

# zu hohe Arbeitsbelastung im 1. Jahr? Ratschläge?

**Beitrag von „Nordseekrabbe76“ vom 30. Mai 2018 18:56**

Das klingt für mich erstmal recht normal. Das Korrigieren dauert halt, wenn man dies noch nicht oft gemacht hat und die Unterrichtsvorbereitung für neue Themen/mit neuen Schulbüchern natürlich auch. Du wirst sehen, dass es alles schon wesentlich einfacher und schneller geht, wenn du die gleichen Klassen/Kurse ein zweites Mal hast.

Was allerdings natürlich nicht geht, ist den Unterricht so vorzubereiten, wie es im Referendariat erwartet wird. Wenn du das versuchst, wirst du wahrscheinlich schon in einigen Monaten einen Burnout haben. Versuche bestimmte Standardmethoden, Routinen für deinen Unterricht zu finden, die dir die Vorbereitung erleichtern. Also keine Materialschlacht, jede Stunde eine andere Methode, sondern ähnliche Stundenabläufe, Methoden, die die Schüler kennen (und auch wirklich können) und dann ab und zu etwas Besonderes, z.B. einen schönen Unterrichtseinstieg.

Lass dich nicht unterkriegen!