

# Wie haltet ihr euch wach/ stellt ihr eure Leistungsfähigkeit wieder her?

**Beitrag von „Conni“ vom 8. September 2005 20:40**

Zitat

**Hermine schrieb am 08.09.2005 09:51:**

Wie das bei der GS-Schule ist, weiß ich nicht, sicher hat man da nicht ganz soviel Korrekturarbeit, aber dafür muss man um einiges mehr an Kraft investieren, Material basteln etc.

Hallo Hermine,

ich habe vor 4 Wochen zum ersten Mal eine eigene (1.) Klasse übernommen. Ich bin morgens zwischen 6:15 und 7:15 Uhr in der Schule (Unterrichtsbeginn 6:55 Uhr oder 7:45 je nachdem, ob ich zur 0. oder 1. Stunde anfange).

Dann arbeite ich durch bis regulär 12:35. Zur Zeit ist verkürzter Unterricht, da ist es nur 11:15 Uhr und ab und an mal ne Betreuungszeit. Danach mache ich den Klassenraum klar, für den nächsten Tag fertig, schau mir Hefte / Arbeitsblätter an, führe Gespräche mit Kolleginnen und erste Elterngespräche. Mein kürzester Tag war heute, da bin ich schon um 13:30 aus der Schule heimgefahren. Der längste Tag (ohne Elterngespräch und Versammlung) ging bis 15:30 Uhr.

Zu Hause mache ich mir erstmal was zu essen und einen Kaffee oder ich esse noch mein 2. Frühstück (Brotbüchse) auf, wenn ich in der Schule keine Zeit hatte. Dann sitze ich stumpfsinnig vor dem Fernseher oder schlafe. Manchmal war es das, manchmal sitze ich auch noch 3 oder 4 Stunden und schreibe Hefte vor oder laminiere oder lese schlaue Bücher, damit ich weiß, welche Materialien mir alle fehlen, um den tollen Matheunterricht zu machen, der da beschrieben ist. 😕

Am Wochenende sitze ich so 10 bis 12 Stunden, den Rest mache ich frei.

Aber ich glaub, ich werde das ganze noch reduzieren, das ist zu viel so. Da ich einen ziemlich leeren Klassenraum bekam und mit den gekauften Materialien (Bücher, Hefte) nicht so viel anfangen kann bzw. die Kinder noch nicht weit genug sind, um darin zu arbeiten, bastle ich aber sehr viel selber und hoffe, dass das auf Dauer weniger wird.

Conni