

### 1. Lernplan erstellen, Stunden festlegen – Arbeit nach Stundenplan

### 2. Arbeitsplatz einrichten

Der Lerntisch sollte gut geordnet sein, alle unnötigen Dinge verschwinden vom Tisch. In Greifnähe bleiben Hefte, Bücher, Stifte, Zirkel – und auch ein Glas Wasser – um nicht öfter als nötig den Platz verlassen zu müssen. Handy und Fernseher sollten abgedreht bleiben.

### 3. Umziehen und nicht im Pyjama bleiben

Auch wenn man zu Hause bleibt und der Schulweg entfällt, sollte man sich anziehen und nicht den ganzen Tag im Pyjama bleiben. Nach einem ausgiebigen Frühstück geht es gestärkt in den Lernvormittag!

### 4. Pausen machen, Bewegung einbauen

Wichtig ist, dass nach einer vereinbarten Lernphase von 50 Minuten eine etwa 5-minütige Pause eingelegt wird. In der Pause hilft Bewegung, das Zimmer lüften, Beschäftigung mit dem Haustier oder ein Glas Wasser trinken.

### 5. Große Ziele in kleine zerteilen

Wenn ein großes Ziel in viele kleinere zerlegt wird, hat das Kind dadurch mehrere Erfolgserlebnisse und bleibt motiviert.

Ganz wichtig: Kein Stress! Die Arbeitsaufträge sollten nach bestem Wissen und Gewissen erledigt werden. Nicht jedes Kind wird möglicherweise alle Anforderungen schaffen.

### 6. Lernspektrum erweitern

Lernen muss nicht immer am Schreibtisch stattfinden.

Andere Möglichkeiten: gemeinsame Lernspiele, fremdsprachige Hörspiele, Wissenssendungen, usw.

### 7. Freizeit genießen

Wenn die Lernphasen beendet sind, heißt es, die Freizeit richtig zu genießen. Das gibt Kraft für den nächsten Lerntag zu Hause.

