

Hausaufgaben – ein lästiges Übel. Oft hört man dies von Schülern. Viele wissen nicht, wie sie sinnvoll vorgehen können, damit die Hausaufgaben zu einer lösbaren Aufgabe werden.

Folgende Tipps können helfen:

Eine gute Planung ist der erste Schritt für das Gelingen. Viele stürzen sich ohne viel zu überlegen in die erste Aufgabe, gerade wie es ihnen in den Sinn kommt. Für die Planung kann folgendes Formular hilfreich sein:

Fach	Aufgabe	Zu erledigen bis	Zeitaufwand (geschätzt)
Mathematik	Buch S. 15 Aufgabe 3-5	Freitag 13.5.	15 Min
Deutsch	Test unterschreiben Arbeitsblatt 9 ausfüllen	Donnerstag 12.5.	10 Min

Wichtig bei diesem Formular:

- Sollte täglich vor Beginn der Hausaufgaben erstellt werden
- Alle Fächer, welche man am betreffenden Tag in der Schule hatte, müssen aufgeführt sein, auch jene, in denen man keine Aufgaben hat
- Die Spalte Aufgabe sollte ausführlich und vollständig notiert sein, wenn nötig Rückfragen bei Mitschüler oder Lehrer
- Den Zeitaufwand eher zu gross als zu klein einschätzen
- Jene Aufgaben, welche ich vom Vortag noch nicht erledigt habe, werden auch aufgeschrieben
- Nur eine vollständige Liste ist auch wirklich hilfreich

Wenn dieses Formular ausgefüllt ist, wird die Reihenfolge geplant. Dabei wichtig:

- Plane die Reihenfolge so, dass du mit einer kleinen, leichteren Aufgabe beginnst. Es motiviert dann zum weiterfahren mit den anderen Aufgaben
- Plane Abwechslung in deine Aufgaben: mündlich – schriftlich, rechnen – schreiben, kopflastig – handwerklich
- Plane dir immer rechtzeitig Pausen ein. Nach 25 Minuten eine kleine 5 Minutenpause; nach anderthalb Stunden eine grosse Pause von 30 Minuten
- Die 5 Minutenpause brauchst du um kurz aufzustehen und dich etwas zu bewegen. Diszipliniere dich, dass du die 5 Minutenpause nicht einfach verlängerst!
- Motiviere dich, indem du dir eine Belohnung versprichst, wenn alles so klappt, wie du es geplant hast
- Setze dir die Prioritäten richtig, Ziel sollte sein eigentlich alle Aufgaben an dem Tag zu lösen an dem du sie erhalten hast. Dies hat grosse Vorteile, erstens hast du am gleichen Tag noch am besten vom Unterricht her alles im Kopf, was du für die Aufgaben brauchst, zweitens

kannst du nach dem du alles erledigt hast, viel entspannter deine Freizeit genießen und hast nicht noch unerledigtes im Kopf.

- Hast du noch andere Dinge vor am heutigen Tag z.B. Sportverein, Musikstunde. Plane so, dass dir zwischen Hausaufgaben und anderen Terminen noch eine kurze Zeit frei ist.
- Versuche mit den Hausaufgaben immer zur gleichen Zeit zu beginnen. Du kannst dir einen Stundenplan erstellen auch für die Freizeit. So könnte dieser aussehen:

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	
13.00	Schule	Schule		Schule			
14.00	Schule	Schule	Hausaufgaben	Schule	Hausaufgaben		
15.00			Hausaufgaben	Schule			
16.00	Hausaufgaben	Hausaufgaben					
17.00		Akkordeon	Judo	Hausaufgaben			

Ein guter Arbeitsplatz ist Voraussetzung für das Gelingen:

- Wähle immer den gleichen Arbeitsplatz. So bist du darauf eingestellt, dass du an diesem Platz die Hausaufgaben machst und nichts anderes
- Der Arbeitsplatz sollte vor Beginn und nach Abschluss der Arbeiten aufgeräumt sein. So kannst du immer gleich beginnen und verlierst keine Zeit mit aufräumen und organisieren
- An deinem Arbeitsplatz sollte alles Material, das du brauchst vorhanden sein, also Schreibzeug, Zirkel etc. aber auch Getränk und eine kleine Stärkung für zwischendurch (z.B. Studentenfutter, Obst besser keine Süßigkeiten)
- Der Arbeitsraum sollte ruhig sein, gut belüftet und gut belichtet. Für Rechtshänder sollte das Licht von links für Linkshänder das Licht von rechts kommen.
- Dein Arbeitsstuhl sollte gut für dich eingerichtet sein, so dass du auch nach langem Sitzen keine Rückenschmerzen hast
- An deinem Arbeitsplatz sollte nichts liegen, das dich ablenken sollte, also keine Spielsachen oder ähnliches
- Wichtig sind auch kleine post it Zettel: Manchmal kommen einem während den Aufgaben irgendwelche Gedanken, Dinge die sonst wichtig sind aber nun nicht erledigt werden können. Schreibe diese Gedanken oder Aufgaben schnell auf und wende dich dann wieder deinen Hausaufgaben zu

Wenn die Aufgaben erledigt sind, streiche sie durch, übertrage notfalls nicht fertige Aufgaben auf den nächsten Tag und freue dich auf deine Freizeit!