

Hilfestellung für deine Lernzeit zu Hause

1. Dein Arbeitsplatz

- ✓ Wähle dir einen ruhigen Arbeitsplatz, an dem du nicht gestört wirst.
- ✓ Sorge für Ordnung an deinem Arbeitsplatz, damit du alles im Überblick hast und findest.
- ✓ Auf deinem Arbeitsplatz liegen nur Dinge, die du für die Erledigung deiner Aufgaben benötigst.
- ✓ Spielsachen liegen nicht auf deinem Arbeitsplatz. Diese würden dich nur ablenken.



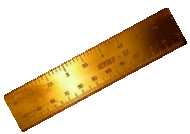
2. Deine Lernzeiten

- ✓ Teile dir deine Aufgaben gut ein.
- ✓ Halte dich (soweit es geht) an die Schulzeiten.



3. Pausen

- ✓ Versuche regelmäßig Pausen einzulegen.
- ✓ Lüfte deinen Arbeitsraum. Trink und wenn nötig, iss eine Kleinigkeit.
- ✓ Mache ein paar Bewegungsübungen zur Lockerung.



4. Tipps

- ✓ Wenn du etwas nicht weißt, versuche erst einmal eine andere Aufgabe zu lösen.
- ✓ Frage deine Geschwister, Eltern oder Großeltern wenn du mal nicht weiter kommst.
- ✓ Notiere Fragen auf einem Zettel.

