

## **Ratschläge der Schulpsychologie zur Organisation des „Schultags daheim“**

- Strukturieren Sie – im Rahmen eigener Home-Office-Verpflichtungen – den Tag in Lernphasen, Pausen und Freizeit. Struktur ist besonders wichtig für das Lernen zu Hause. Versuchen Sie, einen täglichen Ablauf zu Hause zu finden, den Sie gemeinsam mit Ihren Kindern festlegen und der Ihr Kind an den schulischen Rhythmus gewöhnt. Wenn Ihr Kind in der Schule mit offenen Lernformen selbständig arbeitet, so lassen sie dies auch zuhause zu.
- Wie ausgedehnt die Lernzeiten gestaltet werden, hängt auch vom Alter der Schüler/innen ab.
- Die Aufgaben sollten von der Schule so gestaltet sein, dass sie selbständiges Arbeiten ermöglichen. Stehen Sie aber bitte unterstützend und für Nachfragen zur Verfügung.
- Versuchen Sie für die Kinder einen separaten, ruhigen Arbeitsplatz zu schaffen, der ihnen für die gesamte Zeit zur Verfügung steht. Man sollte Lern- und Spielräume am besten trennen; z. B. am Küchentisch oder am Schreibtisch im Kinderzimmer wird Hausübung gemacht und gelernt – am Couchtisch wird gespielt und ferngesehen.
- Lernen soll Spaß machen und spielerisch sein! Seien Sie geduldig und setzen Sie Ihre Kinder nicht unter Druck. Auch für diese ist der Unterricht zu Hause auch eine neue und ungewohnte Situation, an die sie sich erst gewöhnen müssen. Loben und motivieren Sie ausreichend und unmittelbar. Bei Fehlern korrigieren Sie behutsam.
- Halten Sie Kontakt zu den Lehrpersonen und wenden Sie sich bei Problemen an die entsprechenden Ansprechpartner/innen ([brg-woergl@tsn.at](mailto:brg-woergl@tsn.at), wenn Kontaktdaten fehlen). Geben Sie bitte bei Überforderung und Überlastung der Kinder direktes Feedback an den Klassenvorstand.
- Auch Erziehungsberechtigte brauchen einmal eine Pause! Um Überforderungen zu vermeiden und den Alltag zu Hause aufzulockern, ist regelmäßige eine Pausensetzung auch für Sie ratsam.
- Weitere Tipps werden laufend zusammengestellt und sind in Kürze auf der BMBWF Homepage verfügbar: [www.schulpsychologie.at/gesundheitsförderung](http://www.schulpsychologie.at/gesundheitsförderung)