

So machen Kinder stressfrei Hausaufgaben 10 Tipps für Eltern

1. Nur wache Kinder können Hausaufgaben machen. Wer müde ist: Erst ausruhen!
2. Entspannt? Schulärger oder andere Probleme erst ausräumen, denn das sind Energie- und Gedankenfresser!
3. Ein voller Bauch studiert nicht gerne. Aber Hunger ist auch kein guter Lehrer. Ein leichter Imbiss, z. B. Obst oder eine Handvoll Studentenfutter, hilft beim Denken.
4. Achten Sie darauf, wie lange Ihr Kind für seine Hausaufgaben braucht. In den ersten beiden Schuljahren sollte eine halbe Stunde nicht überschritten werden. Kann Ihr Kind dies nur selten einhalten, befragen Sie andere Eltern, wie lange deren Kinder brauchen. Ist höherer Zeitaufwand die Regel, sollten Sie mit dem Klassenlehrer sprechen.
5. Zeitliche und räumliche Arbeitsrituale sorgen dafür, dass nicht jeden Tag aufs Neue Entscheidungs- und Diskussionszeit „verschwendet“ wird. Finden Sie gemeinsam mit Ihrem Kind heraus, wann und wo es am besten arbeiten kann und behalten Sie dieses Ritual nach Möglichkeit bei.
6. Den Arbeitsplatz gestalten: Ein aufgeräumter Tisch hat nichts mit Pedanterie zu tun, sondern hilft, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren. Räumen Sie mit dem Kind zusammen alles fort, was mit den Hausaufgaben nichts zu tun hat. Lassen Sie es seine Stifte spitzen und Papier und Hefte bereitlegen. Das ist gleich ein ganz anderer Start ins Arbeiten!
7. Bringen Sie Zeit und Geduld mit. Jede Art von Hektik und Ungeduld überträgt sich auf Ihr Kind und gefährdet ein zügiges und entspanntes Arbeiten. Absolutes „No-go“: Das Kind als Trödler beschimpfen oder die Zuflucht in rhetorische Fragen, wie z. B.: „Wann wirst du endlich lernen, deine Hausaufgaben ordentlich und schnell zu machen!?“
8. Fragen Sie beim Elternabend, wie die Schule mit den Hausaufgaben verfährt. Nicht gewürdigte Hausaufgaben sind der „Motivationskiller“ schlechthin. Außerdem weiß Ihr Kind dann nicht, was es richtig und was es falsch gemacht hat.
9. Einen Aufgabenplan erstellen: Besprechen Sie mit Ihrem Kind, was es zu tun hat und welche Reihenfolge sinnvoll ist. Gibt es Aufgaben, die zeitlich weniger gut kalkulierbar sind? Dann besser die leichten oder schnellen Aufgaben zuerst machen. Gut auch für die Motivation: Abwechslung bei den verschiedenen Tätigkeiten. Nach dem Schreiben lieber etwas auswendig lernen. Nach dem Rechnen erstmal malen, ehe es vielleicht mit Schreiben weitergeht. Gibt es vielleicht auch längerfristige Aufgaben, die besser über den gegebenen Zeitraum verteilt werden als „auf den letzten Drücker“ komplett erledigt zu werden? Nach und nach übernimmt Ihr Kind in späteren Schuljahren dann selbst die Arbeitsplanung.
10. Gerade in den ersten Schuljahren wird Ihr Kind am liebsten in Ihrer Nähe arbeiten – in der Küche etwa oder am Esstisch. Das ist auch völlig in Ordnung. Gewöhnen Sie Ihr Kind aber nach und nach an einen eigenen Arbeitsplatz für die Hausaufgaben – mit höhenverstellbarem Tisch und altersgerechtem, bewegungsförderndem Schreibtischstuhl.