

Liebe Eltern, liebe Schüler
und Schülerinnen,

aktuell erleben wir eine außergewöhnliche Situation, die die meisten von uns so noch nicht erlebt haben. Kitas, Schulen, Spielplätze und andere Einrichtungen des öffentlichen Lebens bleiben bis auf Weiteres geschlossen und wir sind angehalten, möglichst zu Hause zu bleiben, um die Ansteckungsgefahr so niedrig wie möglich zu halten.

Vor allem für Familien kann das eine herausfordernde Zeit bedeuten. Wie kann ich mein Kind dennoch zum Lernen motivieren?

Wie können sich die Kinder und Jugendlichen trotz „social distancing“ gut beschäftigen?

Und welche Regeln helfen, diese Zeit gut zu überstehen?

Der Beratungsdienst der Stadtteilschule Niendorf hat einige Tipps, die unterstützen können.

01

Strukturieren Sie den Tagesablauf

Schul- und arbeitsfreie Zeit sind nicht das gleiche wie Ferien oder Urlaub – erklären Sie dies Ihren Kindern. Dennoch kann es ungewohnt sein und Überwindung kosten, von zu Hause aus zu arbeiten. Ein konkreter Tagesplan mit verschiedenen Phasen für Lernen, Ausruhen, Bewegung und Spielen gibt Kindern und Jugendlichen ein Gefühl von Sicherheit. Eine Struktur hilft und schützt vor Unter- als auch Überforderung. Eine neue Routine ist zu Beginn ungewohnt, wird aber nach einer Woche sicher ihre Wirkung zeigen.

So könnte ein Tagesplan aussehen:

Vor 9 Uhr	Waschen, anziehen und frühstücken
9-11 Uhr	Erste Lernzeit
11-12 Uhr	Spielzeit / Kreativzeit
12 Uhr	Mittagessen
12:30 Uhr	Aufgaben wie aufräumen oder putzen
13-15 Uhr	Zweite Lernzeit
15-17 Uhr	Freizeit, möglichst frische Luft schnappen
17-18 Uhr	Abendessen
18-20 Uhr	Freizeit, ggf. gemeinsame Zeit

02

Soziale Kontakte

Gerade Jugendliche sind gut online miteinander vernetzt. Sie sind es gewohnt, über soziale Medien miteinander zu kommunizieren. Sprechen Sie mit ihrem Kind darüber, welche sozialen Kontakte es gerade hat, mit wem es telefoniert oder über das Handy schreibt. Überlegen Sie gemeinsam, wie man Videotelefonie oder (altersangemessene) Onlinespiele nutzen kann, um Zeit mit Freunden zu verbringen. Vielleicht ist ja auch endlich mal Zeit für ein Videogespräch mit Oma und Opa?!

Dennoch kann irgendwann Langeweile auftreten und Ihr Kind sich nach persönlichen Kontakten sehnen. Machen Sie deutlich, dass wir als Gesellschaft in der Verantwortung füreinander sind und jeder aktuell ein wenig verzichten muss. Oft hilft schon ein bisschen frische Luft, damit einem die Decke nicht auf den Kopf fällt. Beachten Sie hierzu jedoch die aktuellen Anordnungen der Stadt Hamburg.

03

Zum Lernen motivieren

Machen Sie Ihrem Kind deutlich, dass Unterricht ist, auch wenn es nicht zur Schule geht. Alle anderen Kinder und Lehrer_innen müssen ebenfalls arbeiten. Die zu Hause bearbeiteten Themen sind für den späteren Unterricht relevant. Legen Sie Lernzeiten fest und helfen Sie dabei, das gestellte Material aus dem Internet herunterzuladen. Eventuell benötigt Ihr Kind Unterstützung dabei, die Aufgaben zu strukturieren und zu portionieren. Erkundigen Sie sich regelmäßig über den Fortschritt und bieten Ihre Hilfe an, damit es nicht zur Überforderung kommt. Nehmen Sie im Zweifelsfall Kontakt zu den Tutor_innen auf.

04

Spielen und kreativ sein

Ermutigen Sie Ihr Kind, kreativ zu sein. Stellen Sie Papier, Stifte und Schere bereit. Ostern steht vor der Tür – man könnte beispielsweise Eier bemalen oder

Papierflieger basteln. Eventuell kann sich Ihr Kind hier wunderbar alleine beschäftigen. Anleitungen findet man reichlich im Internet. Nutzen Sie die gemeinsame Zeit zum (Vor-) Lesen oder für Gesellschaftsspiele. Die Zeit vorm Bildschirm ist sicherlich auch höher als gewöhnlich, was völlig in Ordnung ist. Wir raten dazu, dennoch klare Regeln zu vereinbaren. Einige Fernsehsender haben extra ein Kinder-/ Bildungsprogramm eingeführt (s. Sammlung am Ende).

05

Konflikte

Wenn man gezwungen ist, einen so langen Zeitraum auf wenig Raum miteinander zu verbringen, steigt das Potential für Konflikte. Dessen sollten Sie sich bewusst sein und versuchen, besonders geduldig und gelassen zu bleiben. Und falls Ihnen die Situation dennoch einmal über den Kopf wachsen sollte, scheuen Sie nicht davor, sich Hilfe zu holen (s. Telefonnummern).

Telefonnummern und Kontakte

Beratungsdienst der STS Niendorf:
0176 4285 4783

Nummer gegen Kummer:
116 111 oder 0800-111 0 333
www.nummergegenkummer.de

Kinder- und Jugendnotdienst (KJND):
040-428 15 32 00

Weitere Kontakte auf Nachfrage.

Kostenfreie Online-Angebote

Bücherhallen Hamburg:
www.buecherhallen.de

ARD - Schule zu Hause:
www.ardmediathek.de

ARD-Audiothek:
www.ardaudiothek.de

Kinderhörspiele:
kakadu.de oder gratis-hoerspiele.de

Die Siedler von Catan online:
www.catanuniverse.com

Videoanrufe:
z.B. www.skype.de oder meet.jit.si