

Hausaufgaben ohne Stress

Wie Ihr Kind ganz einfach lernt, seine Schularbeiten selbstständig zu erledigen

Lukas sitzt schon eine ganze Weile an seinen Mathe-Hausaufgaben. Der Drittklässler muss noch drei Päckchenaufgaben rechnen. Aber mittendrin hört er auf, drückt die Spitze seines Füllers immer wieder auf dieselbe Stelle in seinem Heft, bis ein Loch im Papier ist. Seine Mutter verliert langsam die Nerven. Wie Lukas geht es anderen Kindern auch: Besonders Grundschüler tun sich mit der Erledigung ihrer Aufgaben noch schwer. Wir haben einige Tipps zusammengetragen, die die erfolgreiche Bewältigung dieser Arbeiten leichter machen.



Hilfestellung vermeiden!

Hausaufgaben sollen meist den Stoff aus dem Unterricht wiederholen und vertiefen. Ganz nebenbei trainieren die Kinder dabei, selbstständig zu arbeiten und Verantwortung für ihre Arbeit zu übernehmen. „Gerade deshalb ist es wichtig, dass Eltern es möglichst vermeiden, ihren Kindern dabei zu helfen, damit diese lernen, sich selbst verantwortlich für die Hausaufgaben zu fühlen“, so Gisela Cappel vom Grundschulverband Nordrhein-Westfalen.

„Für mich als Lehrerin ist die Hausaufgabe ein Mittel, das Wissen der Kinder zu überprüfen und eventuelle Lücken aufzudecken, nur so kann ich anschließend im Unterricht darauf eingehen“, sagt Stefanie Spurtasz, die an einer Grundschule in Mönchengladbach unterrichtet. „Das kann ich aber nur, wenn die Hausaufgaben ohne Unterstützung der Eltern gemacht werden.“ Deshalb hat es keinen Sinn, wenn Eltern dem Kind die Hausaufgaben abnehmen: Mama oder Papa sollten das Kind zwar motivieren, weiterzuarbeiten, aber nicht zu sehr eingreifen. „Hat das Kind etwas nicht verstanden, ist es besser, wenn die Eltern einen kleinen Kommentar ins Hausheft schreiben und mitteilen, dass es die Aufgabe nicht bewältigen konnte“, so Spurtasz. „Durch ihre gut gemeinte Nachhilfe verschleiern die Eltern nur Lücken. Auf Dauer helfen sie ihrem Kind nur mit ehrlichen Rückmeldungen an den Lehrer – beispielsweise im Beratungsgespräch“, rät Cappel.

Das große Ziel: Selbstständig arbeiten lernen

Toll, wenn Ihr Kind schon selbstständig die Hausaufgaben erledigt. Falls nicht, versuchen Sie es mal so: Das Kind erzählt zu Beginn, was es heute alles zu erledigen hat. Signalisieren Sie ihm, dass es möglichst selbst überlegen und Lösungswege finden soll.

Als kleine Hilfestellung, wenn es gar nicht weiterkommt, können Sie sich Aufgabenstellung und Denkschritte vom Kind erklären lassen und dann vorsichtig einen Tipp geben, der das Kind wieder selbst auf die richtige Spur bringt. „Wenn Sie von sich aus fertige Lösungen präsentieren, erreichen Sie vor allem eins: Ihr Kind wird unselbstständig und verlässt sich beim nächsten Mal wieder auf Sie“, so Lehrerin Spurtasz. Wer während der Hausaufgaben immer neben seinem Kind sitzt, wird das aus gemeinsamer Gewohnheit noch in der vierten Klasse tun.

Am Anfang nicht mehr als 30 Minuten

In den ersten beiden Klassen sollten die Kinder für ihre Hausaufgaben höchstens 30 Minuten brauchen, in Klasse drei und vier darf die Erledigung auch schon mal eine Stunde dauern. Diese Zeitspanne wird aber gerade am Anfang der Schulzeit oft überschritten, obwohl die Kinder eigentlich gar nicht so viel aufhaben. Das liegt oft daran, dass sich die Kinder gerne von Spielen, Geschwistern oder Freunden ablenken lassen. Aber keine Sorge: Die zügige Bewältigung der Hausaufgaben ohne größere Unterbrechungen ist für die meisten Kinder noch schwierig. „Wenn die Hausaufgaben länger dauern, ist ausnahmsweise eine kleine Bewegungspause zwischendurch erlaubt. Aber die Kinder müssen ja auch lernen, sich zu konzentrieren, also sollten sie nicht ständig zwischendurch aufstehen dürfen“, so Spurtasz. „Vielen Kindern hilft es auch, wenn die Hausaufgabenmenge von der Lehrerin oder dem Lehrer durch eine festgelegte Zeitspanne bestimmt wird, also individuell gestellt wird. Anstatt dass – für alle gleich – vorgegebene Aufgaben vollständig erledigt werden müssen“, ergänzt Cappel vom Grundschulverband. Sprechen Sie den Lehrer darauf an, wenn Sie das Gefühl haben, das Kind ist mit der Menge der Hausaufgaben überfordert.

Den Zeitpunkt der Hausaufgaben selbst bestimmen

Wann ist überhaupt der richtige Zeitpunkt, um Hausaufgaben zu machen? Das können Sie mit Ihrem Kind am besten selbst herausfinden, denn nicht immer hat es sein Leistungshoch direkt im Anschluss an die Schule. Erstklässler kommen nach Hause und haben vier bis fünf Schulstunden hinter sich, nun brauchen sie erst einmal Entspannung. Lassen Sie sich ein oder zwei Wochen auf das Experiment ein, dass Ihr Kind den Zeitpunkt für Hausaufgaben selbst bestimmen kann! Je nach Typ wird es die Sache nach hinten verschieben oder es will alles möglichst schnell erledigen. „Lassen Sie sich aber nicht darauf ein, die Hausaufgaben erst abends zu machen. Dann kann sich das Kind mit Sicherheit gar nicht mehr konzentrieren, was sehr jungen Kindern aber noch nicht bewusst ist. Ich persönlich rate dazu, die Hausaufgaben möglichst direkt nach dem Essen zu erledigen. Durch den Heimweg von der Schule und das Mittagessen gibt es schon eine etwa einstündige Pause, die zur Entspannung reichen sollte“, so Spurtasz.

Fester Arbeitsplatz und regelmäßige Arbeitszeit einplanen

Ist der richtige Zeitpunkt für Hausaufgaben gefunden, sollte der auch jeden Tag so eingehalten werden. Bei der gemeinsam vereinbarten Zeit sollte es bleiben. Erinnern Sie Ihr Kind rechtzeitig ans Anfangen, damit das Spiel nicht abrupt unterbrochen werden muss. Wichtig für eine erfolversprechende Bewältigung der Hausaufgaben ist aber auch ein fester Arbeitsplatz. Das kann der Küchentisch sein – noch besser aber der eigene Schreibtisch. Ein organisierter und ruhiger Arbeitsplatz bringt durch die Gewöhnung zusätzliche Motivation. Außerdem findet das Kind dort alles an Hilfsmitteln, was es braucht: Stifte, Schere, Kleber und Lineal. Spiele, wie zum Beispiel der Gameboy, gehören nicht dahin.

Fantasiereisen & Co. – kleine Helfer für die Konzentration

Kleine Geschichten auf Kassette und CD sind hervorragend geeignet, um nach der Schule Stress abzubauen und die Konzentration zu fördern. Vielen Kindern hilft es deshalb, in der Mittagszeit erst einmal eine Geschichte zu hören, bevor sie sich an den Schreibtisch setzen. Im Fachhandel gibt es einige Geschichten, die Übungen aus dem Autogenen Training, Konzentrations- und Entspannungsübungen in die Erzählungen integrieren. Manchen Kindern helfen auch einfache Konzentrationsübungen vor den Hausaufgaben, um ruhiger zu werden, wie: „Nimm ein großes Papier und zeichne

„darauf eine Minute lang liegende Achten“ oder „Schließe die Augen und stell dir vor, dass jemand eine Orange auf deinen Kopf gesetzt hat, die eine Minute lang nicht herunterfallen darf“. Solche Übungen helfen, sich auf das Lernen einzustimmen, und führen bei regelmäßiger Anwendung auch dazu, dass sich das Gehirn schneller auf eine folgende konzentrierte Arbeit einstellt.

Lernprobleme nicht dramatisieren

„Jedes Kind entwickelt eine eigene Arbeitsweise und hat ein individuelles Tempo. Vergleiche mit anderen erhöhen nur den Druck auf Eltern und Kind“, so Grundschulpädagogin Spurtasz. Fast jedes Kind hat auf die eine oder andere Art Probleme mit den Anforderungen, die die Schule stellt: Sei es das hoch motivierte Kind, das ständig der Lehrerin ins Wort fällt, der Linkshänder mit anfänglichen Schreibproblemen oder das ruhige Mädchen mit Rechenschwierigkeiten. Lassen Sie sich nicht verrückt machen – die meisten Probleme lösen sich im Laufe des Schulalltags von selbst. Bei manchen Kindern dauert es vielleicht etwas länger und es kostet viel Kraft, aber wenn Sie die notwendige Ruhe und Akzeptanz für Ihr Kind mit seine kleinen Schwächen aufbringen, ist Besserung bald in Sicht. „Sollte die sich aber nach längeren Anstrengungen nicht einstellen, müssen Sie das mit dem Lehrer oder der Lehrerin besprechen“, rät Spurtasz.

„Verabreden Sie mit dem Klassenlehrer oder der Lehrerin regelmäßige gegenseitige Rückmeldungen. So behalten Eltern und Lehrer die weitere Entwicklung des Kindes im Blick“, ergänzt die Pädagogin Cappel.

Lernblockaden mit Fantasie überwinden

Es gibt viele Möglichkeiten, den Knoten bei einem Kind zu lösen. Denkprozesse, die für das Kind momentan noch zu schwierig und abstrakt sind – zum Beispiel beim Rechnen –, kann man in Tast- und Erlebbares umwandeln. Wenn ein Kind Probleme im Addieren hat, können zwei verschiedenfarbige Holzwürfel oder eine Handvoll Kastanien helfen, die ganze Sache etwas attraktiver und – im wahrsten Sinne des Wortes – begreifbarer zu machen. Gibt es Probleme mit Buchstaben, kann man sie mit lustigen Spielen abwechslungsreich üben. Lassen Sie die Kinder Buchstaben in Sand malen, auf alte Tapetenrollen oder Ähnliches. Schreibprobleme werden leichter, wenn man neue Wörter oder Buchstaben in bunten, leuchtenden Farben schreibt. Farben ermuntern und motivieren, und das Auge bekommt stärkere Signale.

von: Sabine Hense-Ferch

aus: spielen und lernen 01/2008, Seiten 18-21

Als pdf-Datei

auf den Internetseiten der Landesgruppe NRW des Grundschulverbandes veröffentlicht mit freundlicher Genehmigung des Verlages.

<http://www.grundschulverband-nrw.de/Gelesen/Hausaufgaben.htm>