Tipps für Eltern

Liebe Eltern,

schön, dass Sie Ihr Kind mit den Übungsbüchern aus der Reihe **LERNSTARK** unterstützen!
Erfolg in der Schule hängt auch mit der sorgfältigen und konzentrierten Nacharbeit und Vorbereitung zu Hause zusammen. Im Folgenden haben wir daher ergänzend noch einige Tipps zusammengestellt, mit deren Hilfe Sie Ihr Kind sinnvoll fördern können:

Der ideale Arbeitsplatz

Beginnen wir beim Arbeitsplatz selbst, also dem Platz, an dem Ihr Kind lernt. Der Schreibtisch sollte ausreichend groß und mit einem haltungsgerechten Stuhl ausgestattet sein. Und: Es sollte tatsächlich ein Schreibtisch sein! Vermeiden Sie, mit Ihrem Kind gemeinsam am Küchen- oder Esszimmertisch zu lernen. Ihr Kind sollte sich früh daran gewöhnen, möglichst immer an seinem eigenen Schreibtisch in seinem „Arbeitszimmer“ zu arbeiten. Zum einen werden so Störungen durch die Umgebung minimiert, zum anderen ist es wichtig, immer am gleichen, festen Arbeitsplatz zu lernen. Da Menschen sich sehr an Gewohnheiten orientieren, erleichtert dies das Lernen, weil sich das Kind quasi automatisch auf „Lernen“ einstellt, wenn es sich an seinen Lernplatz setzt.
So ist bereits der Einstieg ins Lernen einfacher. Dies gilt vor allem dann, wenn eine weitere Bedingung erfüllt ist:

Störungen vermeiden

Der feste Lernplatz muss so weit wie möglich frei von Störungen und Ablenkungen sein. Das heißt zunächst, dass der Schreibtisch aufgeräumt sein sollte und sich dort nur die Materialien befinden sollten, die Ihr Kind zum Lernen braucht. Auch ein Papierkorb sollte direkt beim Schreibtisch stehen, damit überflüssiges Schmierpapier direkt dort landet, wo es hingehört, und nicht etwa den Schreibtisch belagert. Machen Sie Ihrem Kind sehr deutlich klar, dass Handy und MP3-Player nichts auf dem Schreibtisch zu suchen haben. Auch gilt, dass Handy, MP3-Player und der Computer während des Lernens unbedingt ausgeschaltet sein sollten. Jede SMS, jeder kurze Blick ins Internet bedeutet für Ihr Kind eine Ablenkung und führt dazu, dass es sich neu einarbeiten muss und damit auch Zeit einbüßt.

© Westermann Gruppe

Konzentration auf eine Aufgabe

Auf dem Schreibtisch sollten nur die Materialien liegen, die Ihr Kind für die jeweilige Arbeit benötigt. So kann es sich ganz auf die Aufgabe, die gerade bearbeitet werden muss, konzentrieren. Andere Schulsachen würden davon nur ablenken und könnten zu einem Gefühl der Überforderung beitragen („Oh je, das muss ich auch noch alles machen ...“). Sobald eine Arbeit erledigt ist, werden die betreffenden Unterlagen vom Schreibtisch geräumt. Nach einer kleinen Pause kann es dann weitergehen.
Störungen werden oft auch durch Geschwister verursacht und nicht zuletzt auch manches Mal durch die Eltern selbst. Sorgen Sie also im Interesse Ihres Kindes für Ruhe in der Wohnung/im Haus und seien Sie darüber hinaus auch diszipliniert mit sich selbst. Fragen bezüglich eventueller Freizeitaktivitäten oder eines Essenswunsches können auch nach dem Lernen geklärt werden. Telefonanrufe von Freunden Ihres Kindes sollten Sie ebenfalls auf die Zeit vor oder nach dem Lernen begrenzen. Sprechen Sie sich hierzu mit den Eltern der anderen Kinder ab.

Frische Luft für Konzentration

Da das Gehirn beim Lernen viel Sauerstoff verbraucht, sollten Sie für ausreichend frische Luft sorgen. Der Schreibtisch sollte an einem hellen Platz stehen, gerne vor dem Fenster. Wenn aber beim Blick aus dem Fenster zu viele Ablenkungen drohen, weil sich etwa in unmittelbarer Nähe ein Spielplatz befindet, sollte ein anderer Platz gewählt werden. Generell gilt, dass der Schreibtisch ausreichend beleuchtet sein muss, da sonst bereits viel Energie ins Sehen „wegfließt“, welche eigentlich für das Lernen benötigt wird. Bei Rechtshändern sollte die Schreibtischlampe wegen des Schattenwurfs links stehen, bei Linkshändern rechts. Ihr Kind sollte weiterhin weder hungrig noch durstig lernen, da es sonst mehr ans Essen oder Trinken als ans Lernen denkt.

Eine Pause nach dem Mittagessen

Andererseits sollte Ihr Kind nach einer Hauptmahlzeit nicht direkt mit dem Lernen beginnen, sondern mindestens eine Stunde Zeit verstreichen lassen. Erklären Sie Ihrem Kind den Grund dafür: Nach dem Essen befindet sich viel Blut in den Verdauungsorganen, um dort Nährstoffe aufzunehmen. Das Gehirn, welches über das Blut mit Sauerstoff versorgt wird, wird während dieser Zeit nicht so gut bedient wie sonst. Daher kann man dann nicht so gut lernen. Nutzen Sie die Zeit, um mit Ihrem Kind über den Schultag zu sprechen oder Pläne für den Nachmittag zu schmieden.

© Westermann Gruppe

Darüber hinaus bietet diese Zeit eine gute Gelegenheit für Ihr Kind, sich etwas auszuruhen. Es hat bereits einen ganzen Schultag hinter sich und noch einiges an Arbeit vor sich. Sinnvoll wäre z.B. ein kleiner Spaziergang oder eine Entspannungsübung.

Einteilen des Lernstoffs in Portionen

Vor Beginn des Lernens sollte der Lernstoff zunächst gesichtet und in Portionen aufgeteilt werden. Es bietet sich an, jede einzelne Portion auf einen Zettel zu schreiben und diesen an eine Pinnwand zu heften oder in einem Kästchen auf dem Schreibtisch zu deponieren.

Übersicht schaffen und motivieren

Sobald eine Aufgabe erledigt ist, kann Ihr Kind den Zettel mit der betreffenden Aufgabe mit Genugtuung zerknüllen und wegwerfen. Die Arbeit wird dadurch natürlich nicht weniger, das Kind behält jedoch eher die Übersicht und wird nicht so leicht überfordert. Außerdem verschafft das Zerknüllen und Wegwerfen der Zettel ihm jedes Mal ein kleines Erfolgserlebnis. Auch diese Vorgehensweise trägt dazu bei, sich besser auf das jeweilige Thema zu konzentrieren und kein „Chaos im Kopf“ entstehen zu lassen.
Alternativ zum Aufschreiben der einzelnen Portionen auf verschiedenen Zetteln können alle Aufgaben untereinander aufgelistet werden und nach Erledigung mit einem Haken versehen werden. Dabei kann das Blatt so gefaltet werden, dass immer nur die Aufgabe zu sehen ist, die gerade „dran“ ist.

Pausen sind wichtig

Je nach Länge und Schwierigkeitsgrad der einzelnen Übungseinheiten müssen Pausen eingeplant werden. Die Dauer der Konzentrationsfähigkeit liegt bei Kindern im Alter von sieben bis zehn Jahren bei circa 20 Minuten. Selbstverständlich variieren diese Zeiten von Kind zu Kind und sind abhängig vom Schwierigkeitsgrad des Lernstoffes und der Tagesform des Kindes. Pausen sind dennoch sehr wichtig, da sie einerseits helfen, zu regenerieren und wieder neue Kraft zu schöpfen, denn das Lernen ist ein anstrengender Akt, der Energie benötigt und kostet. Zum anderen helfen Pausen dem Gehirn aber auch, Gelerntes zu verarbeiten und zu speichern. Folgt zu schnell auf einen Lernvorgang ein weiterer, so stören sich die beiden Vorgänge gleichsam und das Lernen ist damit weniger effektiv. Pausen tragen außerdem zur Motivation bei. Die Pausen sollten von Anfang an fest eingeplant und zwischen die verschiedenen Lernaufgaben gelegt werden. Sind die Übungs-

© Westermann Gruppe

einheiten einmal umfangreicher, werden sie ebenfalls in sinnvolle Portionen aufgeteilt und durch Pausen unterbrochen. Pausen sollten in jedem Fall dann gemacht werden, wenn das Kind noch recht fit ist und nicht, wenn alle Energie bereits verbraucht ist.

Für Klassenarbeiten lernen

Auch das Lernen für Klassenarbeiten sollte systematisch geplant werden. Wichtig ist natürlich, früh genug anzufangen, denn das „Lernen auf den letzten Drücker“ ist ein Grundproblem vieler Schüler.
Wichtig ist auch, dass Ihr Kind sich einen Überblick über die Inhalte verschafft, die in der Arbeit abgefragt werden. Scheuen Sie sich nicht, auch einmal die Lehrkraft anzurufen und nachzufragen, ob Ihr Kind in einem bestimmten Bereich besonders üben sollte. Wenn Ihr Kind schon selbstständig genug ist, kann es dies auch selber erfragen. Anschließend erstellen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind eine Tabelle:
1. die Themen,
2. den vorhandenen Wissensstand („sitzt schon“),
3. Stoff, der intensiver gelernt werden muss („hier muss ich noch lernen“),
4. der geschätzte Zeitaufwand.
Im Anschluss daran wird ein Plan erstellt, bei dem die noch zu lernenden, bzw. zu wiederholenden Lernportionen auf verschiedene Tage aufgeteilt werden. Es empfiehlt sich, mindestens eine Woche vor der Klassenarbeit mit der Vorbereitung zu beginnen. Planen Sie auch hier Zeitreserven für Unvorhergesehenes ein. Selbstverständlich ist dies aber auch von dem individuellen Lernstand Ihres Kindes sowie vom Schwierigkeitsgrad des Stoffes abhängig.

Wichtig ist in jedem Fall, dass das Lernen gut geplant und strukturiert wird, um den Überblick zu behalten und Überforderung vorzubeugen. Die Berücksichtigung dieser Tipps trägt dazu bei, eine positive Lernatmosphäre zu schaffen und die Übungsbücher aus der Reihe **LERNSTARK** sichern den Schulstoff langfristig. So gewinnt Ihr Kind das Gefühl, dass das Lernen machbar ist, und bestimmt auch, dass es Spaß machen kann!

© Westermann Gruppe