



Anleitung zur Anfertigung eines Wochenplans / Hausaufgabenplans (ab 7. Klasse)

Eine regelmäßige und zuverlässige selbstständige Anfertigung der Hausaufgaben trägt wesentlich zum Erfolg in der Schule bei. Lernst du kontinuierlich mit, können Stegreifaufgaben dich nicht erschrecken und die Vorbereitung auf die Schulaufgaben ist viel einfacher.

Fertige die Hausaufgaben immer nach einem festen Plan an, um nichts zu vergessen und selbstständig zu arbeiten.

Folgende Schritte sollen dir eine Anleitung geben, damit du einen für dich passenden Hausaufgabenplan erstellen kannst:

1. Drucke dir die noch leeren Unterlagen zum Wochenplan, die du unter „Anlagen zum Wochenplan ab Klasse 7“ findest, aus.
2. Entscheide dich, welcher Tag am Wochenende in der Regel frei von Hausaufgaben sein soll (Sonntag, Samstag oder Freitagnachmittag). Trage die verbleibenden Tage in die beiden rechten Spalten der Planvorlage und des Übersichtsplans ein.

Die Lern-, Merkfähigkeit und auch die Motivation zu lernen werden gesteigert, wenn am Wochenende eine längere lern- und hausaufgabenfreie Pause eingehalten wird. Allerdings kann es bei einer hohen Schulaufgabendichte und/oder vielen vorzubereitenden Referaten schon mal sein, dass du keinen ganz freien Tag einhalten kannst – aber das sollte nicht die Regel sein!

3. Lege die Anfangszeiten für die Hausaufgaben fest.

Diese feste Zeit ist eine Richtlinie; natürlich wird es in der Praxis immer mal wieder Abweichungen davon geben. Plane nach der Schule eine mindestens halbstündige Pause zur Erholung ein.

4. Trage in den Übersichtsplan („Was prinzipiell zu erledigen ist“) in der oberen Zeile („private Termine“) individuelle Nachmittagstermine wie Musikunterricht oder Vereinssport ein.

Die Hausaufgabenplanung soll berücksichtigen, an welchen Wochentagen du viel und an welchen Tagen du wenig Zeit für Hausaufgaben und Lernen hast.

5. Fertige auf dem Blatt „Was prinzipiell zu erledigen ist...“ eine Übersicht an, welche Hausaufgaben (prinzipiell) an welchem Tag anfallen. Dabei gehst du in drei Schritten vor:

a. In die Zeile „schriftlich“ trägst du pro Tag die Fächer ein, in denen du schriftlichen Hausaufgaben bekommst.

b. In die Zeile „mündlich“ trägst du alle Fächer des folgenden Tages ein.

Mündliche Hausaufgabe in den Fremdsprachen beinhaltet Grammatik und Hefteintrag zu lernen. In allen Fächern zur Vorbereitung immer mindestens den Hefteintrag der letzten Stunde lernen!

c. In die Zeile „Vok“ trägst du ein, an welchen Tagen du neue Vokabeln aufbekommst (z.B. als „Vok E neu“) und an welchen Tagen du Vokabeln wiederholen wirst (z.B. als „Vok E wied.“).

Die regelmäßige Wiederholung der Vokabeln ist in den Fremdsprachen immens wichtig! Idealerweise arbeitest du mit einer Vokabelkartei.

6. Abhängig von der Zeit, die du an jedem Nachmittag bzw. am Wochenende für die Schule aufbringen kannst, können Hausaufgaben gegebenenfalls auch verschoben werden (falls z.B. durch Vereinssport an einem Nachmittag wenig Zeit bleibt). Beachte dabei folgende Hinweise:

a. Falls ein Fach nicht auch am nächsten Tag ansteht, können schriftliche Hausaufgaben auf den *nächsten* Tag / einen der *nächsten* Tage verschoben werden – bis spätestens zum Vortag der nächsten Unterrichtsstunde.

b. Bei schriftlichen Hausaufgaben ist es in manchen Fächern / an manchen Tagen sinnvoll, diese in zwei Portionen zu zerlegen und an zwei verschiedenen Tagen einzuplanen.

Die Menge kann für einen Tag sonst zu viel und damit ermüdend sein. Manchmal ist es nicht absehbar, ob alle Hausaufgaben an diesem Tag im geplanten Zeitraum erledigt werden können.

c. Mündliche Hausaufgaben, also die Vorbereitung auf die nächste Stunde, kann, falls das Fach nicht an zwei aufeinander folgenden Tagen unterrichtet wird, auch am Tag / einige Tage *vorher* erledigt werden – natürlich maximal bis zu dem Tag, an dem das Fach das letzte Mal unterrichtet wurde.

Verschiebe das Lernen nicht zu weit nach vorne, sonst musst du unbedingt am Tag vorher zumindest eine kurze Wiederholung einplanen!

Streiche die Hausaufgaben, die verschoben werden sollen, auf dem Übersichtsplan durch und trage sie an den Tagen, an denen sie nun erledigt werden sollen, ein.

7. Die Hausaufgaben sollen nun in eine Reihenfolge gebracht und im Wochenplan eingetragen werden. Trage für jeden Tag in die kleine linke Spalte S für eine schriftliche und M für eine mündliche Hausaufgabe ein und daneben das entsprechende Fach. Beachte dabei folgende Hinweise:

- a. Beginne mit einer Hausaufgabe, die Spaß macht oder die du als leicht empfindest.
- b. Wichtig ist, mündliche (M) und schriftliche (S) Hausaufgaben abzuwechseln.

So kannst du dir die Lerninhalte gut merken und ermüdest nicht so schnell. Die mündlichen Hausaufgaben, d.h. das Lernen ist mindestens genauso wichtig wie die schriftlichen Hausaufgaben!

- c. Sind an einem Tag mündliche und schriftliche Aufgaben eines Faches zu erledigen, lernt man besser zuerst (M) und wendet dann als Wiederholung das Gelernte in der schriftlichen Hausaufgabe (S) an.

Vor allem in den Hauptfächern ist dies sehr sinnvoll. Optimal wäre es, zuerst z.B. die neuen Vokabeln in Englisch zu lernen, dann die Hausaufgabe in einem anderen Fach (keine Fremdsprache) zu erledigen und danach erst die schriftliche Hausaufgabe in Englisch anzugehen, um die Vokabeln zu festigen. Ist dir das zu viel Abwechslung, plane jedes Fach kompakt hintereinander ein.

In den Fächern, die nur einmal pro Woche unterrichtet werden, musst du dich entscheiden, ob du die mündliche und die schriftliche Hausaufgabe an verschiedenen Tagen erledigst (dann ist die schriftliche Hausaufgabe vor der mündlichen im Plan) oder die Hausaufgaben in diesem Fach so verlegst, dass beides an einem Tag anfällt.

- d. Achte darauf, dass Vokabeln, mündliche und schriftliche Hausaufgaben unterschiedlicher Fremdsprachen nicht hintereinander gelernt werden.

Werden unterschiedliche Sprachen direkt hintereinander gelernt, kann die sogenannte Ähnlichkeitshemmung sowohl die Aufnahme von neuem als auch den Abruf bereits gelernter Lernmaterials hemmen. Durch die Ähnlichkeit kann es zur Vermischung kommen und es wird schwerer, sich Informationen / Vokabeln zu merken.

8. Fertige einen solchen Plan an und kopiere ihn dann einmal, stecke die beiden Pläne dann in eine Klarsichtfolie und plane somit für zwei Wochen.

Du kannst jede erledigte Hausaufgabe mit einem wasserlöslichen Folienstift auf der Folie durch einen Haken kennzeichnen. Ist eine Woche verstrichen, wird die Folie über dem entsprechenden Plan gesäubert und für die übernächste Woche wiederverwendet.

9. Liegen Schulaufgaben an oder vermutest du Stegreifaufgaben, dann kannst du auf diesem Plan vermerken, an welchem Tag du dafür zusätzlich lernen willst.

Generell sollte mindestens eine Woche vor einer Schulaufgabe mit der Wiederholung begonnen werden. Auch vermutete Stegreifaufgaben können auf dem Plan gekennzeichnet werden. Da zwei Pläne vorhanden sind, kann auch für die nächste Woche zusätzliche Lernzeit eingeplant werden.

Wir hoffen, dass du mit der Unterstützung durch einen solchen Plan dein Lernen gut organisieren kannst und wünschen dir viel Erfolg am DZG!

Mit freundlichen Grüßen

gez. Bruno Bayer
Schulleiter

gez. Sabine Berr
Beratungslehrerin

gez. Sabine Robrecht
Schulpsychologin