



## Das ist DIE Chance, Lücken zu schließen!



Um welches Fach geht es bei mir: \_\_\_\_\_

Was in diesem Fach gut klappt: \_\_\_\_\_

In diesem Bereich habe ich aber v.a. Problem: \_\_\_\_\_

**Und so kann ich die Lücken angehen: Das ist mein Plan!**

Diese konkrete Lücken gehe ich nacheinander an: z.B. Grammatik-Stoff, Themengebiet, Buch S. ....	Bis dahin kann ich's	Das mache ich konkret dafür:	Ich schaffe das allein ja/nein	Wer kann mich ggf. dabei unterstützen?	So überprüfe ich, dass ich es kann:	Das gönne ich mir, wenn ich's kann: