

Bitte jeden Tag ausfüllen, auch wenn Du keine Hausaufgaben machst oder nicht lernst !




Datum

Uhrzeit

Ich fühle mich im Moment ...

	stimmt gar nicht 	stimmt eher nicht 	stimmt eher 	stimmt genau 
... aufmerksam.	í	í	í	í
... ausgeruht.	í	í	í	í
... ärgerlich.	í	í	í	í
... traurig.	í	í	í	í

Ab hier bitte vor deinen Hausaufgaben oder dem Lernen ausfüllen!

Wenn du heute Mathe hattest: Wie war's heute in der Schule?

	stimmt gar nicht 	stimmt eher nicht 	stimmt eher 	stimmt genau 
Mathe hat mir heute Spaß gemacht.	í	í	í	í
Ich habe heute in Mathe gut mitgearbeitet.	í	í	í	í
Meine Hausaufgaben waren heute richtig.	í	í	í	í
Ich bin mir sicher, dass ich heute auch die schwierigen Hausaufgaben alleine lösen kann.	í	í	í	í

Welche Hausaufgaben hast du heute aufbekommen/ für welche Fächer müsstest du lernen?

í Mathematik

í Deutsch

í Sachkunde

í Sonstiges: \_\_\_\_\_

Was davon willst du heute erledigen?

í Mathematik

í Deutsch

í Sachkunde

í Sonstiges: \_\_\_\_\_

Wie viel Zeit wirst du für deine Hausaufgaben brauchen? \_\_\_\_\_ Minuten

**Erledige jetzt deine Hausaufgaben!**

Ab hier bitte nach deinen Hausaufgaben oder dem Lernen ausfüllen!

Beziehe die folgenden Aussagen auf Deine Mathehausaufgaben. Falls Du kein Mathe aufhast, suche Dir ein anderes Fach aus und gebe es an: \_\_\_\_\_

	stimmt gar nicht 	stimmt eher nicht 	stimmt eher 	stimmt genau 
Ich habe heute gleich angefangen, die Hausaufgaben zu machen.	í	í	í	í
Ich hatte heute richtig Lust zu lernen.	í	í	í	í
Die Hausaufgaben, die ich mir für heute vorgenommen habe, habe ich alle gemacht.	í	í	í	í
Ich habe mir genau überlegt, wie ich vorgehen will.	í	í	í	í
Ich fand die Hausaufgaben heute einfach.	í	í	í	í
Ich konnte mich bei den Hausaufgaben heute gut konzentrieren.	í	í	í	í
Ich habe meine Hausaufgaben heute ganz alleine gemacht.	í	í	í	í
Am Ende der Hausaufgaben habe ich mir alles noch einmal ganz genau angesehen und überprüft, ob ich einen Fehler gemacht habe.	í	í	í	í
Die Hausaufgaben haben mir heute Spaß gemacht.	í	í	í	í
Während ich meine Hausaufgaben gemacht habe, habe ich an viele andere Dinge gedacht.	í	í	í	í
Meine Hausaufgaben waren heute ganz schön schwer.	í	í	í	í
Meine Eltern haben mir heute bei den Hausaufgaben viel geholfen.	í	í	í	í
Meine Eltern haben heute kontrolliert, ob ich alles richtig gemacht habe.	í	í	í	í

Ich wurde heute bei meinen Hausaufgaben gestört. ja í nein í

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

Welche der folgenden Übungen hast du heute gemacht?

- í Entspannungsübung
- í Konzentrationsübung
- í Gedankenstopp
- í Mut zusprechen

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

Was hättest du heute bei den Hausaufgaben besser machen können?

\_\_\_\_\_