

der Stresstag

Beitrag von „Forsch“ vom 6. April 2005 22:15

Hallo allerseits,

kurzer Sachverhalt: Mittwochs bin ich für die Pausenaufsicht (vor dem Unterricht und 1. große Pause eingeteilt. Gerade mittwochs ist aber mein "Großkampftag", da ich mich mit verschiedenen Kollegen (mit denen ich in einigen Klassen kooperiere) abstimmen muss. Und natürlich gilt es den alltäglichen Kram zu erledigen (kopieren, Fach gucken, Vertretungsplan, Schwarzes Brett, usw.)

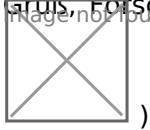
Leider ist es so, dass einer Klasse ca 15 Minuten flöten gehen, da ich sie eher in die Pause schicken muss, nur um rechtzeitig auf dem Schulhof zu sein. (Unser Stellv. Direx legt da großen Wert drauf)

Alles in allem bedeutet es, dass ich Mittwochs rund 6 Zeitstunden unter Dauerstrom stehe. Nachmittags falle ich dann in's Bett (rund eine Stunde) danach geht's dann wieder.

Wer kennt das und wie geht ihr damit um? Welche Strategien gibt's, seine Arbeit sinnvoll zu erledigen (im Laufschrift von Besprechung zu Besprechung?? - Hab ich schon versucht ...) Oder ist das halt so, und im nächsten Halbjahr ist jemand anderes dran?

bin wohl noch ein bißchen unerfahren

Gruß Forsch (der seinen Frosch mag, und keine Krähe sein will, weil die Frösche fressen



Beitrag von „alem“ vom 6. April 2005 22:31

Hallo,

scheinbar bin ich genauso unerfahren. Mir geht es nämlich an manchen Tagen genauso.

Frag doch einfach mal einen netten Kollegen, ob ihr eine Aufsicht tauschen könnt. Dann hast du nicht 2x Aufsicht an einem Tag. Das müsste doch möglich sein, oder?

LG Alem

Beitrag von „Enja“ vom 6. April 2005 22:54

Hallo,

15 min eher Pause, weil der Lehrer Aufsicht hat, wäre bei uns nicht denkbar. Das verkürzt ja die Stunde praktisch auf Null. Außerdem ginge das nicht, weil die Klasse dann schon durchs Haus lärmten würde, während die anderen noch arbeiten. Das gäbe einen Aufstand.

Grüße Enja

Beitrag von „venti“ vom 6. April 2005 22:55

Hallo Forsch,

ich schließe mich allem an: versuche zu tauschen. Bei uns schaut schon die Schulleitung bei der Stundenplangestaltung, dass niemand an einem Tag zweimal Aufsicht machen muss, denn das ist wirklich die totale Hektik. Vielleicht ist es ja auch nur ein Versehen des Stundenplanmachers gewesen?

Viel Erfolg beim Tausch!

Gruß venti 😊

Beitrag von „müllerin“ vom 6. April 2005 23:05

Den alltäglichen Kram erledige ich nur vor und ev. nach dem Unterricht - die Pausen reichen dafür nicht, weil ich in den kleinen Pausen eh in der Klasse bin und in den großen eben auch immer wieder mal Aufsicht habe.

Ich bin deshalb immer sehr früh in der Schule.

Kollegengespräche fallen, wenn möglich auch in die außerunterrichtliche Zeit - allerdings ist das an der Grundschule sicher etwas Anderes.

Meine Strategie ist Folgende: ich weiß, dass der Mittwoch (ja, bei mir ist es auch der Mittwoch *g*) ein Kampftag ist, deshalb nehme ich mir da immer gleich schon weniger vor. Also, wenn ich eh weiß, dass ich 15 Minuten vom Unterricht abzwacken muss, dann erwarte ich mir gleich kein Programm einer vollen Stunde. Oder: aus irgendeinem Grund, scheint mir, die Kinder sind gerade an Mittwochen immer besonders anstrengend - also nehme ich mir speziell für diesen Tag vor, dass wir uns GERADE nicht stressen, was nicht läuft, läuft nicht. Dadurch erreiche ich meist mehr, und wenn nicht, ...

Seitdem ich meine Erwartungen diesbezüglich runtergeschraubt habe, läuft es wesentlich

besser.

Plane (gedanklich) ein, dass du ev. ein paar Minuten zu spät in die Klasse kommen wirst, weil du noch etwas besprechen musst - vielleicht kannst du mit den betroffenen Schülern auch diesbezüglich eine Abmachung treffen; Vorgaben, was sie in dieser Zeit machen sollen; alt genug dürften sie ja sein, um inzwischen eigenverantwortlich etwas zu machen.

Und denk dran: du kannst dich dann am Nachmittag hinlegen, DAS ist Luxus, dafür hält man sechs Stunden doch locker durch *g*.

Beitrag von „the-unknown-teacher-man“ vom 6. April 2005 23:14

hi forsch,
nur mal so aus neugierde...:
wann fängt denn diese frühaufsicht bei euch an?
bei uns um 7.15 😞

und wenn man die am Montag hat, dann ist echt Schicht im Schacht 😞

ist euer Schulgelände/gebäude denn so riesig, dass du 15 Minuten bis zum Aufsichtsort brauchst, unseres ist schon groß, und ich brauche 5 Minuten ab dem Klingeln für "Raustreiben" der aktuellen Klasse, Abschließen, ins Lehrerzimmer und Tasche abstellen, in die Garderobe Jacke anziehen, raus an den Einsatzort ... ist nun mal so...

Mittwoch ist auch mein Hammertag mit 6 Stunden am Stück, ich machs dann so, dass ich mir am Tag vorher überlege, wen ich ansprechen muss, mach mir dann ne Liste und rede die Kollegen/Schulleitung möglichst effizient in den fünf-Minuten-Pausen bzw. im Vorbeigehen an..., auch Kopieren, der Gang zur Toilette, der Pausen-Snack, das muss alles in ständiger Bewegung geschehen bzw. minutiös geplant sein 😁
und kleinere Tätigkeiten wie Formulare etc. werden dann gnadenlos in Klassenarbeitsaufsichten, Vertretungsstunden, Stillarbeitsphasen erledigt...

mfg
der unbekannte Lehrer

Beitrag von „indidi“ vom 6. April 2005 23:18

[Forsch](#)

Ich kapiers nicht. 😞

Wieso musst du die Klasse 15 Minuten eher in die Pause schicken, um rechtzeitig auf dem Schulhof zu sein?

Brauchst du 15 Minuten bis zum Schulhof?

Unterrichtest du in einem anderen Gebäude?

Beitrag von „Forsch“ vom 6. April 2005 23:23

Kurze Erläuterung: Ich habe einen Kurs 4 Stunden hintereinander, 1. bis 4. Stunde.

Wenn ich also vor dem Unterricht Pause haben gehen ca 5 Minuten flöten, dann noch mal ca 5 für's eher raustreiben und noch mal 5 für's etwas später kommen. Macht (über den Tag) 15 Minuten.

Das fände ich noch akzeptabel, wenn es nicht immer die gleiche Klasse wäre.

Die erste Aufsicht beginnt um 7:15 ...

Beitrag von „Super-Lion“ vom 6. April 2005 23:24

Also bei uns in der Schule wird pro Halbjahr ein Pausenaufsichtsplan ausgehängt, in den sich dann die Lehrer selbst eintragen. Klappt bislang ganz gut.

Befürchte natürlich, dass letztendlich doch immer die gleichen Lehrer Aufsicht haben, aber wenigstens kann man sich so die Zeit aussuchen, die einem am besten in den Stundenplan passt.

Gruß

Super-Lion

Beitrag von „müllerin“ vom 6. April 2005 23:37

also 15 Minuten in 4!! STUNDEN??

Stess dich doch nicht selber!!

Beitrag von „Mia“ vom 6. April 2005 23:51

Versuche dir doch einfach mal klar zu machen, wieviel mehr deine Schüler an diesem Tag lernen würden, wenn du diese 15 Minuten zusätzlich zur restlichen Zeit unterrichten würdest. Und? Lohnt sich das Rumgestresse? 😊

Ich hab mich früher auch immer gestresst, weil bei uns die 5. Stunde etwas verkürzt ist. Irgendwie schafft es nach der 2. nur 10minütigen Pause keiner wirklich pünktlich zu beginnen und deswegen ist die 5. Stunde dauerhaft 5-10 Minuten zu kurz. Am Anfang hab ich mich da jedes Mal drüber aufgeregt, aber mittlerweile seh ich das recht locker. Die Schüler haben mehr von mir, wenn ich nicht völlig abgehetzt angestürzt komme und vor lauter Rumgestresse gar nix mehr um mich herum mitkriege.

Eine Pausenverlängerung ist gerade in der Diskussion und solange bis die Rahmenbedingungen nicht geändert sind, stresse ich mich damit auch nicht mehr rum. Ist ja nun wirklich nicht so, als ob die Schüler nun ausgerechnet wegen diesen 5 Minuten deutlich weniger lernen würden. 😊

LG
Mia

Beitrag von „Enja“ vom 7. April 2005 10:21

Bei uns gehen die Klassen, wenn der Lehrer zwei Minuten nach dem Klingeln zur Stunde noch nicht da ist, ins Sekretariat, um zu fragen, wo der bleibt. Aus diesem Grund kann man bei Unterrichtsbeginn da jede Menge sprintende Lehrer sehen.

An einer anderen Schule, die mal von einem meiner Kinder besucht wurde, war es üblich, sich beim Klingeln den letzten Kaffee einzugießen. An wieder einer anderen konnte man, wenn man vor dem Lehrerzimmer auf einen Gesprächstermin wartete, sehen und hören, wie der dortige Schulleiter die Lehrer in den Unterricht trieb. Ich glaube, das ist ein Dauerthema.

Grüße Enja

Beitrag von „wolkenstein“ vom 7. April 2005 12:31

Hm, an der Abendrealschule sind gar keine Pausen eingeplant - ich könnte also nur magisch in der einen Klasse mit dem Klingeln verschwinden und in der anderen Klasse rematerialisieren. Irgendwie kriegt man trotzdem zwischendurch noch einen Schluck Kaffee...

Was ist eigentlich am Mittwoch dran, dass der für alle so stressig sein muss? Werde die nächsten sechs Mittwoche morgens 5 Stunden in der Berufsschule unterrichten (lauter fachbezogene Sachen, von denen ich nix versteh, Heureka), mich dann auf mein Radel schwingen und eine Stunde später 5 Stunden am Stück in den vorgezogenen Nachmittagskursen der ARS... mir ist zugegebenermaßen ein bisschen flau, mal sehn, wie's hinkommt.

Tipps, die mir aus Marathontagen am Gymi noch im Kopf sind (Adaption für BK muss ich noch finden): Gezielt schülerorientierte Phasen im Unterricht einplanen (Es gibt im Hilbert Meyer dieses schöne Bildchen, wo die SuS eifrig Gruppenarbeiten und der Lehrer endlich mal sein Brötchen kaut... das geht!), die dann auch mal zum Hinsetzen und Entspannen nutzen. Selbstkorrigierende Einzel- oder Partnerarbeit funktionieren übrigens auch prima. Ich war erstaunt, aber dann wurd's logisch, wie gern die SuS manchmal einfach eine halbe Stunde Übungen im Arbeitsheft bearbeiteten und selbstständig Inhalte vertieften. Aber ich sag's ja: der normale Lehrer redet und macht zu viel.

Zettelwirtschaft einführen - Kurzinformationen abends auf einen Zettel und dem Kollegen ins Fach, dann geht nix verloren und er kann im Zweifelsfall anrufen.

Einem buddhistischen Tempel beitreten... im Ernst, der Tipp war schon mehrmals: Nicht stressen lassen.

Kopf hoch, wird schon,
w.