Das bin ich:

HAUSAUFGABEN

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | Foto |
| Vorname |  |
| Nachname |  |
| Straße |  |
| PLZ, Ort |  |
| Handy |  |
| E-Mail |  |
| Geburtstag |  | Klasse |
| Für Notfälle |  | |
|  | |

Meine Schule

|  |  |
| --- | --- |
|  | Foto/Logo |

Mustermittelschule Musterhausen

Musterweg 123

01234 Musterhausen

Tel: 01234 567890

Fax: 01234 567890-1

E-Mail: mustermittelschule@muster.de

Web: www.musterhausen.de/mustermittelschule

Schulträger: Stadt Musterburgen

Schulaufsicht:

Musterhafte Bildungsagentur

Musterweg 321

43210 Musterdingen

Hier können noch zusätzliche Infos stehen. Lorem ipsum dolor sit amet, consetetur sadipscing elitr, sed diam nonumy eirmod tempor invidunt ut labore et dolore magna aliquyam erat, sed diam volupt

Schulleitung und andere wichtige Personen

SCHULPERSONEN

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Posten | Name | Sprechstunde |
| Schulleiter/in |  |  |
| Stellv. Schulleiter/in |  |  |
| Verbindungslehrer/in |  |  |
| Klassenleiter/in |  |  |
| Sekretariat |  |  |
| Hausmeister/in |  |  |

Lehrerinnen und Lehrer

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Fächer | Lehrer/in | Sprechstunde |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

Ferien

WICHTIGE INFORMATIONEN

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Herbst  2020 | Weihnachten  2020/21 | Winter  2021 | Ostern  2021 | Pfingsten  2021 | Sommer  2021 |
| 00.10.  -  00.10. | 00.12.  -  00.01. | 00.02.  -  00.02. | 00.03.  -  00.04. | 00.05.  -  00.06. | 00.08.  -  00.09. |

Informationen

Bücher // Nam liber tempor cum soluta nobis eleifend option congue nihil imperdiet doming id quod mazim placerat facer possim assum. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetuer adipiscing elit, sed diam nonummy nibh euismod tincidunt ut laoreet dolore magna aliquam erat volutpat.

Bücherei // Lorem ipsum dolor sit amet, consetetur sadipscing elitr, sed diam nonumy eirmod tempor invidunt ut labore et dolore magna aliquyam erat, sed diam voluptua. At vero eos et accusam et justo duo dolores et ea rebum. Stet clita kasd gubergren, no sea takimata sanctus est Lorem ipsum dolor sit amet.

Fundsachen // Stet clita kasd gubergren, no sea takimata sanctus est Lorem ipsum dolor sit amet. Lorem ipsum dolor sit amet, consetetur sadipscing elitr, sed diam nonumy eirmod tempor invidunt ut labore et dolore magna aliquyam erat, sed diam voluptua. At vero eos et accusam et justo duo dolores et ea rebum.

Unfall // Ut wisi enim ad minim veniam, quis nostrud exerci tation ullamcorper suscipit lobortis nisl ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis autem vel eum iriure dolor in hendrerit in vulputate velit esse molestie consequat, vel illum dolore eu feugiat nulla facilisis at vero eros et accumsan et iusto odio dignissim qui blandit praesent luptatum zzril delenit augue duis dolore te feugait nulla facilisi.

Befreiung // At vero eos et accusam et justo duo dolores et ea rebum. Stet clita kasd gubergren, no sea takimata sanctus est Lorem ipsum dolor sit amet. Lorem ipsum dolor sit amet, consetetur sadipscing elitr, sed diam nonumy eirmod tempor invidunt ut labore et dolore magna aliquyam erat, sed diam voluptua. At vero eos et accusam et justo duo dolores et ea rebum. Stet clita kasd gubergren, no.

Erkrankung // Duis autem vel eum iriure dolor in hendrerit in vulputate velit esse molestie consequat, vel illum dolore eu feugiat nulla facilisis at vero eros et accumsan et iusto odio dignissim qui blandit praesent luptatum zzril delenit augue duis dolore te feugait nulla facilisi. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetuer adipiscing elit, sed diam nonummy nibh euismod tincidunt ut laoreet dolore magna.

Krankheit // At vero eos et accusam et justo duo dolores et ea rebum. Stet clita kasd gubergren, no sea takimata sanctus est Lorem ipsum dolor sit amet. Lorem ipsum dolor sit amet, consetetur sadipscing elitr, sed diam nonumy eirmod tempor invidunt ut labore et dolore magna aliquyam erat, sed diam voluptua. At vero eos et accusam et justo duo dolores et ea rebum. Stet clita kasd gubergren, no sea takimata sanctus est Lorem ipsum dolor sit amet. Duis autem vel eum iriure dolor in hendrerit in vulputate velit esse molestie consequat.

I. Präambel

SCHULORDNUNG

Der Erfolg des Zusammenlebens an unserer Schule hängt wie in jeder größeren Gemeinschaft davon ab, dass alle Beteiligten sich auf wesentliche Grundsätze verständigen und dass diese durch konkrete Regelungen ergänzt werden. Die in dieser Schulordnung formulierten Grundsätze sowie das ergänzende Regelwerk sollen dazu dienen, erfolgreiche Unterrichts- und Erziehungsarbeit zu gewährleisten. Die Anpassung der Grundsätze und Regelungen an die sich ändernden Rahmenbedingungen ist gemeinsame Aufgabe aller Beteiligten.

II. Allgemeine Grundsätze

Zusammenarbeit

Die Schule ist auf das Vertrauen und die Mitarbeit der Schülerinnen und Schüler, der Lehrerinnen und Lehrer sowie der Erziehungsberechtigten angewiesen.

Gelingen

Jeder ist für das Gelingen von Schule und Unterricht verantwortlich. Jede Schülerin und jeder Schüler, jede Lehrerin und jeder Lehrer hat sich so zu verhalten, dass der Unterricht erfolgreich ist und störungsfrei und für alle effektiv verläuft.

Freiheit und Verantwortung

Die Schule gibt Freiheit in dem Maß, in dem Verantwortung getragen werden kann. Wer mitentscheiden will, muss Verantwortung übernehmen. Wer Freiheit beansprucht, muss Regeln anerkennen und befolgen.

Soziales Handeln

Alle bemühen sich um Freundlichkeit, Höflichkeit und Hilfsbereitschaft. Jeder behandelt Schülerinnen und Schüler, Lehrerinnen und Lehrer und Erziehungsberechtigte so, wie er behandelt werden möchte, und leistet Hilfe dort, wo ein anderer Hilfe benötigt.

Toleranz und Respekt

Jeder achtet darauf, offen für andere zu sein und den anderen zu respektieren, Selbstver-

trauen und Selbstbeherrschung zu entwickeln und Zivilcourage zu zeigen.

Streiten

Meinungsäußerungen sind erwünscht. Wer kritisiert, sollte sich im Klaren sein, was er mit dieser Kritik verbessern will. Dann hilft die Kritik allen.

Lernen

Jeder ist für sein Lernen selbst verantwortlich, die anderen unterstützen. Das eigene Lernen muss mit Kopf, Hand und Herz stattfinden. Lehrerinnen und Lehrer müssen Anregungen und Hilfestellungen geben, die die Selbstständigkeit der Schülerinnen und Schüler fördern.

Anerkennung

Lob und Anerkennung motivieren stärker als Tadel. Leistung soll angemessen gewürdigt werden. Jeder steigert seine Leistung eher durch Ermutigung und persönliche Ansprache und ist dadurch auch eher zur Mitarbeit und Übernahme von Verantwortung bereit.

III. Organisatorische Regelungen

1. Regeln für die Anwesenheit

Die folgenden Regeln gelten für die Unterrichtszeiten. Als Unterrichtszeiten gelten der jeweilige Stundenplan und alle schulischen Veranstaltungen. Zahl und Dauer der Unterrichtsstunden sind im Stundenplan verbindlich festgelegt. Die regelmäßige und pünktliche Teilnahme am Unterricht ist Voraussetzung des Lernerfolgs und deshalb Pflicht. Verspätungen und Fehlen stören die kontinuierliche Arbeit und beeinträchtigen damit den Lernerfolg aller. Das Schulgebäude wird für die Schülerinnen und Schüler um 7 45 Uhr geöffnet. Bei Regen oder Kälte können sich die Schülerinnen und Schüler auch schon vorher im Vorraum des Erdgeschosses oder vor dem Schulbüro aufhalten. Schülerinnen und Schüler der Klassen 7 - 10 dürfen das Schulgelände nur in begründeten Einzelfällen und nur mit Genehmigung des Aufsicht führenden oder verantwortlichen Lehrers oder der Lehrerin verlassen. In den Freistunden halten sich Schülerinnen und Schüler der Klassen 7 - 10 grundsätzlich in dem für sie vorgesehenen Raum auf. Sofern die Erlaubnis der Erziehungsberechtigten vorliegt, dürfen die Schülerinnen und Schüler ab Klasse 8 in den Freistunden das Schulgelände verlassen. Eine Entscheidung über das Verweilen im vorgesehenen Raum oder das Verlassen des Schulgeländes trifft die Schülerin oder der Schüler verbindlich für die Dauer der gesamten Freistunde vor Beginn der Stunde. Ein unbeaufsichtigter Aufenthalt auf dem Schulgelände ist nicht gestattet. Die Schülerinnen und Schüler verlassen nach Beendigung ihres Unterrichts grundsätzlich das Schulgelände.

2. Verantwortung für die Räume

Der Klassenraum ist ein Arbeitsraum. Seine sinnvolle Ausgestaltung fördert das Lernen. Die Koordinierung der Ausgestaltung liegt bei der Klassenlehrerin bzw. beim Klassenlehrer. Die Anordnung von Tischen und Stühlen ist wesentliche Voraussetzung für die Kommunikation innerhalb des Unterrichts. Deshalb ist es Sache der Lehrerin bzw. des Lehrers, die Sitzordnung dem Unterrichtsvorhaben anzupassen. Die Sitzordnung ist verbindlich. Für Sauberkeit und Ordnung sind alle verantwortlich. Jeder hat die Aufgabe Verschmutzungen zu vermeiden und ggf. unverzüglich zu beseitigen. Dabei ist es zunächst nicht wesentlich, wer der Verursacher ist. Steht der Verursacher fest, obliegt ihm die Beseitigung der Verschmutzung. Insbesondere ist im Toilettenbereich auf Sauberkeit zu achten. Damit in den Fachräumen keine unaufklärbaren Beschädigungen oder Unfälle entstehen, dürfen die Fachräume nur in Anwesenheit der Lehrerin oder des Lehrers betreten werden. In speziell gekennzeichnete Fachräume nehmen die Klassen 7 - 10 grundsätzlich nur die benötigten Unterrichtsmaterialien mit. Für den reibungslosen Ablauf des Unterrichts werden spezielle Aufgaben zwischen Schülerinnen und Schülern auf der einen Seite und Lehrerinnen und Lehrern auf der andern Seite verabredet. Diese Aufgaben müssen sowohl in den Klassen als auch in den Fachräumen sorgfältig und unaufgefordert erfüllt werden. Zu diesen Aufgaben gehört unter anderem:

Der Tafeldienst sorgt vor Beginn der Unterrichtsstunde für eine saubere Tafel und hinreichend Kreide. Der Ordnungsdienst fegt am Ende des Unterrichtstages den Klassenraum aus und bringt den Müll sortiert in die dafür vorgesehenen Tonnen. Bei Bedarf übernimmt er auch zwischenzeitlich anfallende Säuberungsarbeiten selbstständig oder auf Anordnung vor Beginn der Unterrichtsstunde für eine saubere Tafel und hinreichend Kreide. Der Schlüsseldienst sorgt beim Verlassen des Klassenraumes dafür, dass der Raum verschlossen wird. Eine Verspätung im nachfolgenden Unterricht ist möglichst zu vermeiden, soll aber dem Schlüsseldienst nicht angelastet werden. Lehrerinnen und Lehrer sollen auf Bitten einer Klasse deren Klassenraum auf- oder abschließen.

3. Verhalten in den Unterrichtsstunden

Die Schülerinnen und Schüler beteiligen sich aktiv und kooperativ am Unterricht, so dass alle voneinander lernen können und niemand in seinen Lern- oder Lehrbemühungen beeinträchtigt wird. Die Unterrichtsstunde beginnt und endet pünktlich. Auch ohne Anwesenheit einer Lehrkraft verhalten sich die Schülerinnen und Schüler ruhig im Unterrichtsraum. Falls der Klassen- oder Fachraum noch nicht geöffnet ist, warten sie ruhig und diszipliniert davor, ohne andere zu stören. Besondere Regelungen für Fachräume, insbesondere für Sporträume, sind zu beachten. Ist die Lehrerin oder der Lehrer fünf Minuten nach Beginn der Unterrichtsstunde noch nicht erschienen, so fragt die Klassensprecherin oder der Klassensprecher bzw. ein Kursmitglied im Schulbüro nach. Während der Unterrichtsstunde darf der Unterrichtsraum nur mit Zustimmung der Lehrerin oder des Lehrers verlassen werden. Bei Klassenarbeiten oder Klausuren kann jeweils einer Schülerin oder einem Schüler das kurzzeitige Verlassen des Arbeitsraums gestattet werden, jedoch nicht während der Pausenzeiten. Lehrmittel wie Landkarten etc. werden von den dafür benannten Schülerinnen und Schülern vor Beginn der Unterrichtsstunde geholt und nach der Stunde wieder zurückgebracht. Alle Lehrmittel werden erst auf Anweisung der Lehrerin oder des Lehrers aufgebaut oder in Betrieb genommen. Dies gilt auch für Geräte, die Schülerinnen und Schüler für den Unterricht mitbringen. Die für den Unterricht erforderlichen Lernmittel (Schulbücher, Schreibzeug, Hefte, Klassenarbeitshefte etc.) werden von den Schülerinnen und Schülern mitgebracht und sind zu Beginn der Stunde unaufgefordert verfügbar. Die von der Schule ausgeliehenen Lernmaterialien werden pfleglich behandelt und vollständig und unbeschädigt wieder zurückgegeben. Für Verlust oder Beschädigung haften die Erziehungsberechtigten bzw. die volljährigen Schülerinnen und Schüler. Klassenarbeiten und Klausuren sind möglichst zeitnah zu korrigieren und von den Schülerinnen und Schülern unverzüglich nach Durchsicht und ggf. Verbesserung zurückzugeben. Hausaufgaben gehören als Vor- und Nachbereitung zum Unterricht und zur Leistungsbewertung. Sie werden individuell außerhalb des Unterrichts angefertigt zu dem Zeitpunkt, zu dem sie aufgegeben werden. Sind Hausaufgaben aus triftigem Grund nicht angefertigt worden, so teilen die Erziehungsberechtigten dies schriftlich der Fachlehrerin oder dem Fachlehrer mit. Bei Schulversäumnis können die Schülerinnen und Schüler die gestellten Hausaufgaben dem Klassenbuch entnehmen oder Erkundigungen bei Mitschülerinnen und Mitschülern einholen. Sie tragen die Verantwortung dafür, dass sie die für die Hausaufgaben benötigten Materialien erhalten und frühestmöglich die Hausaufgaben anfertigen und den versäumten Stoff nacharbeiten. Mit der Termine (für Hausaufgaben, Referate etc.) sind bindend; ihre Einhaltung ist Teil der Schulleistung. sollen auf Bitten einer Klasse deren Klassenraum auf- oder abschließen.

SCHULORDNUNG

4. Gestaltung der Pausen

Grundlegende Regelungen

Die Pausen dienen der Erholung und Entspannung. Die großen Pausen werden daher von den Klassen 7 - 10 grundsätzlich auf dem Schulhof oder gegebenenfalls im Begegnungszentrum verbracht. Die Pausen werden von allen Beteiligten respektiert, d.h. die Schülerinnen und Schüler verlassen zügig die Räume und erscheinen bei Pausenende pünktlich zum Unterricht. Die Lehrerin oder der Lehrer überziehen den Unterricht nicht bis in die Pausen. Während der großen Pausen werden die Klassen- und Fachräume abgeschlossen. Bei Regen oder besonders großer Kälte dürfen die Schülerinnen und Schüler unter der Obhut der Aufsicht führenden Lehrerin oder des Lehrers in den Klassen bzw. Fachräumen verbleiben. Ein dreimaliges Klingelzeichen kündigt die Möglichkeit des Verbleibens in den Räumen an. Ein mehrfaches kurzes Klingelzeichen kündigt an, dass das Betreten des Schulhofes wegen Schneefall oder Glätte untersagt ist.

Sauberkeit auf dem Schulhof und im Gebäude

Alle achten darauf, dass der Schulhof und das Gebäude nicht verschmutzt werden. Der Schulhof wird regelmäßig von den Klassen 7 – 10 in einem abwechselnden Turnus gesäubert. Das Rauchen im Schulgebäude ist wegen der damit verbundenen allgemeinen gesundheitlichen Gefährdung generell untersagt.

Sicherheit auf dem Schulgelände

Jede Form von körperlicher Rücksichtslosigkeit ist verboten. Insbesondere sind Gefährdungen durch Wurfgeschosse etc. zu vermeiden. Lehrerinnen und Lehrer haben ein Anrecht auf Pausen und Ruhe zum ungestörten Arbeiten. Das Lehrerzimmer der Schule ist daher in der Regel nicht für Schülerinnen und Schüler zugänglich.

SCHULORDNUNG

Es gelten folgende Regeln:

* Wer ein Anliegen hat, kommt allein.
* Übersichtspläne der Unterrichtenden hängen auch an anderen Orten im Haus aus, ihretwegen muss nicht nachgefragt werden.
* Längere Gesprächswünsche werden angemeldet, die Gespräche werden außerhalb des Lehrerzimmers geführt.
* Der Postverkehr von Schülerinnen oder Schülern zu Lehrerinnen oder Lehrern erfolgt über das Schulbüro.

Begegnungszentrum

Mit der Cafeteria und der Bibliothek ist der Schule ein Begegnungszentrum zur Verfügung gestellt worden. Die Schüler, Eltern und Lehrer tragen in Absprache mit der Schulleitung gemeinsam die Verantwortung für die Räume, deren Einrichtung und den dazu gehörenden Schulhofbereich.

SCHULORDNUNG

IV. Maßnahmen zur Durchsetzung

Für das Einhalten der Schulordnung übernehmen alle, Schülerinnen und Schüler, Lehrerinnen und Lehrer und die Erziehungsberechtigten, die Verantwortung. Deshalb sollten auch Schülerinnen und Schüler einander auf entsprechendes Verhalten hinweisen und auf die Einhaltung hinwirken. Die Anwendung jeglicher Gewalt - gegen Personen (physisch, psychisch oder verbal) oder gegen Sachen - wird nicht geduldet. Verursacher werden in die Verantwortung genommen. Sie sollen zu Maßnahmen der persönlichen Wiedergutmachung beitragen. Bei Konflikten ist eine Klärung direkt zwischen den Beteiligten anzustreben. Alle sind verpflichtet zur Mitwirkung bei Prävention, Schlichtung und Aufklärung. Klassenlehrerinnen und Klassenlehrer, Vertrauenslehrerinnen und Vertrauenslehrer, Vertrauensschülerinnen und Vertrauensschüler, der Vermittlungsausschuss und Konfliktlotsen sowie Mediatorinnen und Mediatoren stehen als Hilfe zur Verfügung und sollen rechtzeitig einbezogen werden. Dies gilt auch für Konflikte zwischen Schülerinnen oder Schülern und Lehrerinnen oder Lehrern. Können Konflikte auf diesem Wege nicht bereinigt werden oder handelt es sich um schwerer wiegende oder wiederholte Verstöße, werden unter Einbeziehung der Erziehungsberechtigten Erziehungs- oder Ordnungsmaßnahmen eingeleitet. Als weitere Erziehungsmaßnahmen, auch neben Ordnungsmaßnahmen, können Aufgaben, die für die Klasse oder die Schule von Vorteil sind, auferlegt werden. Allgemeine Erziehungsmaßnahmen werden nicht auf dem Zeugnis vermerkt. Die besonderen Erziehungsmaßnahmen Tadel, Nachbleiben oder zeitweiliger Ausschluss von einer Unterrichtsstunde oder von einer Schulveranstaltung werden grundsätzlich nicht auf dem Zeugnis vermerkt. Abweichungen hiervon im Einzelfall beschließt die Klassenkonferenz zum Zeitpunkt der Zensurenkonferenz auf Antrag der über die Erziehungsmaßnahmen entscheidenden Lehrerin oder des Lehrers. Die Tatsache, dass andere einer Sanktion eventuell entgehen, begründet keinen Anspruch auf Aussetzen von Maßnahmen, und dass andere sich nicht "richtig" verhalten, begründet keinen Anspruch auf Nachsicht bei eigenem Fehlverhalten. Sanktionen beziehen sich immer auf individuelles Fehlverhalten. Bei Straftaten wird grundsätzlich Anzeige erstattet.

Diese Schulordnung wird jeder Schülerin und jedem Schüler, jeder Lehrerin und jedem Lehrer ausgehändigt. Die Klassenlehrerin oder der Klassenlehrer bespricht diese Ordnung am Beginn eines Schuljahres mit den Schülern. Die Besprechung ist im Klassenbuch zu vermerken. Die Aushändigung, die Besprechung und die Anerkennung der Schulordnung werden durch Unterschrift bestätigt. Mit der Unterschrift verpflichten sich die Unterzeichnenden zur Einhaltung der Schulordnung in all ihren Teilen.

Schaffe dir einen festen, angenehmen Arbeitsplatz // Jeder braucht einen festen Arbeitsplatz, damit er während des Lernens nicht gestört wird. Gestalte ihn so, dass dein Körper, dein Denken und Fühlen auf Lernen eingestellt wird. Dazu gehört die richtige Raumtemperatur, ein korrekter Lichteinfall (bei Rechtshändern von links vorne), Ordnung, keine Musik oder andere akustische Störquellen. Man legt nur die Hefte und Bücher auf den Schreibtisch, die man gerade braucht.

TIPPS

Plane die Lernzeit langfristig! // Um die Entstehung eines Lernberges zu verhindern, muss der Lernstoff gleichmäßig über die Zeit verteilt werden. Dazu verwendet man einen Zeitplaner (Terminkalender, Pinboard, Lernplakat), auf dem alle bekannten Prüfungen und alle Freizeitverpflichtungen aufeinander abgestimmt werden.

Pausen sind Pflicht! // Richtig eingebaut bewirken Pausen eine Steigerung der Leistungsfähigkeit. Verteile die Pause gleichmäßig, mache lieber mehrere kurze als eine lange. Pausen dürfen aber grundsätzlich nicht zu lange dauern und zum Selbstzweck werden.

Beachte die S-M-Formel! // Trenne die schriftlichen und mündlichen Aufgaben nicht in zwei große Einzelteile! Der größte Fehler liegt darin, wenn du das Mündliche am Schluss, am Abend oder sogar morgens erledigst. Diese Art des Lernens behindert die Aufnahmefähigkeit des Gehirns und hemmt so den Lernfortschritt.

Lernstoff muss strukturiert werden! // Lerne nie nur Einzelheiten, sondern erkenne den Rahmen, in dem der Lernstoff steht. Fasse ihn zusammen, fertige dir Skizzen an, schreibe dir einen genialen Spickzettel (den du dann mit Sicherheit nicht brauchst!).

Fragen zur optimalen Vorbereitung // Kennst du das? Du kannst den Lernstoff fast auswendig, wirst abgefragt und du kannst auf die Fragen nicht antworten. Das liegt daran, dass reines Faktenlernen nicht ausreicht. Überlege dir: Wie könnte man fragen?  (Zusammenhänge, eigene Meinung; warum?)

Teile deine Hausaufgaben in portionsgerechte Happen ein! // Die korrekte Führung eines Hausaufgabenheftes ist von allergrößter Wichtigkeit. Nimm dein Hausaufgabenheft und überlege, wie die Aufgaben in Portionen eingeteilt werden können. So kannst du ein Draufloslernen oder Verzetteln vermeiden. Trenne KANN-ZIELE (Was kann noch gemacht werden? Z. B. Wiederholungen, Hausaufgaben für ein Fach, das erst in einigen Tagen wieder unterrichtet wird, Vorbereitungen für die Schulaufgaben) von MUSS-ZIELEN (alles, was für den nächsten Tag erledigt werden muss).

Wähle die optimale Arbeitszeit! // Eine allgemein gültige optimale Zeit gibt es nicht; die Faustregel lautet jedoch: Warte eine Stunde nach dem Essen. Jeder muss seine beste Arbeitszeit selbst herausfinden. Dabei ist es aber wichtig, sich unbedingt an eine feste Arbeits- bzw. Hausaufgabenzeit zu gewöhnen. Grundsätzlich ungeeignet ist die Zeit vor Schulbeginn am Morgen.

Richtiges Abschalten will gelernt sein! // Angenehme und unangenehme Erlebnisse des Tages lassen sich nicht einfach mit einem Knopfdruck abschalten; sie geistern im Kopf herum und behindern das Lernen. Versuche ein kleines Konzentrationstraining! Besonders gut ist es, wenn du beim Mittagessen über das, was dich beschäftigt, reden kannst.

Anwärmzeit beachten! // Wähle für den Anfang einen leichten Lernstoff oder eine einfache Aufgabe, bei der man z. B. nur etwas abschreiben oder zeichnen soll.

Die Reihenfolge will überlegt sein! // Teile deine Zeit in vier Blöcke: In der Anwärmzeit erledigst du die leichten Aufgaben, in der mittleren Phase die schwierigeren, dann wieder die etwas leichteren und zum Schluss wieder die schwierigeren.