

www.ipse-online.de

Beratungsstellen im Bezirk

Erziehungs- und Familienberatung des Bezirksamtes
Landsberger Allee 563, 12679 Berlin,
Tel.: 9311148
Golliner Str. 4, 12689 Berlin,
Tel.: 93496177
Etkar-André-Str. 8, 12619 Berlin,
Tel.: 902933301

Kinder- u. Jugendgesundheitsdienst für Säuglinge, Kleinkinder u. Schüler
Premnitzer Str. 11, 12681 Berlin
Tel.: 902936644/-33

SOS-Familienzentrum Berlin
Alte Hellersdorfer Str. 77, 12629 Berlin
Tel.: 5689100

Familienberatung Marzahn
Basdorfer Str. 8, 12679 Berlin
Tel.: 9352063

Weitere Kontaktstellen

Kinder- und Jugendhilfezentrum „Haus Windspiel“, JAO e.V.,
Golliner Str. 6, 12689 Berlin
Tel.: 93491420

AHA-Elterntreff im Jugendhilfezentrum pad e.V.
Allee der Kosmonauten 77, 12681 Berlin
Tel.: 54396595

Schulpsychologisches Beratungszentrum Marzahn-Hellersdorf
Naumburger Ring 17, 12627 Berlin
Tel.: 9114867-0

Kiek in e.V. Berlin - Stadtteilzentrum,
Rosenbecker Str. 25-27, 12689 Berlin
Tel.: 93665270

Dieser Handzettel wurde erstellt von:
Erziehungs- und Familienberatung Friedrichshain-Kreuzberg
Stand: Oktober 2009



Eine Arbeitsgruppe der GesundheitswerkSTADT
Marzahn-Hellersdorf
Mitglied im Gesunde Städte-Netzwerk der BRD

Nr. 11



Interinstitutionelles Projekt zur
Stärkung der Erziehungskompetenz

Hausaufgaben



Unterstützt durch die Entwicklungspartnerschaft „Berlin DiverCity“ und
die Deutsche Telekom im Rahmen von EQUAL, gefördert durch das
BMAS aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds

Null Bock auf Hausaufgaben?

Eltern kennen die miese Stimmung ihres Kindes nach der Schule, weil es „so viele Hausaufgaben“ zu machen hat? Mürrisch und schlecht gelaunt scheint heute gar nichts mehr zu gehen. Die Eltern sollten sich jedoch nur insofern für den Schulbereich zuständig fühlen als sie die Voraussetzungen schaffen, dass das Kind die Hausaufgaben machen kann. Hier einige Tipps, wie Sie sich in solchen Situationen verhalten können:

1. Pause gönnen

Lassen Sie Ihr Kind erst mal etwas verschlafen. Hören sie dem Kind zu, was es Ihnen erzählen möchte. Bohren Sie nicht, wenn es nicht von sich aus über die Schulergebnisse spricht. Stellen Sie eine angenehme Essenssituation her. Dadurch kann sich die Stimmung bereits verbessern.

2. Vereinbarung treffen

Sprechen Sie über die Hausaufgaben und setzen Sie den Zeitpunkt für den Beginn und auch das Ende fest, bis wann die Hausaufgaben erledigt sein sollen. Achten Sie auf die Einhaltung dieser Zeiten. Laut Schulgesetz sollten die Hausaufgaben in der 1. und 2. Klasse 30 Minuten nicht überschreiten. Bis zur 6. Klasse maximal 90 Minuten. Rücksprache mit dem Lehrer ist sinnvoll.

3. Hilfestellung

Sie müssen nicht daneben sitzen, wenn Ihr Kind arbeitet. Mit zunehmendem Alter soll es selbständig werden und die Verantwortung für die Hausaufgaben selbst haben. Bleiben Sie jedoch in Reichweite für Hilfestellungen. Ermutigung ist oft die wichtigste Hilfe. Sie stärkt das Selbstvertrauen des Kindes.

4. Frische Luft

Ein überheiztes Zimmer führt zu Schläfrigkeit. Sauerstoff ist für die Konzentration wichtig. Deshalb: Öffnen Sie vor Beginn der Hausaufgabenzeit die Fenster. Das Kind soll die Temperatur als angenehm empfinden.

5. Für Ruhe sorgen

Sorgen Sie dafür, dass der Fernseher ausgeschaltet bleibt. Dieser hat einen erheblichen Konzentrationsverlust zur Folge. Beobachtungen haben jedoch gezeigt, dass bei manchen Kindern ein Walkman mit Musik auch beschwingend wirken kann, so dass die Arbeit leichter von der Hand geht.

6. Der Sitzplatz

Es ist gut, wenn immer am gleichen Ort gearbeitet wird, dadurch verknüpft sich mit der Zeit eine Signalfunktion. Ablenkende Spielsachen gehören nicht in den Arbeitsbereich.

7. Die Reihenfolge bestimmen lassen

Lassen Sie Ihr Kind selbst entscheiden mit welchen Aufgaben es beginnen möchte. Dadurch wird es ermutigt und lernt sich selbst zu organisieren. Sollte es doch nicht klar kommen, weil es vielleicht die zu schwere Aufgabe genommen hat, können Sie auf leichtere oder Teilaufgaben orientieren. Denn Erfolgserlebnisse sind wichtig und können beflügeln.

8. Bewegen lassen

Wenn das erste Pensum geschafft ist oder auch zwischendurch, wenn es mal nicht so recht weitergeht, lassen Sie das Kind kurz aufstehen und sich bewegen (auch gezielte Übungen wie z. B. „Hampelmann“ machen lassen). Danach kann es sich wieder besser konzentrieren.

9. Ein Lob tut gut

Belohnen Sie Ihr Kind nicht immer mit irgendwelchen Süßigkeiten, wenn es gut gearbeitet hat. Drücken Sie Ihre Freude über die getane Arbeit mit Lob aus. Das tut dem Kind gut. Falls Sie eine Belohnung geben wollen für besondere Leistung, spielen Sie mit ihm ein Spiel seiner Wahl.

10. Geduld walten lassen

Das Wichtigste ist, dass Sie die Nerven behalten und ruhig bleiben. Achten Sie darauf, dass Sie sich die Hausaufgaben nicht zueigen machen, denn schließlich ist es die Sache ihres Kindes und es soll lernen die Verantwortung hierfür selbst zu übernehmen.