

Ratschläge der Schulpsychologie für die Fernlehre/das Distance Learning

- Strukturieren Sie 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. Ihr Kind ist an den schulischen Rhythmus gewöhnt.
- 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 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 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. Geben Sie bitte bei Überforderung und Überlastung der Kinder direktes Feedback an Klassenlehrer oder KV.
- Auch Erziehungsberechtigte brauchen einmal eine Pause! Um Überforderungen zu vermeiden und den Alltag zu Hause aufzulockern, ist regelmäßige **Pausensetzung** auch für Sie ratsam.

Weitere **Tipps** werden laufend zusammengestellt und sind in Kürze auf der BMBWF Homepage verfügbar. www.schulpsychologie.at/gesundheitsförderung