

Verena Temminghoff

Wie kann ich mein Kind beim Lernen unterstützen?

Fast immer, wenn die Hausaufgaben in der Schule kontrolliert werden, hören die Lehrer von den Schülern Sprüche wie „Hab’ ich vergessen!“, „Ich wusste zu Hause nicht mehr was wir aufhatten!“ oder „Ich habe mir alles aufgeschrieben, konnte die Aufgabe aber zu Hause nicht wiederfinden!“, dabei sind die **Hausaufgaben** besonders **wichtig!**

Hausaufgaben helfen, das im Unterricht Erarbeitete zu üben, einzuprägen und anzuwenden. Werden diese Aufgaben sorgfältig erledigt, können die Schüler der darauffolgenden Unterrichts-Stunde viel besser folgen. Das Kind kann hierbei sehr gut merken, ob es **alleine in der Lage ist bestimmte Aufgaben zu lösen**. Außerdem sind Hausaufgaben eine sehr **gute Vorbereitung auf Klassenarbeiten**, weil der Lernstoff durch die Wiederholung einfach besser sitzt!

Auch wenn in jeder Familie die Erledigung der Hausaufgaben ganz individuelle Facetten besitzt, sind sich viele Probleme sehr ähnlich. Der folgende Artikel gibt Anregungen für die Frage, wie sie das Kind beim Lernen am Besten unterstützen können.

wann ist die beste Zeit zum Hausaufgaben machen?

Als Erwachsene sollten wir nicht aus den Augen verlieren, dass ein Schultag genauso viel Anstrengung für ein Kind bedeutet, wie für uns ein Arbeitstag. Berücksichtigen Sie dies bei der Planung, wann das Kind mit den Aufgaben beginnen soll. Die meisten Kinder wollen ihre Hausaufgaben schnell erledigen und beginnen direkt nach dem Mittagessen mit den Aufgaben. Doch da der Körper nach dem Mittagessen Energie braucht, kann es u.U. ratsam sein, nach dem Mittagessen erst

mal **eine Entspannungsphase** (Musik hören, Nickerchen machen, spielen,...) einzulegen. Danach haben Körper und Geist wieder genügend Energie gesammelt, so dass der Schüler nun gut mit den Aufgaben beginnen kann. Die späten Abendstunden sind zum Lernen auch nicht so günstig, da sich der Organismus langsam auf das Schlafen einstellt.

Überlegen Sie gemeinsam, welches die beste Anfangszeit ist und probieren Sie verschiedene Alternativen aus. Wichtig ist, dass die Hausaufgaben nach einer Zeit des Ausprobierens möglichst **zu einem festen Zeitpunkt** gemacht werden, weil der menschliche Organismus sich auf solche festen Zeiten gut einstellen kann und dann bessere Leistungen möglich sind.

Was tun, wenn das Kind die Hausaufgaben häufig vergisst?

Wenn die Hausaufgaben am Ende der Stunde genannt werden, kann es passieren, dass Kinder sie nicht zuordnen können, weil sie dem Unterricht nicht gefolgt sind oder mit ihren Gedanken schon in der Pause sind. Wenn das Kind außerdem auch feinmotorische Schwierigkeiten hat, ist es vom Arbeitstempo deutlich langsamer als die anderen Kinder in seiner Klasse und das Übertragen ins Hausaufgabenheft schafft es nur teilweise. So können in dieser Situation mehrere Komponenten zusammen kommen, die das Kind benachteiligen. Dennoch wird bereits deutlich: **Das Führen eines Hausaufgaben-Heftes ist unerlässlich**. Die Lehrerin oder der Lehrer kann kontrollieren, ob das Kind alle wichtigen Dinge vermerkt hat und Ihnen dient es dazu, relativ problemlos die Hausaufgaben zu überschauen. In keinem Fall sollten Sie oder Ihr Kind dauernd telefonieren und bei anderen Kindern nachfragen. Ihr Kind gewöhnt sich so daran, doch noch an die Aufgaben zu kommen und wird Ihnen vermutlich einen großen Teil der Verantwortung zuschieben, anstatt sie

bereits in der Schule selbst zu übernehmen.
Das Kind sollte lernen, selbst für die kompletten Aufgaben sorgen zu müssen. Besprechen Sie dies mit Ihrem Kind! Kritik bei fehlenden Aufgaben durch die Lehrerin oder den Lehrer wirkt oft mehr als Ermahnungen durch die Eltern. Zur Not muss das Kind eben mal mit fehlenden Aufgaben in die Schule, um die Konsequenzen zu spüren.

wieviel darf ich meinem Kind helfen?

Im Laufe der Schulzeit entwickelt das Kind sein eigenes Lern- und Arbeitsverhalten. Dabei stellt sich die Frage, wie man das Kind beim Lernen unterstützen kann und worauf man achten sollte.

Dazu ein kleines Experiment:



Entdecken Sie in dieser Zeichnung auf den ersten Blick eine Ziffer? Lassen sie sich Zeit. Wenn sie die Zahl nicht sehen, decken Sie die rechte Hälfte der Zeichnung ab! Hatten sie gerade ein Aha-Erlebnis? Diese Erfahrung, etwas entdecken zu können, sollten sie auch ihrem Kind lassen, selbst wenn es etwas länger dauern sollte. Es ist natürlich schwer, geduldig zu sein, vor allem wenn man selber die Lösung schon vor Augen hat. Wenn Sie ihrem Kind zu schnell die fertige Lösung präsentieren, lähmen Sie seine Entdeckungsfreude. Das Ziel beim „Lernen lernen“ sollte also sein, das Kind **zur Selbständigkeit hin zu begleiten.** Was bedeutet das konkret, z.B. für die Hausaufgaben ? Sie sollten versuchen, nicht immer neben ihrem Kind zu sitzen. Vereinbaren Sie mit ihrem Kind Hilfen.

Achten Sie dabei auf ihre eigenen Erwartungen an das Kind bzgl. Zügigkeit, Konzentration, Sauberkeit und Fehler. Sind diese angemessen? Erst wenn das Kind die Erfahrung macht, Hürden überwinden zu können, traut es sich in Zukunft an weitere Schwierigkeiten heran. Wenn man einem Kind aber jegliche Anstrengung und Problemlösung abnimmt, vielleicht, weil es in dem Moment dann schneller geht oder weil ihre Geduld am Ende ist, so beraubt man das Kind um wichtige Lebenserfahrungen, wie beispielsweise,

- etwas durch eigenen Einsatz zu erreichen,
- Probleme und unerreichbar Geglauhtes zu überwinden oder
- Neues zu lernen.

Wenn das Kind häufig ihre Unterstützung braucht und nicht alleine mit den Hausaufgaben weiterkommt, sollten sie sich mit der Lehrerin zusammensetzen und gemeinsam überlegen, wie sie das Kind unterstützen können. Wenn Teilleistungsschwächen vorhanden sind, ist es günstig mit den Lehrern Vereinbarungen zu treffen, die das individuelle Problem des Kindes berücksichtigen.

wie kann ich die Lernbedingungen günstig beeinflussen?

Man könnte nun genau aufzählen, was alles auf dem **idealen Arbeitsplatz** vorhanden sein muß und was nicht. Das ist natürlich für jeden Unterrichtsgegenstand oder jede Aufgabe verschieden. Vielleicht stellen sie sich mal gemeinsam mit ihrem Kind vor dessen Arbeitsplatz und schauen sich ihn ganz genau an. Dann lassen sie das Kind überlegen, was notwendig und was entbehrlich ist.

Wichtig ist, dass alles auf dem Arbeitsplatz vorbereitet und vorhanden ist, was das Kind

zum Lernen und Arbeiten an einer Sache braucht, **aber nur das und sonst nichts**. "Da muß ich doch immer alles hin- und herräumen!" wird ihr Kind vielleicht einwenden. Genau, aber diese kleine Arbeit erleichtert es sich auf die neue Aufgabe umzustellen und hilft ihm, sich zu konzentrieren. Zwischen dem Arbeiten an einzelnen Aufgaben sollte das Kind ohnehin am besten eine kleine Pause einschieben. Wenn man die Möglichkeit dazu hat, bestimmt man einen Platz, den das Kind ausschließlich zum Lernen nutzt.

Wichtige Aspekte für die Arbeitsplatzgestaltung:

- Das Kind braucht einen passenden Arbeitsplatz.
- Lärm hat eine lernhemmende Wirkung!
- Ein überladener, chaotischer Schreibtisch beeinträchtigt das Lernen.
- Der Schreibtisch sollte gut beleuchtet und groß genug für nötige Arbeitsmittel sein.
- Die Raumtemperatur sollte zwischen 18-20 Grad liegen.
- Für genügend frische Luft sorgen.

Eine gute Arbeitsplanung ist gefragt!

Bevor mit den Hausaufgaben begonnen wird, sollte ein bisschen Planung sein, damit es anschließend umso zügiger läuft. Man kann beispielsweise die Hausaufgaben in kleine, überschaubare Portionen einteilen. Diese „Häppchen“ werden auf gesonderte Zettel geschrieben und gut sichtbar an der Pinnwand befestigt. Der Zettel kann weggeworfen werden, sobald die Aufgabe erledigt ist und somit wird der Hausaufgabenberg immer kleiner. Das beschert kleine Erfolgserlebnisse und spornt zum weiteren „Abräumen“ an. Auch das Durchstreichen der erledigten Aufgaben im

Hausaufgabenheft mit einem farbigen Stift dient dem gleichen Zweck.

Wichtige Aspekte für das Lernen:

- Die Hausaufgaben regelmäßig erledigen.
- Das Erledigte durchstreichen.
- Lernberge vermeiden.
- Lernstoff in Portionen gliedern.
- Mit einer leichten Aufgabe anfangen.
- Arbeitszeiten festlegen.
- Pausen einplanen.
- Evt. Wochenplan erstellen.
- Verabredungen koordinieren.

Ganz wichtig beim Lernen sind Pausen

Das Einlegen von Lernpausen trägt nicht nur zur Erhaltung des Anspannungs-Entspannungs-Gleichgewichts bei. Sie sind auch ein Schutz gegen Gedächtnisblockaden.

| Pausenart | bisherige Arbeitsdauer | Pausendauer | Pausentätigkeit |
|------------------------|------------------------|---------------|--|
| Minipause | 20-30 Minuten | 2-5 Minuten | z.B. Fenster öffnen und frische Luft atmen |
| Maxipause | 1 ½ -2 Stunden | 15-20 Minuten | z.B. Tee trinken |
| Erholungs-pause | 3 Stunden | 1-2 ½ Stunden | z.B. Spaziergang machen |

Man sollte darauf achten, dass man nicht zuviel Lernstoff ohne Pause und an einem Stück lernt z.B. vor Klassenarbeiten. Besser ist es, den **Lernstoff schrittweise** in kleinen Portionen lernen, **Pausen** zwischendurch zu machen und den Lernstoff auf mehrere Tage zu verteilen.

Ähnliche Stoffgebiete sollten nicht hintereinander gelernt werden

Wenn ähnliche Stoffgebiete hintereinander gelernt werden, geraten die Informationen

durcheinander: lernt das Kind erst die deutsche Grammatik, dann die englische Grammatik, wird am nächsten Tag einiges durcheinander gehen.

Man sollte sich beim Lernen auf eine Sache konzentrieren!

Wenn man zwei Dinge gleichzeitig macht, wird die Leistung des Gedächtnisses verringert: Mathe üben und dabei Fernsehen, führen dazu, dass der Schüler am nächsten Tag bei der Mathearbeit Schwierigkeiten hat.

Kurz vor der Arbeit sollte man nicht noch neuen Lernstoff pauken.

Wenn man kurz vor der Klassenarbeit noch neuen Stoff einpaukt, kann dadurch der alte Lernstoff blockiert werden.

Beispiel: Vor der Mathearbeit noch neue Aufgaben zu lösen, kann dazu führen, dass die Matheregeln nicht mehr erinnert werden. Wenn man sich gründlich vorbereitet hat, sollte man mit dem Lernen aufhören.

Mit der Wiederholung eines Lernstoffes nicht zu lange warten !

Die moderne Hirnforschung macht deutlich: Je öfter Nervenschaltkreise betätigt werden, desto stabiler werden sie, d.h. eine regelmäßige Wiederholung des Lernstoffes ist wichtig. Empfohlen wird:

Wiederholung: nächster Tag

Wiederholung: nach drei bis vier Tagen

Wiederholung: nach zehn Tagen

Wiederholung: nach drei Wochen

wie kann ich die für das Lernen notwendige Konzentration fördern?

Konzentration ist die Fähigkeit, **einem Lernstoff eine zeitlang ungeteilte Aufmerksamkeit zu schenken.** Beim Konzentrieren wird die Aufmerksamkeit auf einen eng umgrenzten Bereich des Wahrnehmungs- und Bewußtseinsfeldes gelenkt. Reize und Vorstellungen, die außerhalb des Aufmerksamkeitsfeldes liegen, werden weitgehend ausgeblendet. Konzentration hat viele Facetten und die Ursachen für Störungen in der Konzentration können vielfältig sein. Ermahnungen wie "Nun konzentrier' dich doch endlich!" nutzen in der Regel nichts und strapazieren höchstens die Nerven aller Beteiligten. Besser ist es daher, dem Problem auf den Grund zu gehen. Überprüfen Sie, wann Ihr Kind sich gut Konzentrieren kann. Woran können Sie das festmachen (Arbeitsplatz, Schulfach, Tageszeit, Anforderung, etc.)? Unter Umständen können die auf dem Tagesplaner eingeplante Pausen Abhilfe schaffen und neuen Schwung bringen.

Konzentrationsfähigkeit bildet sich erst im Laufe der Entwicklung aus. Jüngere Kinder tendieren dazu, sich von äußeren und inneren Reizen steuern und ablenken zu lassen. Die willentliche und zielgerichtete Aufmerksamkeitssteuerung wird erst allmählich entwickelt. So können sich Kinder im Verlauf des Grundschulalters zunehmend besser auf aufgabenrelevante, „wichtige“ Aspekte konzentrieren und ablenkende Informationen ignorieren.

Schüler, die konzentriert eine Aufgabe bearbeiten wollen, müssen folgende Eigenschaften mitbringen:

Aufmerksamkeit: Erst wenn man den Dingen Aufmerksamkeit zuwendet, gelangen Informationen in das Kurzzeitgedächtnis.

Zuversicht: An das Montessori Wort „, hilf mir, es selbst zu tun“ sollte erinnert werden, wenn es um Leistungszuversicht und damit auch Konzentrationsfähigkeit geht: Schüler, die es gewöhnt sind, Aufgaben selbständig anzugehen, wachsen mit jedem Erfolg, den sie erreichen. Denn sie sind sicher, dass sie ihn bewirkt haben, also können sie ihn wiederholen und das macht ruhig und belastbar.

Ausdauer: Diese Voraussetzung von konzentriertem Verhalten können und müssen tagtäglich im Elternhaus und Schule nicht nur trainiert, sondern gelebt und vorgelebt werden.

Lernen mit allen Sinnen

Wenn man Fünftklässler fragt, wie sie am besten lernen, so wird in den meisten Fällen die Antwort kommen: „Ich lese mir alles mehrfach durch!“ Die wenigsten Kinder sind mit den Methoden der mehrkanaligen Informationsverarbeitung vertraut. Das bedeutet: **Wir lernen und behalten am Besten, je mehr Sinne wir gebrauchen!**

Informationen, die man ausschließlich **hört**, werden nur zu 5-20% behalten. **Sehen** wir diese Informationen, behalten wir ca. 35%. **Handeln** im Sinne von Selbermachen; denkendem Tun, aktivem Lernen, also auch geistiger Auseinandersetzung mit dem Stoff ist eine sehr effektive Methode der Informations-Verarbeitung. Wir behalten 90% von dem Lernstoff, mit dem wir uns aktiv auseinandergesetzt haben.

Man sollte also nicht nur übers Anschauen und Durchlesen lernen, sondern Wichtiges ausschreiben, unterstreichen, zeichnen, in eigenen Worten zusammenfassen, laut lernen. **Der beste Lernweg ist immer noch der, bei dem möglichst viele Lernwege beteiligt sind.**

Diese Lernstrategie hat **zwei entscheidene Vorteile:** Erstens wird der Lernstoff im

Langzeitgedächtnis mehrfach verankert und verschlüsselt. Zweitens ist er in der Erinnerungsphase rascher verfügbar und abrufbar.

Literatur zum Thema Lernen

für Lehrerinnen und Lehrer:

Becker, Georg / Kohler, Britta: **Hausaufgaben. Kritisch sehen und die Praxis sinnvoll gestalten.** Handlungsorientierte Didaktik. Weinheim u. Basel, 1988

Hennig, Claudius / Keller, Gustav: **Lehrer lösen Schulprobleme.** Donauwörth, 2. Auflage 1993

Keller, Gustav: **Lehrer helfen Lernen.** Donauwörth, 4. Auflage 1993

Klippert, Heinz: **Methoden-Training,** Beltz, Praxis, 1996

für Eltern:

Endres, Wolfgang / Bernard, Elisabeth: **So macht Lernen Spaß.** Beltz, 2000.

Endres, Wolfgang: **Lernen mit Kniff und Pfiff** – Beltz, 2003.

Hitzler, Wilhelm / Keller, Gustav: **So lerne ich richtig** Lerntechniken für Grundschule - eine Hilfe für den Übertritt. Donauwörth, 2. Auflage 1992