

Tagesablauf und Arbeitsbelastung

Beitrag von „carla-emilia“ vom 2. Januar 2004 18:20

Hallo,

zunächst einmal alles Gute für 2004!

Mich würde mal interessieren, wie euer Tagesablauf und eure Arbeitsbelastung aussehen.

Ich bin seit einigen Monaten im Referendariat. Mein Tag (während der Woche) sieht unter normalen Umständen etwa so aus:

6 Uhr Aufstehen

6-7 Uhr Fertigmachen für die Schule, Frühstück

7.15 Uhr Verlassen der Wohnung

8-13.30 Uhr (oder länger) Schule (d.h. Unterricht, Hospitationen, Organisatorisches erledigen, Stunden vor-/nachbesprechen, Schwätzchen im Lehrerzimmer halten)

14.30 Uhr Ankunft zu Hause, Mittagessen, etwas ausruhen

15.30 - 20 Uhr (oft auch bis 21/22 Uhr) Vorbereitung von Stunden, UBs, Lehrproben, Korrektur von Heften/Arbeiten, Hausaufgaben für das Seminar, Erledigen organisatorischer und anderer schulischer Dinge.

22.30 Uhr (in der Regel) Schlafen

Einmal (hin und wieder noch zweimal) in der Woche habe ich Seminartag (d.h. ich bin an dem Tag nicht an meiner Schule).

An den Wochenenden arbeite ich meistens auch mehrere Stunden, ebenso arbeite ich in den Ferien an den meisten (nicht allen!) Tagen zumindest ein paar Stunden lang, um mich für die Schulzeit vorzuentlasten.

Insgesamt habe ich **nicht** den Eindruck, dass ich über Gebühr belastet werde; meine Ausbilderin legt nur Wert darauf, dass ich für meinen eigenverantwortlichen Unterricht ab dem nächsten Schuljahr gut vorbereitet bin; deshalb verlangt sie von mir jetzt schon Dinge wie Klassenarbeiten konzipieren und korrigieren, ganze Reihen planen, etc. - also das, was ich bald eh alles tun muss. Weil ich Anfängerin bin, dauert das alles eben etwas länger. 😞

Den anderen an meinem (sehr netten) Seminar geht's genauso. Ich frage mich trotzdem, wie manche es schaffen, bei der ganzen Arbeit noch zu verreisen. Ich bin froh, wenn ich bis zum Schulbeginn noch eine Tagestour hinkriege.

Aber in den Sommerferien (das hab ich mir selbst versprochen!) wird für mindestens eine Woche, besser zwei Wochen verreist!

Wie sieht es bei euch aus?

Liebe Grüße,
Carla-Emilia

Beitrag von „Conni“ vom 3. Januar 2004 01:50

5:45 Aufstehen (am Seminartag erst um 7 😊)



6:45 Losgehen (am Seminartag um

7:40 bis 10:15 (kurzer Tag), 12:15 (mittlere Tage), 13:15 (mittlere Tage mit Nachbesprechung oder bei Vertretungsunterricht), 15:15 (AG-Tag), 16:15 (mittlere Tage mit Dienstberatung, Klassenkonferenz oder Fortbildung) Schule (einen Tag 9 bis 16 Uhr Seminar)

anschließend: ausruhen, falls nötig, was einkaufen. (Hab aber meist schon Brot im Gefrierfach, weil ich öfter schon ohne da stand und bei meiner Schule nur ein miserabler Bäcker ist.)

nachmittags / abends / nachts: AG, UB und Unterricht vorbereiten, korrigieren, Klavier / Gitarre / neue Lieder / neue Tänze üben (ist auch Unterricht vorbereiten, verlangt aber mehr Zeit und andere Planung, ich kann nicht um 10 abends anfangen, Klavier zu spielen. 😊), Bibliothek fahren, im Internet recherchieren, Examensarbeit schreiben, Frustrtelefonate mit Freundinnen führen (rechne ich zum Job, ohne den müsste ich ja keine Frustrtelefonate führen 😂), Telefonate mit meinen Ausbildungslehrerinnen führen. (Die eine sagt mir manchmal erst um 21:30, was ich am nächsten Morgen unterrichten soll.)

Das ganze ist extrem unterschiedlich von der Arbeitsbelastung: Am Anfang des Schuljahres war alles ganz locker, weil ich in meinen 3 Musikklassen die Stoffpläne selber geschrieben habe und die erste Unterrichtsreihe in jeder Klasse schon stand inklusiver Arbeitsblätter und CDs, da hatte ich teilweise "zu viel" Zeit und hätte die Arbeit übers Schuljahr lieber wieder besser verteilen wollen.

Danach kam Vertretungsunterricht (meine U-Reihen, mein Stoffplan und die Notengebung gingen den Bach runter, weil immer ich rausgerissen werde und die Ausbildungslehrerin in der Klasse bleibt, auch wenn sie vom Stoffplan keinen Schimmer hat - hier gibts keinen bdU), das war zwar irgendwie anstrengend, aber ich hatte nur 2 Nächte Vorbereitungsaufwand, danach konnte ich 10 Tage kontinuierlich unterrichten ohne viel nachzuplanen, was schon ein großer Vorteil ist gegenüber dem jeweils stündlich neuen Thema in meiner sonstigen Deutsch-Ausbildungsklasse.

Dann fingen die AGs und Zusatzproben an, gleichzeitig noch nen Praktikum, die Überlegungen fürs Examensarbeitsthema und UBs. Das war schon ein wenig Stress, zumal ich nicht richtig hören konnte in der Zeit, das NERVT, aber wie!

Dann die Weihnachts-General-Proben und -Not-Bastelstunden, das war noch mehr Stress. Anschließend die Weihnachtsaufführungen und gleichzeitig Examensreihe und Weihnachtswerkstatt, dabei teilweise noch Vertretungsunterricht, das war Megastress.

In den Weihnachtsferien hab ich erstmal 10 Tage gebraucht, um mich zu erholen. Und jetzt muss ich im Januar die Stunden in der Schule auf ein Minimum runterfahren, um mit der bescheuerten Ex-Arbeit klarzukommen. 😠

Jedenfalls musste ich leider im letzten Winter feststellen, dass mir mein Immunsystem massiven Schlafmangel sehr übel nimmt. 😞

Ich fühle mich im großen und ganzen eher etwas weniger als befürchtet belastet, aber zu unkontinuierlich. Außerdem trägt die Abhängigkeit von meinen Ausbildungslehrerinnen noch zur (v.a. spätabendlichen und nächtlichen) Arbeitsbelastung bei, weil mir eben teilweise so kurzfristig mitgeteilt wird, was ich unterrichten muss, weil z.B. ein gemeinsames Erarbeiten einer Werkstatt versprochen wurde und ich dann plötzlich von Montag 17 Uhr auf Dienstag 8 Uhr das ganze vorbereiten sollte. (= 1,5 Stunden Schlaf)

Ich habe auch den Eindruck, dass die Arbeitsbelastung - wenn jetzt mal die Ex-Arbeit nicht wäre - geringer wird, weil ich mehr Routine im Planen bekomme, d.h. ich plane schneller, ich kann schneller Arbeitsblätter erstellen, ich kann besser eine Reihe planen (die erste ging voll daneben, da musste ich jede Stunde neu planen, die letzten Reihen liefen so gut, dass ich nach Reihenplanung kaum noch Nachplanungsaufwand hatte) und vor allem meine eigenen Stoffpläne habe. Gerade in Musik kann der Unterschied in der Planungszeit für eine 6-stündige Unterrichtsreihe zwischen eigenem und von jemand anderem erstellten Stoffplan schnell mal 10 bis 20 Stunden betragen, wenn man das Musikstück nicht kennt, einem das Thema nicht liegt etc.

So, das war das Wort zum Samstag. 😊

Beitrag von „zoque“ vom 4. Januar 2004 20:07

Normale Tage:

6 Uhr aufstehen, Frühstück machen.
6:15 Tochter wecken - erster Versuch. Sohn wecken.
6:30 Frühstück mit Sohn, Tochter wecken - zweiter Versuch.
6:45 Tochter wecken - dritter Versuch. Tochter beim Frühstücken Gesellschaft leisten.
7:00 Kontrolle der Zahnpflegeleistungen.
7:15 Kinder aus dem Haus.
7:15 - 7:30 Restaurationsarbeiten (Haare, Gesicht, Kleidung)
7:35 ab zur Schule
8:00-13:10 Unterricht
13:15-13:45 Essen kochen, gleichzeitig Kinder in Empfang nehmen, erste Wutausbrüche anhören, Tränen trocknen, Liebeskummerklagen bearbeiten etc.
13:45-14:00 Mittagessen
14:00 - ca. 15:30 Hausaufgaben der Kinder beaufsichtigen.
15:30 Kinder zu diversen Freunden, Sportvereinen oder Musikschulen fahren.
Danach einkaufen, Organisatorisches.
17:00 Kinder wieder abholen. Wäsche waschen, bügeln.
18:00 Abendbrot
18:30 Kuschelstunde mit Kindern auf Sofa.
ab 20:00 Unterrichtsvorbereitung, Ende offen; meist begrenzt durch spontanes Einschlafen.

Abweichend:

Nachmittagsunterricht durch AG's und Oberstufensportstunden.
Elternabende und -sprechtag, Sitzungen.

Trotzdem macht's irre viel Spaß, und ohne den Stress wäre ich wohl nicht ausgelastet.

Beitrag von „carla-emilia“ vom 4. Januar 2004 20:15

Hallo Zoque,

wie schaffst du das bloß alles?! Wann gehst du denn normalerweise schlafen?

Ich glaube, bei deinem Pensum müsste ich nachts durcharbeiten.

Ich habe keine Kinder und nicht so viele Verpflichtungen wie du - und rotiere trotzdem dauernd.

Hast du irgendwelche besonders effektiven und zeitsparenden Arbeitstechniken?

Liebe & staunend-bewundernde Grüße,
Carla-Emilia

Beitrag von „carla-emilia“ vom 4. Januar 2004 20:19

Hallo Conn,

puh, du bist ja auch ganz schön ausgelastet. Musik macht ganz schon Arbeit, stimmt's?

Ich glaube, ich muss vor allem daran arbeiten, mich selbst weniger in lähmende Panik ob der Arbeitsbelastung zu versetzen und stattdessen das, was zu tun ist, zügig und effektiv zu erledigen. 😞

Liebe Grüße,
Carla-Emilia

Beitrag von „zoque“ vom 5. Januar 2004 08:58

Hi Carla,

man schaffts dann, wenn man gar nicht groß darüber nachdenkt, dass mans eigentlich gar nicht schaffen könnte.

Und wenn man mit vielen Dingen wie Haushalt, Freizeit, Freunde bzw. deren Vernachlässigung seinen Frieden macht. Außerdem nutzt mir sehr meine Fähigkeit, drei Dinge anzufangen und mit Unterbrechungen (siehe Tagesablauf) ohne Filmriss zu Ende zu bringen. Dadurch liegt dann abends gar nicht mehr so viel an.

Keep cool und haushalte mit Deinen Kräften!

(Denk dran: Frauen haben im Gegensatz zu Männern nur einen Akku für alles)

Liebe Grüße
zoque