



**Andrea Haarmann
Dr. Irene v. Seebach
Petra Werner***

KINDER- UND JUGENDÄRZTINNEN
*Allergologie

TIPPS für die Hausaufgaben

HAUSAUFGABENHEFT

- Achten Sie auf konsequente Führung.
- Bereiten Sie das Heft vor, d.h. jedes Unterrichtsfach am Vortag eintragen.
- Lassen Sie es wenn möglich von der Lehrperson abzeichnen.

ZEITPUNKT

- Beginnen Sie möglichst jeden Tag zu einer ähnlichen Zeit, z. B. nach dem Mittagessen noch 10 Minuten spielen, dann geht's los!

ARBEITSPLATZ

- Immer am gleichen Ort arbeiten.
- Am besten am „leeren“ Küchen- oder Esstisch, kein ablenkendes Spielzeug auf dem Tisch.

ATMOSPHÄRE

- Beschäftigen Sie ggf. lärmende Geschwisterkinder so gut wie möglich ruhig.
- Achten Sie auf einen freundlichen Umgangston – überprüfen Sie sich selbst, vermeiden Sie negative oder abwertende Kommentare.
- Schreien Sie nicht zurück, wenn Ihr Kind schreit, versuchen Sie, freundlich Hilfe anzubieten.
- Viel loben, aber nicht übertreiben.
- Geben Sie Hilfestellungen, aber sagen Sie nicht vor.
- Bleiben Sie in der Nähe – beschäftigen Sie sich mit etwas anderem.
- Vermeiden Sie, die ganze Zeit neben Ihrem Kind zu sitzen.

DAUER

- Fragen Sie die Lehrerin, wie lange für Ihr Kind die Hausaufgabenzeit sein soll, überschreiten Sie die angegebene Zeit nur wenig.
- Helfen Sie Ihrem Kind, zwischen Arbeitszeit und Pausenzeit zu unterscheiden. Trödeln ist ineffektives Pausieren! Benutzen Sie dazu z. B. die Eieruhr-Methode: lassen Sie Ihr Kind 15 Minuten einstellen, die als reine Arbeitszeit vereinbart werden (Eieruhr außerhalb des Sichtfeldes aufstellen), wenn die Zeit abgelaufen ist, lassen Sie 5 Minuten als Pausenzeit einstellen, in denen Ihr Kind sich frei bewegen und beschäftigen darf (frei ist relativ, denn elektronische Beschäftigungen wie Fernsehen, Nintendo, Computer etc. sind für die Pause nicht sinnvoll); wenn der Wecker klingelt, stellen Sie erneut 15 Minuten als reine Arbeitszeit ein usw. bis die Hausaufgaben erledigt sind.
- Wenn Ihr Kind motiviert ist, lassen Sie es zu Ende arbeiten.

FORTSETZUNG NÄCHSTE SEITE



**Andrea Haarmann
Dr. Irene v. Seebach
Petra Werner***

KINDER- UND JUGENDÄRZTINNEN
*Allergologie

TIPPS für die Hausaufgaben (Fortsetzung)

- Wenn Ihr Kind nicht fertig wird, schreiben Sie ggf. ins Hausaufgabenheft eine Notiz für die Lehrperson.
- Lassen Sie möglichst keine Arbeiten doppelt machen, z. B. weil Sie mit der Qualität nicht zufrieden sind, die Motivation für künftige Arbeiten wird sich verringern.

SINNVOLLE ANREIZE

- Vereinbaren Sie über einen Zeitraum von ca. 4 Wochen ein Punktesystem. Pro Hausaufgabentag kann Ihr Kind sich 3 Punkte „verdienen“, die es erhält, wenn es durchgehend kooperativ war, bei Fehlverhalten ziehen Sie sofort einen Punkt ab (z. B. über Streichhölzer, Spielplättchen o.ä. darstellbar)
- Punkte können eingetauscht werden gegen eine vorher vereinbarte Belohnung (z. B. 7 Punkte: ein Extra-Eis; 10 Punkte einmal das Lieblingsspiel mit den Eltern spielen; 13 Punkte:???)
- Die erreichten Punkte sollten direkt nach den Hausaufgaben in eine Liste gemeinsam mit dem Kind eingetragen werden.

WENN ALLES NICHTS HILFT

- Sprechen Sie mit der Lehrperson!
- Werden die Hausaufgaben von den Lehrern kontrolliert? Wenn nicht, warum nicht? Die Arbeit erscheint den Kindern dann oft „überflüssig“.
- Ist eine dauernde schulische Überforderung Ihres Kindes ausgeschlossen?
- Liegt eine sonstige Beeinträchtigung des Kindes vor, die eine weitere Diagnostik erfordert?

VIEL ERFOLG!