

# Hausaufgabenorganisation

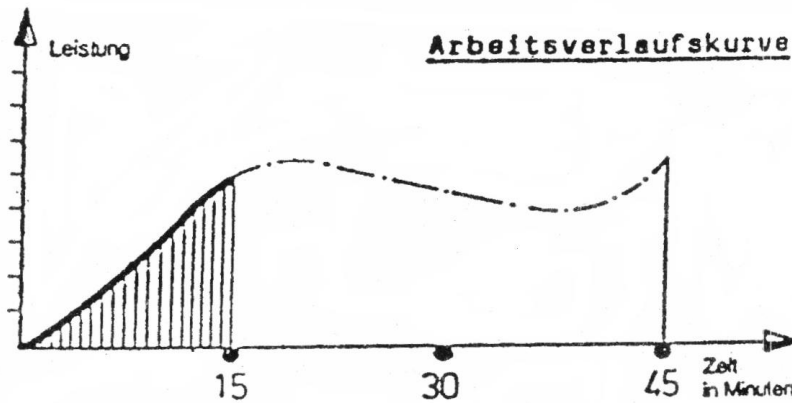
## Hausaufgaben!!! Unerlässlich, aber ..... ?

### 1. Die Vorbereitung

Überlege, was du alles lernen musst. Lege alles notwendige Arbeitsmaterial auf dem Arbeitsplatz zurecht.

### 2. Der Einstieg

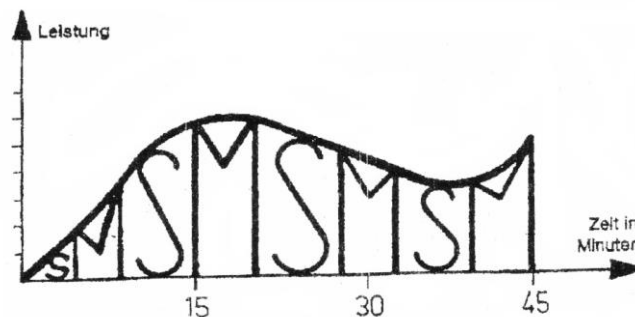
Beginne mit dem für dich einfachsten, interessantesten, angenehmsten, beliebtesten Lernstoff!



### 3. Die SMS-Formel

Wechsle zwischen mündlichen und schriftlichen Aufgaben ab! Statt:  
„Zuerst das ganze Schriftliche - und dann vielleicht noch das Mündliche“

Besser so: Immer abwechselnd: **S – M – S – S – M – S !**





*„Was Du unter Zeitdruck weglassen kannst,  
brauchst Du auch nicht zu tun, wenn Du Zeit hast!“*

#### 4. Abwechslung muss sein!

Wechsle zwischen verschiedenen Lernstoffen ab!

Beispiel: Englisch Vokabeln schreiben und lernen ... Mathe ...

Bio lernen ... Englisch übersetzen ...

Damit du einen Überblick bekommst, lege einen Zeitplan an!

#### 5. Lernen auf mehreren Wegen

Benutze verschiedene Lernwege:

Lesen – notieren – laut wiederholen – eine Skizze zeichnen – mit anderen über das Gelernte sprechen -....

#### 6. Eine Pause macht dich wieder fit

Pausen sind ein notwendiger Bestandteil der Arbeitszeit, sie bewirken eine **Leistungssteigerung**, ohne dass dabei die gesamte Arbeitszeit verlängert werden müsste.

Pausen solltest du ganz gezielt planen: *„Nach dieser Aufgabe lege ich eine Pause ein.“*

Verzichtest du auf Pausen, stellen sie sich unkontrolliert und unbewusst ein – als Zeiten der Unaufmerksamkeit, der fehlenden Konzentration.

So gestaltest du deine Pausen sinnvoll:

- Arbeitsplatz verlassen
- Sich bewegen
- Abschalten
- Entspannen
- Frische Luft schnappen, Fenster öffnen
- Etwas trinken

Wie lange ist eine Pause?

**Nach 20 – 30 Minuten Lerndauer: 2 - 5 Minuten Pause**

**Nach 1,5 – 2 Stunden Lerndauer: 15-20 Minuten Pause**

Und damit du nach einer Pause sofort wieder weiterarbeiten kannst, lege die benötigten Hefte und Bücher ... schon vor der Pause zurecht. Am besten schlägst du schon die richtige Seite auf.