

# Lerntagebuch

Ab hier bitte vor den Hausaufgaben oder dem Lernen ausfüllen.

**Ich habe mir diese Woche für das Lernen folgende Ziele gesetzt:**

## Welche Fächer willst du heute Lernen?

- Deutsch     Mathematik     Physik     Erdkunde     Französisch  
 Englisch     Biologie     Chemie     Geschichte     Sonstige: \_\_\_\_\_

Wie geht es dir jetzt vor den Hausaufgaben?	Stimmt gar nicht	Stimmt eher nicht	Stimmt eher	Stimmt genau
Ich bin mir sicher, dass ich heute auch die schwierigen Aufgaben alleine lösen kann.				
Ich habe heute richtig Lust meine Hausaufgaben zu erledigen.				
Ich überlege mir, wie ich heute vorgehen will.				

**Was schätzt du, wie viel Zeit du heute für deine Hausaufgaben brauchen wirst?** \_\_\_\_\_ **Minuten**

## Erledige jetzt deine Hausaufgaben oder lerne!

Ab hier nach deinen Hausaufgaben oder dem Lernen ausfüllen.

Wie geht es dir jetzt nach den Hausaufgaben?	Stimmt gar nicht	Stimmt eher nicht	Stimmt eher	Stimmt genau
Meine Eltern haben mich heute gefragt wie es mit dem Distanzunterricht läuft.				
Ich habe heute selbst entschieden, wann und wie ich meine Hausaufgaben machen will.				
Ich habe heute sofort angefangen meine Hausaufgaben zu erledigen.				
Ich habe mich heute angestrengt, meine Hausaufgaben gut zu machen.				
Ich konnte mich bei den Hausaufgaben heute gut konzentrieren.				
Während ich meine Hausaufgaben gemacht habe, habe ich an viele andere Dinge gedacht.				
Ich habe alle Aufgaben gemacht, die ich mir vorgenommen hatte.				
Die Hausaufgaben haben mir heute Spaß gemacht.				
Die Hausaufgaben haben mir heute geholfen, den Stoff besser zu verstehen.				
Ich habe mir nach den Hausaufgaben überlegt, was ich nächstes Mal besser machen kann.				
Ich fand die Hausaufgaben heute einfach.				
Ich bin heute mit meinen Hausaufgaben zufrieden.				

GEFÖRDERT VOM

Ich habe mich heute wegen der Hausaufgaben mit meinen Eltern gestritten.				
Meine Eltern haben mir heute bei Schwierigkeiten geholfen.				
Ich habe meine Hausaufgaben gemeinsam mit jemandem aus meiner Klasse gemacht.				
Ich habe meine Ergebnisse heute mit jemandem aus der Klasse besprochen.				
Ich habe mich bei Schwierigkeiten an jemanden aus meiner Klasse gewendet ohne, dass mir die Lösung verraten wurde.				

Wurdest du heute bei deinen Hausaufgaben gestört?  Ja  Nein

Wenn ja, wodurch wurdest du gestört? \_\_\_\_\_

Was hast du dagegen gemacht? \_\_\_\_\_

Welche der Lernstrategien die wir gemeinsam geübt haben hast du heute angewendet?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Wie viel Zeit hast du heute für deine Hausaufgaben gebraucht?** \_\_\_\_\_ **Minuten**

Was möchtest du bei deinen Hausaufgaben das nächste Mal besser machen?

\_\_\_\_\_

**Super gemacht! Du hast den heutigen Tag geschafft!**

Abgeändert nach: Otto, B. (2007a). SELVES – Schüler-, Eltern- und Lehrertrainings zur Vermittlung effektiver Selbstregulation. Berlin: Logos.