

Gemeinsam durch die Lage - Tipps für Schüler und Eltern



Liebe Schülerinnen und Schüler, liebe Eltern, die gegenwärtige Situation hat noch keiner erlebt. Die Erich-Kästner-Schule in Elmshorn hat sich Gedanken gemacht und eine Sammlung von Hinweisen zur Information und Anregung zusammengestellt. Diese dürfen wir Ihnen zur Verfügung stellen.

Tipps für alle

- Wascht euch regelmäßig die Hände und vermeidet Sozialkontakte.
- Strukturiert unbedingt einen regelmäßigen Tag mit Zeit für Schule, Pausen, Freizeit und Freunde.
- Richtet feste Online-Zeiten ein - und haltet euch daran.
- Erforscht, worum es bei der #NachbarschaftChallenge geht und macht mit.
- Neben den Aufgaben, die ihr von unseren Lehrkräften erhaltet, könnt ihr wiederholen, aufarbeiten und vervollständigen. Übertreibt aber nicht!
- Wir trauen uns kaum ... aber: Mathematik muss nicht furchtbar sein - schaut mal in die Khan-Academy - <https://de.khanacademy.org/math>
- Lest, lest, lest ...
- Nutzt die Angebote des Fernsehens: der BR, der SWR, der NDR, KiKa und viele andere Sender bieten jetzt Schulfernsehen an.
- Erforscht, wie viele Radiosender es gibt (alle sind im Netz) und welche Sendungen sie in den Mediatheken haben.
- Erforscht, welche Podcasts es zu euren Unterrichtsthemen gibt.
- Hört ein Hörspiel.
- Kocht etwas oder backt (euren ersten? mal wieder einen?) Kuchen.
- Lernt den Umgang mit einer Bildbearbeitung, z.B. Gimp (das Programm kostet nichts) oder näht euren ersten Knopf an.

Für ältere von euch:

- Schreibt die Wikipedia weiter. Am besten mit dem, wovon ihr richtig Ahnung habt - oder mit dem, was ihr gerade für die Schule lernt.
- Tut 10 Minuten lang am Stück nichts, bis ihr es wirklich schafft.
- Räumt auf - Sachen, die ihr 8 Wochen nicht angefasst habt, können eigentlich weg, oder?

- Schreibt einen Brief an euch im Jahr 2025.
- Sucht euch einen Brieffreund auf globalpenfriends.com.
- Geht spazieren - allein.
- ...

Tipps für Schülerinnen und Schüler mit Förderbedarf L und GE

Ihr habt Materialien erhalten. Damit ihr gut im Training bleibt, empfehlen wir euch folgenden Ablauf. Nehmt den Ablauf als Ganzes!

- 20 - 30 Minuten Deutsch üben (mindestens 20 Minuten Pause)
- 20 - 30 Minuten Mathematik üben (mindestens 20 Minuten Pause)
- 20 Minuten Lesezeit (mindestens 20 Minuten Pause)
- 20 - 30 Minuten für andere Fächer arbeiten

Weitere Materialien lassen wir euch zukommen. Wendet euch an eure Lehrkräfte, wenn etwas unklar ist.

Tipps aus dem Bereich Ganztage und Schulsozialarbeit

- Schreibt ein Tagebuch > Was tat mir gut? Was war schön? Was habe ich für die Schule getan?
- Beschäftigt euch fünf Minuten am Tag mit "Wie schaffen wir das?" > Was muss ich tun?
- Was tue ich gerade? und - ganz wichtig: Was habe ich erledigt? Das könnt ihr auch mit Post-Its an die Wand hängen und von einer Spalte in die andere schieben ...
- Übt Malen und Zeichnen.
- Fragt euch: Welche Spiele habe ich schon lange nicht mehr genutzt?
- Macht einmal am Tag eine Tee-party mit Mama oder Papa und sprecht euch aus.
- Spielt Ballspiele: Zuwerfen, Fangen, Kopfball etc.
- Fordert Mama und / oder Papa zum Tanzen und / oder Singen auf.
- Entdeckt alte Spiele - z.B. über Youtube: Gummitwist Seilspringen Himmel und Hölle, Jonglieren, Ich sehe was, was du nicht siehst, Liederraten, Wikinger-Schach (kann man auch selber bauen)
- Spielt Gesellschaftsspiele wie, Mensch ärgere dich nicht, Kniffel, Uno, Skibbo Schach (auch mal gegen sich selbst) Domino, Mikado, Jenga Käsekästchen, Schiffe versenken, Halma, Memory
- Besorgt euch ein Puzzle.
- Schreibt an Mama oder Papa einen Brief - und zwar in Geheimschrift oder spiegelverkehrt.
- Sucht über Google Entspannungsspiele, z.B. 15 Sekunden die Fäuste ballen, dann 45 Sekunden entspannen usw.

[...]