

Mit Freude und Erfolg durch die Grundschule

-10 goldene Tipps für Eltern-

Den Denkmotor in die Gänge bringen!

Manche Kinder haben frühmorgens noch keinen Hunger. Sie sollten aber auf alle Fälle trinken, um ihren Kreislauf in Schwung zu bringen. Ein erstes gesundes Frühstück in der ersten Pause ist noch ausreichend. Beim Lernen Erholungspausen einhalten, konzentriertes Lernen ist sehr anstrengend! Spätestens nach 30 Lernminuten ist bei Grundschulkindern eine kleine Pause effektiv, danach fällt das Weiterlernen leichter. *Hausaufgaben sollten im Grundschulalter der 1. und 2. Klasse durchschnittlich nicht länger als 30 Minuten und in der 3. und 4. Klasse nicht länger als 60 Minuten dauern.*

Eule oder Lerche? Der Biorhythmus

Welchen *Biorhythmus* hat Ihr Kind? Gestalten Sie entsprechend den Lernnachmittag und legen Sie passende Hausaufgaben- und Lernzeiten fest.

Überfordern Sie Ihr Kind nicht mit zu vielen Freizeiterminen. Schule ist für Ihr Kind wie ein Beruf und fordert deshalb freie/selbst verfügbare Zeit zur Erholung.

Gelernt wird nur am Arbeitsplatz! Am Arbeitsplatz wird nur gelernt!

Hausaufgaben und Lernzeiten sollten ein *festes Ritual* darstellen. Immer gleiche Abläufe, wie die Arbeitsplatzwahl, -gestaltung oder die Lerneinstimmung sollten dabei beachtet werden. *Äußere Störquellen*, wie Radio, TV, Spielkonsole oder Handy *entfernen*- der Mensch ist nicht „Multitasking“!

Was Hänschen lernt, das lernt Hans gleich mit!

Ideal ist es, wenn Sie nach dem Schulanfang Ihres Kindes erst einmal als regelmäßiger *Ansprechpartner zum Thema „Lernen für die Schule“* zur Verfügung stehen und auch in der ersten Zeit Interesse an den Hausaufgaben und dem aktuellen Lernstoff zeigen. Lassen Sie Ihr Kind zu Ihrem *Lernmeister* werden, denn aufgrund jeder mündlichen Wiederholung verfestigt sich der Lernstoff.

Hausaufgaben?– Kein Problem!

Ein *Hausaufgabenheft* sollte von Anfang an sorgfältig geführt werden und als Orientierung helfen.

Hausaufgaben werden dabei strategisch angegangen:

- mit leichtem Lernstoff zu beginnen, das kann motivieren.
- die *SMS- Methode* anwenden: die Abwechslung der unterschiedlichsten Fächer von schriftlich und mündlich fördert den Lernerfolg.
- Einzelne aufwendige Hausaufgaben in *Lernportionen* aufteilen.
- Frühzeitig mit den Vorbereitungen zu einer Klassenarbeit beginnen. *Entspannungstechniken* anwenden.
- Schon während der ersten Lernphase *wesentliches wiederholen*- später dann in regelmäßigen Abständen.
- *Lernpausen* nicht vergessen! Interesse, Konzentration, Kreativität und Lerneffekt werden so erhöht.
- Nach den Hausaufgaben kurz gemeinsam besprechen: Was hast du gelernt? War es leicht/schwer?

Zuwendung, Zeit und Zärtlichkeit: Die „elterliche Z Formel“ für Ihr Kind

Hausarbeit ist Arbeit! Loben Sie Ihr Kind nach der Beendigung ab und zu durch ein gemeinsames Spiel, einen Spaziergang, etc. Das fördert die Motivation.

Bilden Sie einen *Familierrat*: Setzen Sie sich einmal in der Woche mit der gesamten Familie um den Küchentisch und besprechen sie alle anstehenden Familienthemen. Dazu gehört auch die Schule. Geht es ihrem Kind dort gut oder wird es z.B. von Klassenkameraden geärgert?

Hat es persönliche Probleme mit Lehrern? *Emotionaler negativer Stress wirkt sich nämlich auch erheblich auf den Lernerfolg aus.*

Wichtig ist das Glück Ihres Kindes!

Wichtiger als ständig gute Leistungen ist ein glückliches

Kind mit vielfältigen Interessen und Selbstvertrauen.

Dafür wird der Grundstein bereits in der Kindheit gelegt.

Sehen Sie Ihr Kind damit auch immer in seiner gesamten Persönlichkeit.

Nehmen Sie es so an, wie es ist.

Schaffen Sie Voraussetzungen für Lernerfolge,

aber haben Sie auch viel Spaß miteinander.

Denken Sie immer in der gesamten Schulzeit daran,

dass Lernen viel mehr umfasst als nur die schulischen Leistungen.