



Hausaufgabenheft
Schuljahr 2023/24



Stundenplan



	Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
1.	07:50 – 08:35					
2.	08:35 – 09:20					
3.	09:20 – 10:05					
	10:05 – 10:35					
4.	10:35 – 11:20					
5.	11:20 – 12:05					
6.	12:05 – 12:50					
	12:50 – 13:20					
7.	13:20 – 14:05					
8.	14:05 – 14:50					
9.	14:50 – 15:35					

Ferienkalender 2023/24

September 2023	
1	Fr
2	Sa
3	So
4	Mo
5	Di
6	Mi
7	Do
8	Fr
9	Sa
10	So
11	Mo
12	Di
13	Mi
14	Do
15	Fr
16	Sa
17	So
18	Mo
19	Di
20	Mi
21	Do
22	Fr
23	Sa
24	So
25	Mo
26	Di
27	Mi
28	Do
29	Fr
30	Sa

Oktober 2023	
1	So
2	Mo
3	Di
4	Mi
5	Do
6	Fr
7	Sa
8	So
9	Mo
10	Di
11	Mi
12	Do
13	Fr
14	Sa
15	So
16	Mo
17	Di
18	Mi
19	Do
20	Fr
21	Sa
22	So
23	Mo
24	Di
25	Mi
26	Do
27	Fr
28	Sa
29	So
30	Mo
31	Di

November 2023	
1	Mi
2	Do
3	Fr
4	Sa
5	So
6	Mo
7	Di
8	Mi
9	Do
10	Fr
11	Sa
12	So
13	Mo
14	Di
15	Mi
16	Do
17	Fr
18	Sa
19	So
20	Mo
21	Di
22	Mi
23	Do
24	Fr
25	Sa
26	So
27	Mo
28	Di
29	Mi
30	Do

Dezember 2023	
1	Fr
2	Sa
3	So
4	Mo
5	Di
6	Mi
7	Do
8	Fr
9	Sa
10	So
11	Mo
12	Di
13	Mi
14	Do
15	Fr
16	Sa
17	So
18	Mo
19	Di
20	Mi
21	Do
22	Fr
23	Sa
24	So
25	Mo
26	Di
27	Mi
28	Do
29	Fr
30	Sa
31	So

Januar 2024	
1	Mo
2	Di
3	Mi
4	Do
5	Fr
6	Sa
7	So
8	Mo
9	Di
10	Mi
11	Do
12	Fr
13	Sa
14	So
15	Mo
16	Di
17	Mi
18	Do
19	Fr
20	Sa
21	So
22	Mo
23	Di
24	Mi
25	Do
26	Fr
27	Sa
28	So
29	Mo
30	Di
31	Mi

Februar 2024	
1	Do
2	Fr
3	Sa
4	So
5	Mo
6	Di
7	Mi
8	Do
9	Fr
10	Sa
11	So
12	Mo
13	Di
14	Mi
15	Do
16	Fr
17	Sa
18	So
19	Mo
20	Di
21	Mi
22	Do
23	Fr
24	Sa
25	So
26	Mo
27	Di
28	Mi
29	Do

März 2024	
1	Fr
2	Sa
3	So
4	Mo
5	Di
6	Mi
7	Do
8	Fr
9	Sa
10	So
11	Mo
12	Di
13	Mi
14	Do
15	Fr
16	Sa
17	So
18	Mo
19	Di
20	Mi
21	Do
22	Fr
23	Sa
24	So
25	Mo
26	Di
27	Mi
28	Do
29	Fr
30	Sa
31	So

April 2024	
1	Mo
2	Di
3	Mi
4	Do
5	Fr
6	Sa
7	So
8	Mo
9	Di
10	Mi
11	Do
12	Fr
13	Sa
14	So
15	Mo
16	Di
17	Mi
18	Do
19	Fr
20	Sa
21	So
22	Mo
23	Di
24	Mi
25	Do
26	Fr
27	Sa
28	So
29	Mo
30	Di

Mai 2024	
1	Mi
2	Do
3	Fr
4	Sa
5	So
6	Mo
7	Di
8	Mi
9	Do
10	Fr
11	Sa
12	So
13	Mo
14	Di
15	Mi
16	Do
17	Fr
18	Sa
19	So
20	Mo
21	Di
22	Mi
23	Do
24	Fr
25	Sa
26	So
27	Mo
28	Di
29	Mi
30	Do
31	Fr

Juni 2024	
1	Sa
2	So
3	Mo
4	Di
5	Mi
6	Do
7	Fr
8	Sa
9	So
10	Mo
11	Di
12	Mi
13	Do
14	Fr
15	Sa
16	So
17	Mo
18	Di
19	Mi
20	Do
21	Fr
22	Sa
23	So
24	Mo
25	Di
26	Mi
27	Do
28	Fr
29	Sa
30	So

Juli 2024	
1	Mo
2	Di
3	Mi
4	Do
5	Fr
6	Sa
7	So
8	Mo
9	Di
10	Mi
11	Do
12	Fr
13	Sa
14	So
15	Mo
16	Di
17	Mi
18	Do
19	Fr
20	Sa
21	So
22	Mo
23	Di
24	Mi
25	Do
26	Fr
27	Sa
28	So
29	Mo
30	Di
31	Mi

August 2024	
1	Do
2	Fr
3	Sa
4	So
5	Mo
6	Di
7	Mi
8	Do
9	Fr
10	Sa
11	So
12	Mo
13	Di
14	Mi
15	Do
16	Fr
17	Sa
18	So
19	Mo
20	Di
21	Mi
22	Do
23	Fr
24	Sa
25	So
26	Mo
27	Di
28	Mi
29	Do
30	Fr
31	Sa

Ferienkalender 2023/24

11. September 2023

12. September 2023

13. September 2023

14. September 2023

15. September 2023

Notizen



18. September 2023

19. September 2023

20. September 2023

21. September 2023

22. September 2023

Notizen



25. September 2023

26. September 2023

27. September 2023

28. September 2023

29. September 2023

Notizen



02. Oktober 2023

03. Oktober 2023

04. Oktober 2023

05. Oktober 2023

06. Oktober 2023

Notizen



09. Oktober 2023

10. Oktober 2023

11. Oktober 2023

12. Oktober 2023

13. Oktober 2023

Notizen



16. Oktober 2023

17. Oktober 2023

18. Oktober 2023

19. Oktober 2023

20. Oktober 2023

Notizen



23. Oktober 2023

24. Oktober 2023

25. Oktober 2023

26. Oktober 2023

27. Oktober 2023

Notizen



Herbstferien (30.10.2023 bis 03.11.2023)



06. November 2023

07. November 2023

08. November 2023

09. November 2023

10. November 2023

Notizen



13. November 2023

14. November 2023

15. November 2023

16. November 2023

17. November 2023

Notizen



20. November 2023

21. November 2023

22. November 2023

23. November 2023

24. November 2023

Notizen



27. November 2023

28. November 2023

29. November 2023

30. November 2023

01. Dezember 2023

Notizen



04. Dezember 2023

05. Dezember 2023

06. Dezember 2023

07. Dezember 2023

08. Dezember 2023

Notizen



11. Dezember 2023

12. Dezember 2023

13. Dezember 2023

14. Dezember 2023

15. Dezember 2023

Notizen



18. Dezember 2023

19. Dezember 2023

20. Dezember 2023

21. Dezember 2023

22. Dezember 2023

Notizen



Weihnachtsferien (23.12.2023 bis 05.01.2024)



08. Januar 2024

09. Januar 2024

10. Januar 2024

11. Januar 2024

12. Januar 2024

Notizen



15. Januar 2024

16. Januar 2024

17. Januar 2024

18. Januar 2024

19. Januar 2024

Notizen



22. Januar 2024

23. Januar 2024

24. Januar 2024

25. Januar 2024

26. Januar 2024

Notizen



29. Januar 2024

30. Januar 2024

31. Januar 2024

01. Februar 2024

02. Februar 2024

Notizen



05. Februar 2024

06. Februar 2024

07. Februar 2024

08. Februar 2024

09. Februar 2024

Notizen



Faschingsferien (12.02.2024 bis 16.02.2024)



19. Februar 2024

20. Februar 2024

21. Februar 2024

22. Februar 2024

23. Februar 2024

Notizen



26. Februar 2024

27. Februar 2024

28. Februar 2024

29. Februar 2024

01. März 2024

Notizen



04. März 2024

05. März 2024

06. März 2024

07. März 2024

08. März 2024

Notizen



11. März 2024

12. März 2024

13. März 2024

14. März 2024

15. März 2024

Notizen



18. März 2024

19. März 2024

20. März 2024

21. März 2024

22. März 2024

Notizen



Osterferien (25.03.2024 bis 06.04.2024)



08. April 2024

09. April 2024

10. April 2024

11. April 2024

12. April 2024

Notizen



15. April 2024

16. April 2024

17. April 2024

18. April 2024

19. April 2024

Notizen



22. April 2024

23. April 2024

24. April 2024

25. April 2024

26. April 2024

Notizen



29. April 2024

30. April 2024

01. Mai 2024

02. Mai 2024

03. Mai 2024

Notizen



06. Mai 2024

07. Mai 2024

08. Mai 2024

09. Mai 2024

10. Mai 2024

Notizen



13. Mai 2024

14. Mai 2024

15. Mai 2024

16. Mai 2024

17. Mai 2024

Notizen



Pfingstferien (21.05.2024 bis 01.06.2024)



03. Juni 2024

04. Juni 2024

05. Juni 2024

06. Juni 2024

07. Juni 2024

Notizen



10. Juni 2024

11. Juni 2024

12. Juni 2024

13. Juni 2024

14. Juni 2024

Notizen



17. Juni 2024

18. Juni 2024

19. Juni 2024

20. Juni 2024

21. Juni 2024

Notizen



24. Juni 2024

25. Juni 2024

26. Juni 2024

27. Juni 2024

28. Juni 2024

Notizen



01. Juli 2024

02. Juli 2024

03. Juli 2024

04. Juli 2024

05. Juli 2024

Notizen



08. Juli 2024

09. Juli 2024

10. Juli 2024

11. Juli 2024

12. Juli 2024

Notizen



15. Juli 2024

16. Juli 2024

17. Juli 2024

18. Juli 2024

19. Juli 2024

Notizen



22. Juli 2024

23. Juli 2024

24. Juli 2024

25. Juli 2024

26. Juli 2024

Notizen



Sommerferien (29.07.2024 bis 09.09.2024)



Lerntipps

für unsere Schülerinnen und Schüler

„Lernen ist das Spiel, das im Leben am meisten Spaß macht. Alle Kinder kommen zur Welt mit diesem Glauben, und sie halten daran fest, bis wir sie überzeugen, dass Lernen wirklich harte und unerfreuliche Arbeit ist.“

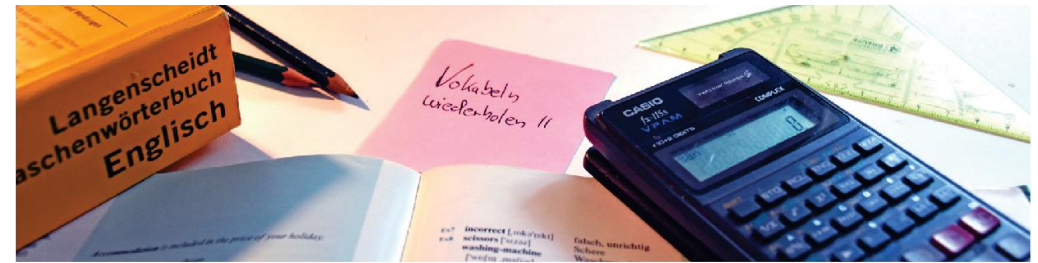
Claudia Monnet

Liebe Schülerin, lieber Schüler, liebe Eltern, die Freiheit, lernen zu dürfen, ist ein großartiges Privileg! Es bereitet Freude, sich die Welt Stück für Stück zu erschließen und besser zu verstehen, sich in fremden Sprachen verständigen zu können und sich Wissen in verschiedensten Bereichen anzueignen. Aber Lernen für die Schule ist bisweilen auch mühsam und manchmal strengt man sich an und hat trotzdem nicht den gewünschten Erfolg. Damit du die Freude am Lernen behältst und deine Ziele erreichen kannst und damit Sie Ihr Kind gut unterstützen können, haben wir einige Tipps fürs Lernen zusammengestellt.

Tobias Schreiner
Schulleiter

Lernplanung

- Notiere deine wichtigsten Termine (z. B. Schulaufgaben) schriftlich in einem Terminkalender. Einen Ferienkalender findest du z. B. hier: <https://www.km.bayern.de/ministerium/termine/ferientermine.html>
- Trage deine Hausaufgaben ins Hausaufgabenheft ein.
- Bereite dich auf Schulaufgaben und andere Prüfungen frühzeitig und in Portionen vor.



Hausaufgaben

Beginne nicht gleich nach dem Mittagessen, sondern ruhe dich zunächst etwa eine halbe Stunde aus. Lerne möglichst zu festen Zeiten. Nimm zuerst die leichteren Aufgaben in Angriff. Wenn viel zu lernen ist, erstelle dir einen kleinen Tagesplan. Ein Notizheft kann dir dabei gute Dienste leisten. Hake ab, was erledigt ist.

Heftführung

Schreibe leserlich und zeichne sauber. Vergiss nicht die Überschrift und das Datum. Hebe Wichtiges durch Unterstreichen und Markieren hervor. Kontrolliere abschließend deinen Hefteintrag, damit du nichts Falsches lernst.

Arbeitsplatzgestaltung

Räume vor dem Lernen deinen Schreibtisch auf, nimm ablenkende Sachen aus dem Blickfeld. Handy aus und weg, Musik aus, Fernseher aus, ... aus!

Mehrkanaliges Lernen

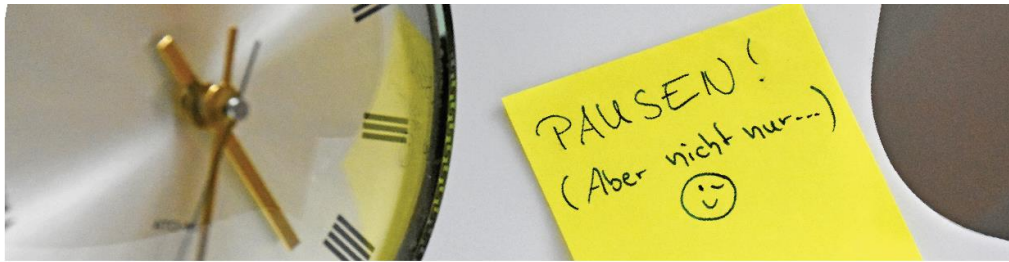
Eigne dir den Lernstoff nicht nur durch Lesen und Anschauen an, sondern nutze und kombiniere auch andere Lernkanäle wie beispielsweise Sprechen, Hören, Schreiben, Bilder anfertigen, Handeln (z. B. Rollenspiel).

Gedächtnisstützen

Verwende bei schwer einprägbarem Lernstoff Zeichnungen, Bilder, Merkwürdige oder Abkürzungen als Erinnerungstützen. Klebe Klebezettel mit „Unmerkbar“ an den Badspiegel oder den Kühlschrank.

Vokabellernen

Lies die Vokabeln zunächst laut und kontrolliere dann mehrmals schriftlich, bis sie sitzen. Mache nach 8 bis 10 Vokabeln eine kleine Pause, lerne insgesamt nicht mehr als 30 bis 40 pro Tag. Bedenke aber, dass es weitaus effektiver ist, kleine Portionen auf mehrere Tage verteilt zu lernen, als an einem Tag eine große Menge schaffen zu wollen! Markiere schwer merkbare Vokabeln im Vokabelheft oder übertrage sie auf Lernkarteikarten und wiederhole sie während des Schuljahres immer wieder. Du kannst zum Vokabellernen auch eine App einsetzen (z. B. phase6).



Mathelernen

Gestalte dein Matheheft sauber und übersichtlich. Hebe Merksätze und Formeln besonders hervor. Trainiere schwierige Übungsaufgaben zu Hause nochmals schriftlich, d.h. rechne so lange, bis du ohne zu „spicken“ alleine die Lösung findest. Skizzen können dir bei der Lösungsfindung helfen. Notiere Nebenrechnungen und Überlegungen auf einem extra Blatt, „jongliere“ nicht zu viel im Kopf.

Textlernen

Lerne lange Lerntexte nicht auf einmal, sondern schrittweise:

- Schritt 1: Überfliegen
- Schritt 2: Gründlich lesen
- Schritt 3: Wichtiges ausschreiben, unterstreichen, in eigenen Worten zusammenfassen
- Schritt 4: Wiederholen
- Schritt 5: Prüfe durch Aufsagen oder stichwortartiges Aufschreiben, ob du wesentliche Textinhalte verstanden und behalten hast

Vorbereitung auf die „Nebenfächer“ nicht vergessen

Wenn du die schriftlichen Hausaufgaben erledigt hast, bist du noch nicht fertig: Bereite dich auch auf die anderen Fächer am nächsten Tag vor (kommt evtl. eine Stegreifaufgabe?). Lies die Hefteinträge nochmals durch, lerne die Fachbegriffe, schlage im Buch nochmals nach.

Lernstoffwechsel

Beschäftige dich nicht zu lange mit demselben Stoff, sondern schiebe ein anderes Fach dazwischen. Lerne ähnliche Fächer nicht hintereinander. Wechsle zwischen schriftlichen und mündlichen Aufgaben.

Lernkontrolle

Prüfe, ob das Gelernte auch tatsächlich sitzt: Gib das Wichtigste in Stichworten wieder, stelle dir selbst Fragen und beantworte sie, löse Übungsaufgaben, lass dich abfragen.



Lernpausen

Lerne nach dem Rhythmus von Anspannung und Entspannung. Lerne nicht zu lange an einem Stück, sondern lege immer wieder Pausen ein. Baue in den Pausen Lernstress ab, mache z. B. Dehn- und Streckübungen, atme tief ein und aus, höre Musik oder trinke etwas Tee. Die Konzentrationsdauer hängt von vielen verschiedenen Faktoren ab und ist individuell unterschiedlich. Bei Schülerinnen und Schülern der Realschule geht man von etwa 30 Minuten höchster Konzentrationsfähigkeit aus.

Lücken schließen

Lücken, die nach Prüfungen sichtbar werden, solltest du durch gezieltes Wiederholen und Auffrischen schnell schließen. Markiere schwer merkbaren Lernstoff in deinem Heft oder lerne mithilfe von Karteikarten (Vorderseite: Frage – Rückseite: Antwort) und wiederhole regelmäßig. Notiere Fragen, die sich beim Lernen ergeben, und kläre diese mit der Lehrkraft oder im Freundeskreis.

Motivationstipps

Trotz aller Tipps kann man sich manchmal nur schwer zum Lernen aufraffen.

- Schiebe das, was du lernen musst, nicht auf. Tu's gleich! Der Ärger, den du später mit dem aufgeschobenen Lernstoff hast, ist sicherlich unangenehmer als die momentane Unlust.
- Wärme dich vor dem Lernstart auf. Räume deinen Arbeitsplatz auf. Beseitige das, was dich ablenken könnte. Atme tief ein und aus. Spanne deine Hände, Arme und Beine fest an und lass sie nach 10 Sekunden wieder los. Eigne dir ein „Lernritual“ an!
- Setze dir Ziele. Dabei kann dir ein kleiner Lernplan, auf dem geschrieben steht, was du erreichen möchtest, nützlich sein. Unterscheide dabei zwischen Muss- und Kann-Zielen. Hake ab, was du erledigt hast.
- Bewältige größere Lernaufgaben wie Schulaufgaben Schritt für Schritt. Fange frühzeitig an und bewältige den Weg in Etappen.
- Belohne dich, wenn du eine Lernaufgabe erledigt oder ein Ziel erreicht hast. Unternimm z. B. etwas, das dir Freude macht!



- Hast du eine gute Note erhalten, so werte diese nicht ab, indem du sie auf den Zufall oder auf leichte Aufgaben zurückführst. Betrachte sie als Lohn deiner Anstrengung und als Beweis deiner Fähigkeit.
- Vermeide es zu lange an einem Stoff zu lernen. Wirke dem „Überlernen“ entgegen, indem du eine Pause einlegst oder einen anderen Lernstoff dazwischenschiebst. Um dem zeitlichen Stress in Prüfungen vorzubeugen, ist es sinnvoll mit dem Timer zu arbeiten („Was schaffe ich in einer halben Stunde?“). Außerdem fördert das deine Konzentration.
- Sage nie vorschnell, dass du ein Fach oder einen Stoff nicht magst oder nicht kannst. Wenn du genauer nachdenkst, wirst du etwas finden, das dich interessiert oder neugierig macht.
- Informiere dich möglichst bald über interessante Berufsziele. Zielorientierungen üben auf das Lernverhalten eine wichtige Zugkraft aus.
- Vielleicht kannst du in einer Lerngruppe besser lernen, weil dich deine Klassenkameraden motivieren können und ihr gemeinsam offene Fragen besprechen könnt. Aber Achtung: Wird es eine „Ratschgruppe“, ist das Ziel verfehlt!

Lernen und neue Medien

Internetrecherche, Computerprogramme und Smartphone-Apps können dir beim Lernen helfen und machen Spaß. Betrüge dich aber nicht selbst! Bleib bei der Sache, checke nicht nebenbei Nachrichten und lass dich auch nicht von Spielen oder Webseiten ablenken.

Je nach Betriebssystem gibt es verschiedene Apps zum lernen, z. B.:

- Phase6 oder quizlet (Apps zum Vokabellernen)
- Photomath (diese App löst handschriftliche Mathe-Aufgaben und erklärt sogar den Lösungsweg)
- Multiplication Table, MultiCow oder Little Professor (Apps zum Lernen und Wiederholen des 1x1)
- Schlaukopf (zum Wiederholen von Lernstoff, für alle Fächer geeignet)
- www.LearningApps.org (hier kannst du Fach und Thema auswählen um anschließend spielerisch den Stoff zu wiederholen)



Lernen und Ernährung

- Vermeide zu viele Süßigkeiten, iss besser Obst, Gemüse, Joghurt oder einen Müllriegel.
- Traubenzucker? Besser nicht! Er putscht 20 Minuten extrem auf, danach fühlst du dich müder als vorher.
- Nüsse stärken die Konzentration und dein Gedächtnis - nicht grundlos gibt es „Studentenfutter“.
- Äpfel sind der „Ferrari“ unter den Zwischensnacks und der absolute Geheimtipp für gute und ausdauernde Konzentration.
- Du vermeidest Müdigkeit und Kopfschmerzen, indem du regelmäßig Wasser trinkst.

Unterstützung und Beratung

Falls es mit dem Lernen und den Noten nicht wie gewünscht klappt, kannst du dich für konkrete Lerntipps jederzeit an deine jeweilige Fachlehrkraft wenden. Daneben stehen dir auch unsere Beratungslehrerin Frau Götz und unser Schulpsychologe Herr Wimmer zur Verfügung. Hast du weitere Fragen zum Lernen mit den neuen Medien? Fürchtest du, viel zu viel vor deinem PC oder Smartphone zu hängen? Herr Wittmann und Herr Weber, unsere medienpädagogisch-informationstechnischen Berater, sind geeignete Ansprechpartner. Machst du dir Gedanken über die richtige Ernährung, sprich mit Frau Mehl oder Herrn Heumann. Selbstverständlich hat auch dein Schulleiter, Herr Schreiner, bei Fragen und Problemen ein offenes Ohr für dich!

**Viel Erfolg beim Lernen wünschen dir
alle Lehrkräfte deiner Realschule Tegernseer Tal!**

Die letzte Seite... ;-)