



Merkblatt Primarstufe

Lernort Familie – wie Eltern ihre Kinder unterstützen können

Zusammenarbeit Eltern und Schule

Die Kinder sind erfolgreicher, wenn die Eltern sich für die Schule interessieren und ihnen zeigen, dass Schule wichtig ist.

- Nehmen Sie an Anlässen der Schule teil.
- Fragen Sie nach, was im Unterricht durchgenommen wird.
- Begleiten Sie bei Hausaufgaben, ohne sie selbst zu machen.
- Pflegen Sie den Kontakt mit der Klassenlehrperson.
- Hören Sie die Sichtweise Ihres Kindes und der Lehrpersonen an.
- Tragen Sie Ihre Probleme mit der Schule nicht vor dem Kind aus.

Helfen Sie dem Kind erfolgreich zu sein

Liebevolle Beziehung Regeln Eine liebevolle Beziehung sowie klare und verständliche, dem Alter der Kinder angepasste Regeln unterstützen das Kind in der Entwicklung. Es kann eigene Erfahrungen machen und dabei lernen, dass es selbst etwas bewirken kann. Zu viele Regeln und Überbehütung engen die Kinder ein und lassen keine eigenen Erfahrungen zu.

Selber etwas bewirken Kinder, die erleben, dass sie selbst etwas bewirken können und ihre Anstrengungen Erfolg haben, sind erfolgreicher in der Schule. Regelmässige gemeinsame Mahlzeiten mit Gesprächen, bei denen alle mitreden dürfen, fördern das Lernen.

Lernen baut auf Erfahrungen auf

Das Gehirn entwickelt sich von Geburt an. Billionen von Verknüpfungen werden gebildet. Lernen baut auf Erfahrungen auf und verstärkt Verknüpfungen. Informationen, die nicht gebraucht werden, werden gelöscht. In der Pubertät werden die Verbindungen nochmals neu zusammengesetzt.

Lernen ist bis ins hohe Alter möglich.

- Ermöglichen Sie Ihrem Kind, vielseitige Erfahrungen machen zu können.
- Kinder sollen unterstützende Lerntechniken kennen und anwenden.
- Motivierte Kinder lernen einfacher.
- Gute Rahmenbedingungen sind hilfreich: verlässliche Bezugsperson, positive Grundhaltung gegenüber der Schule und dem Lernen, ausgewogene Ernährung, ausreichend Bewegung und Schlaf.



Erkläre mir etwas und ich werde es vergessen.
Zeige mir etwas und ich werde mich daran erinnern.
Lass es mich tun und ich werde es verstehen.

Konfuzius, ca. 500 v. Chr.

Lernen unterstützen

- Lerntechnik und Hausaufgaben**
- Kinder brauchen einen ruhigen Ort mit gutem Licht und frischer Luft.
 - Der Arbeitsplatz ist aufgeräumt.
 - Hilfsmittel liegen bereit.
 - Tages-, Wochen- oder Hausaufgabenpläne geben einen Überblick.
 - Aktive Pausen nach 30 Minuten sind wichtig, damit sich Gelerntes nicht überlagert.
 - Bewegung, Wasser und Früchte geben neue Energie.
 - Computer und Fernsehen nach dem Lernen verhindern das Abspeichern des Gelernten im Gehirn.
 - Eltern lassen sich die Aufgaben erklären. Das Kind soll sie selbst lösen.

- Beratung und Entlastung**
- Kinder lernen unterschiedlich. Die Lehrperson Ihres Kindes kann Sie beraten. Viele Schulen bieten Aufgabenbetreuung und -hilfe an. Das kann Ihren Familienalltag entlasten.

Schlaf

Im Schlaf wird das Erlernte im Langzeitgedächtnis nochmals gespeichert. Darum ist genügend Schlaf sehr wichtig und verbessert die Leistungsfähigkeit. Kinder, die am Morgen aus dem Bett gezerrt werden müssen, haben zu wenig Schlaf erhalten.

- Machen Sie ein Ritual ab. Wenn Kinder nicht rechtzeitig ins Bett gehen wollen, fehlt die Zeit für die Gute-Nacht-Geschichtchen.
- Fernsehen kurz vor dem Schlafen behindert das Einschlafen.

Kinder brauchen genügend schlaf.

- 5 - 6 Jahre **11.5 h**
- 7 - 9 Jahre **11 h**
- 10 - 11 Jahre **10.5 h**
- 12 - 13 Jahre **10 h**
- 14 - 16 Jahre **9 h**

Es gibt auch Kinder, die weniger Schlaf brauchen oder solche, die mehr Schlaf brauchen.

Motivation

- Das ist unterstützend:**
- Fordern Sie klare, gemeinsam festgelegte Ziele, die mit etwas Anstrengung erreichbar sind.
 - Fördern Sie Ihr Kind! Geben Sie ihm Anregungen, unterstützen Sie die Neugierde und ermöglichen Sie Erfolgserlebnisse.
 - Fordern und Fördern berücksichtigen die Fähigkeiten und Bedürfnisse Ihres Kindes.
 - Loben Sie den Einsatz, nicht nur die Leistung!
 - Haben Sie Geduld, Entwicklung braucht Zeit!
 - Freie, langweilige Zeiten fördern die Eigenverantwortung und die Fantasie.

- Hilfreiche Website**
- <https://www.elternbildung.ch/anbieter/angebote/elternwissen-schulerfolg/>