

7 Tipps und Tricks für die Arbeit in der „home school“

Liebe Studierende,

die gegenwärtige Situation stellt uns vor eine ganz neue Herausforderung – „home school“. Im Folgenden finden Sie einige Tipps, wie Sie mit dieser Situation gut umgehen können. Für einige von Ihnen vielleicht Selbstverständlichkeiten, mögen sie anderen doch eine Hilfe sein, damit die Arbeit in den nächsten Wochen gelingt.

1 Schaffen Sie sich einen klar definierten Arbeitsraum

Ziemlich sicher wäre es keine gute Idee, in Ihrem Bett zu lernen, weil Sie vermutlich dabei einschlafen. Oder im Wohnzimmer vor dem Fernseher die Hausaufgaben zu machen, so dass Sie anstatt zu arbeiten lieber fernsehen würden. Die Bezeichnung „Home school“ hat einen guten Grund und legt bereits nahe, was wichtig ist: bestimmen Sie dafür einen Bereich (es muss kein ganzes Zimmer sein), in dem Sie ungestört und ohne äußere Ablenkung arbeiten können. Gestalten Sie Ihren Arbeitsbereich so, dass Sie sowohl konzentriert als auch motiviert Ihre Aufgaben erledigen können.

2 Legen Sie feste Schulzeiten fest und halten Sie sich daran

Seien Sie streng zu sich selbst und setzen Sie feste Anfangs- und Endzeiten für Ihre „Schulaufgaben“ fest, die Sie auch konsequent einhalten. Orientieren Sie sich am besten an den regulären Schulzeiten, damit Sie sicherstellen, dass Sie nicht zu viel, aber auch nicht zu wenig machen.

Wenn eben möglich, empfehlen wir, dass Sie sich hierbei an den regulären Unterrichtszeiten orientieren und nicht z. B. erst nachmittags.

Feste Arbeitszeiten schaffen die Grundlage dafür, die Ihnen zur Verfügung stehende Zeit bestmöglich zu nutzen. Zudem ist eine klare Abgrenzung zwischen Schule und Freizeit enorm wichtig, damit Sie mental gesund bleiben. Überlegen Sie sich auch, ob Sie nach Feierabend nicht Ihre Email-Benachrichtigungen deaktivieren möchten, um den Feierabend zu genießen.

Belohnen Sie sich aber auch nachdem Sie Ihre täglichen Aufgaben erledigt haben.

3 Kommunikation

Die gegenwärtige digitale Kommunikation bietet Chancen, aber auch Gefahren. Schaffen Sie sich Möglichkeiten, innerhalb Ihrer Klasse sich gemeinsam über Aufgaben zu verständigen. Nutzen Sie aber auch das Angebot sich bei Unklarheiten per Email an Ihre Lehrkraft zu wenden. Ihre Lehrkräfte sind zu den regulären Arbeitszeiten per Mail erreichbar und beantworten alle Anfragen zeitnah (innerhalb von max. 24 Stunden).

4 Ihre „Schulaufgaben“

Die gestellten Aufgaben besitzen Abgabefristen, die sich in der Regel ebenfalls am Wochenstundenplan orientieren. Verschaffen Sie sich deshalb einen Überblick:

Sobald in einem Fach eine Aufgabe eintrifft, schauen Sie bitte zunächst auf die Aufgaben:

Was muss ich alles machen? Was muss ich einsenden? Und bis wann muss ich es einsenden?

Sie sollten nicht nur von der Zeit, sondern auch von den Fächern her die Normalität simulieren, d.h. Sie arbeiten in dem Stundenplanrhythmus. So ist sichergestellt, dass kein Fach „zu kurz kommt“, während Sie für Ihr Lieblingsfach zu viel Zeit investieren.

5 Machen Sie Pausen und bewegen Sie sich

Es ist wichtig, dass Sie sich auch darum bemühen, regelmäßige Pausen einzuplanen. Auch hier ist ein klar definierter Arbeitsplatz von Vorteil: in der Pause verlassen Sie Ihren „Unterrichtsraum“ und können sich an einem anderen Ort erholen, zum Beispiel in der Küche oder im Wohnzimmer. Eine Pause gibt Ihnen die Möglichkeit, den Kopf wieder freizubekommen und manche Dinge aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten, so dass Sie anschließend mit neuer Energie an Ihre Aufgaben gehen können. Vergessen Sie auch nicht die Bewegung zwischendurch, egal ob einfache Dehnübungen oder ein wenig Gymnastik mit Wasserflaschen.

6 Vermeiden Sie Ablenkungen durch Familie oder Freunde

Diese Regel ist vielleicht etwas verwirrend: Sie sollen Ihre Familie, Partner(in) oder Mitbewohner natürlich nicht ignorieren, wenn Sie *wirklich* gebraucht werden. Aber setzen Sie auch hier klare Grenzen und bitten Sie die Familie oder Freunde, Sie so zu behandeln, als wären Sie tatsächlich in der Schule. Ansonsten laufen Sie Gefahr, Ihre Aufgaben aus den Augen zu verlieren.

7 Rückmeldungen beachten

Anders als Ihre bisherigen Hausaufgaben, die meistens in der wiederholenden Vertiefung des im Unterricht Gelernten bestanden, werden Sie sich jetzt auch mit ganz neuen Sachverhalten eigenständig auseinandersetzen müssen. Hierbei ist die Kommunikation mit der Lehrkraft von entscheidender Bedeutung und wird durch kein Lernvideo ersetzt. Beachten Sie deshalb genau die Rückmeldungen zu Ihren eingesandten Hausaufgaben. Hier erhalten Sie wertvolle Hinweise auf Ihren Lernfortschritt.

Wir hoffen, dass Ihnen diese „Tipps & Tricks“ helfen Ihren „Schulalltag“ besser zu bewältigen und wünschen Ihnen dabei viel Erfolg. Alles Gute und bleiben Sie gesund.