

## **10 Tipps für das Lernen zu Hause**

**Liebe Schülerin, lieber Schüler!**

Wir müssen im Moment akzeptieren, dass vieles anders läuft. Wir wissen auch noch nicht, wann unser ganz normaler Schulalltag wieder stattfinden kann. Das Lernen zu Hause wird in den nächsten Wochen weiterhin eine sehr große Rolle spielen.

**Die folgenden Tipps helfen dir vielleicht zu Hause besser zu lernen:**

1. Plane eine feste Zeit für das Lernen ein (z.B. von 8.30 Uhr bis 12 Uhr). Versuche, so gut es geht, die Lernzeit an jedem Tag einzuhalten.
2. Schalte, bevor du beginnst zu lernen, dein Handy stumm. Noch besser: Lege es in einen anderen Raum (falls du es nicht zum Lernen brauchst).
3. Beginne die Lernzeit damit, dass du dir eine To-do-Liste schreibst. Lege fest, was du erledigen willst und in welcher Reihenfolge du es tun möchtest.
4. Nimm dir nicht zu viel vor, sonst bist du frustriert, wenn dein Plan nicht aufgeht. Nimm dir aber auch nicht zu wenig vor, sonst kommst du am Ende der Woche in Zeitdruck.
5. Beginne mit einem Fach, das dir Spaß macht. Dann fällt der Anfang leichter.
6. Wechsle dann beliebte und unbeliebte Fächer ab.
7. Lege alle 20 bis 30 Minuten eine kleine Pause ein. Steh kurz auf und bewege dich. Nach ca. 1,5 Stunden ist es gut eine ca. 20-minütige Pause zu machen. Lüfte den Raum, gehe kurz raus, trinke etwas ...
8. Zögere nicht, bei deinen Lehrern nachzufragen, wenn du eine Aufgabe nicht verstehst oder nicht lösen kannst. Die Lehrer sind auch in der Zeit des Lernens zu Hause für dich da!
9. Bleibe mit deinen Mitschülern und Mitschülerinnen in Kontakt. Vielleicht könnt ihr mit Hilfe der sozialen Medien manche Aufgaben auch zusammen machen, euch gegenseitig motivieren und unterstützen. (Dann darf das Handy auch mal zeitweise angeschaltet bleiben 😊!)
10. Bewege dich täglich an der frischen Luft und halte deinen Körper fit. Dann kann auch der Kopf am nächsten Morgen wieder besser arbeiten.