

## Fernunterricht: Tipps für Eltern

### 1. Legen Sie Routinen und Erwartungen fest ✓

Es ist wichtig, von Anfang an gute Gewohnheiten zu entwickeln. Erstellen Sie eine flexible Routine und sprechen Sie darüber, wie sie im Laufe der Zeit funktioniert. Teilen Sie Ihre Tage in vorhersehbare Segmente auf. Helfen Sie den Schülern aufzustehen, achten Sie darauf, dass diese sich anziehen und zu einem angemessenen Zeitpunkt lernbereit sind. Behalten Sie normale Schlafenszeitroutinen bei, einschließlich normaler Regeln für digitale Geräte. Passen Sie die Zeitpläne an die Bedürfnisse aller an, Ihre Kinder und Sie sollten jedoch nicht zu lange wach bleiben.

### 2. Wählen Sie einen guten Ort zum Lernen ✓

Der reguläre Lernraum Ihrer Familie für gelegentliche Online-Hausaufgaben funktioniert möglicherweise nicht für längere Zeit. Richten Sie einen physischen Ort ein, der schulbezogenen Aktivitäten gewidmet ist. Stellen Sie sicher, dass es ruhig ist, der Ort keine Ablenkungen aufweist und dass er über eine gute Internetverbindung verfügt. Stellen Sie sicher, dass ein Erwachsener das Online-Lernen sporadisch überwacht. Halten Sie die Türen offen und achten Sie auf digitale Sicherheit. Unsere Lehrer werden dasselbe tun.

### 3. Bleiben Sie in Kontakt ✓

Die Lehrer werden hauptsächlich regelmäßig über unsere Online-Plattformen und virtuellen Lernumgebungen kommunizieren. Stellen Sie sicher, dass jeder weiß, wie er die Hilfe findet, die er benötigt, um erfolgreich zu sein. Bleiben Sie in Kontakt mit der Schule und unterstützen Sie Lehrer, Schulleiter und Berater, aber bitte haben Sie Verständnis, dass es ein oder zwei Tage dauern kann, bis wir antworten. Wenn Sie Bedenken haben, setzen Sie sich zunächst mit dem betroffenen Kollegen oder der betroffenen Kollegin per Email in Kontakt.

### 4. Helfen Sie den Schülern, ihr Lernen zu „besitzen“ ✓

Niemand erwartet von den Eltern, dass sie Vollzeitlehrer oder Experten für Bildung und Inhalte sind. Bieten Sie Unterstützung und Ermutigung und erwarten Sie, dass Ihre Kinder ihren Beitrag leisten. Kämpfen ist erlaubt und sollte nicht verpönt sein! Helfen Sie nicht zu viel. Unabhängig zu werden erfordert viel Übung. Am OHG arbeitet Ihr Kind normalerweise hunderte Male täglich mit anderen Schülern und auch einer großen Anzahl von LehrerInnen zusammen. Viele dieser sozialen Interaktionen werden aus der Ferne fortgesetzt, aber sie werden anders als vorher sein. Sie können nicht alle ersetzen, und das ist in Ordnung.

### 5. Beginnen und beenden Sie den Lerntag mit dem Einchecken ✓

Am Morgen könnten Sie fragen:

- Welche Fächer/ Lehrer hast du heute?
- (Wann schreibst du einen GLN oder KLN?)
- Womit wirst du heute online die meiste Zeit verbringen?
- Welche Ressourcen benötigst du?
  
- Was kann ich machen, um dir zu helfen?

Am Ende des Tages bzw. der online Session könnten Sie fragen:

- Wie weit bist du heute bei deinen Lernaufgaben gekommen?
- Was hast du Neues entdeckt? Was war schwer?
- Was können wir tun, damit es morgen besser wird?

Diese kurzen Grundgespräche sind wichtig. Das Einchecken von Schülern, um Anweisungen zu verarbeiten, die sie von ihren Lehrern erhalten haben, hilft ihnen, sich zu organisieren und Prioritäten zu setzen - auch älteren Schülern. Nicht alle Schüler gedeihen im Fernunterricht. Einige kämpfen mit zu viel Unabhängigkeit oder mangelnder Struktur. Diese Check-in-Routinen können dazu beitragen, spätere Herausforderungen und Enttäuschungen zu vermeiden. Sie helfen den

Schülern, Selbstmanagement und Führungsfunktionen zu entwickeln, die wesentliche Fähigkeiten für das Leben sind. Eltern sind gute Lebensberater.

## 6. Legen Sie Zeiten für Ruhe und Besinnung fest ✓

Für Familien mit Kindern unterschiedlichen Alters und Eltern, die möglicherweise auch unerwartet häufiger von zu Hause aus arbeiten, ist es gut Zeit für Ruhe zu finden. Geschwister müssen möglicherweise in verschiedenen Räumen arbeiten, um Ablenkung zu vermeiden. Viele Familien müssen den Zugang zu Geräten, Prioritäten für die WLAN-Bandbreite und Zeitpläne den ganzen Tag über aushandeln. Kopfhörer mit Geräuschunterdrückung (*Noise cancelling*) sind eine Idee. Ein Tag in der Woche sollte ausschließlich für unabhängiges, stressfreies Lesen reserviert sein. **Lesen ohne Bildschirm ist dabei grundlegend.**

## 7. Ermutigen Sie zu körperlicher Aktivität und Bewegung ✓

Wenn wir zu Hause leben und arbeiten, brauchen wir alle etwas Platz, um Dampf abzulassen. Bewegung (unabhängig und zusammen als Familie) ist entscheidend für Gesundheit, Wohlbefinden und Lernbereitschaft. Es ist eine großartige Gelegenheit, mit digitalen Workouts und Online-Trainern „alleine“ zu trainieren. Setzen Sie sich neue Fitnessziele und planen Sie praktische Aktivitäten, die Ihre Hände beschäftigen, Ihre Füße bewegen und Ihren Geist beschäftigen. Vielleicht möchten Sie darüber nachdenken, wie Ihre Kinder mit Hausarbeiten oder anderen Aufgaben mehr im Haus mitmachen können. Jetzt ist ein guter Zeitpunkt, um über die Erhöhung der persönlichen Verantwortung ihrer Kinder nachzudenken und diese mehr zu involvieren.

*„Obwohl noch niemand ganz genau sagen kann, wie lange der Fernunterricht fortgesetzt wird, wissen wir doch, dass es nicht für immer sein wird. KINDER UND JUNGE LEUTE verinnerlichen und kopieren DAS VERHALTEN UND DIE EINSTELLUNGEN VON ERWACHSENEN. Daher ist es wichtig, Ruhe, Vertrauen und Optimismus zu kommunizieren, damit wir die Krise gemeinsam meistern.“*

Dieser Text ist eine editierte Übersetzung , Quelle: <https://www.acs-schools.com/about-acs-international-schools> , Autor: Dr. D. Sinnewe

Im Text wird aus Gründen der besseren Lesbarkeit an einigen Stellen die männliche Form verwendet. Sie bezieht sich auf Personen beiderlei Geschlechts.