ELTERNRATGEBER
zum Schulbeginn 2018

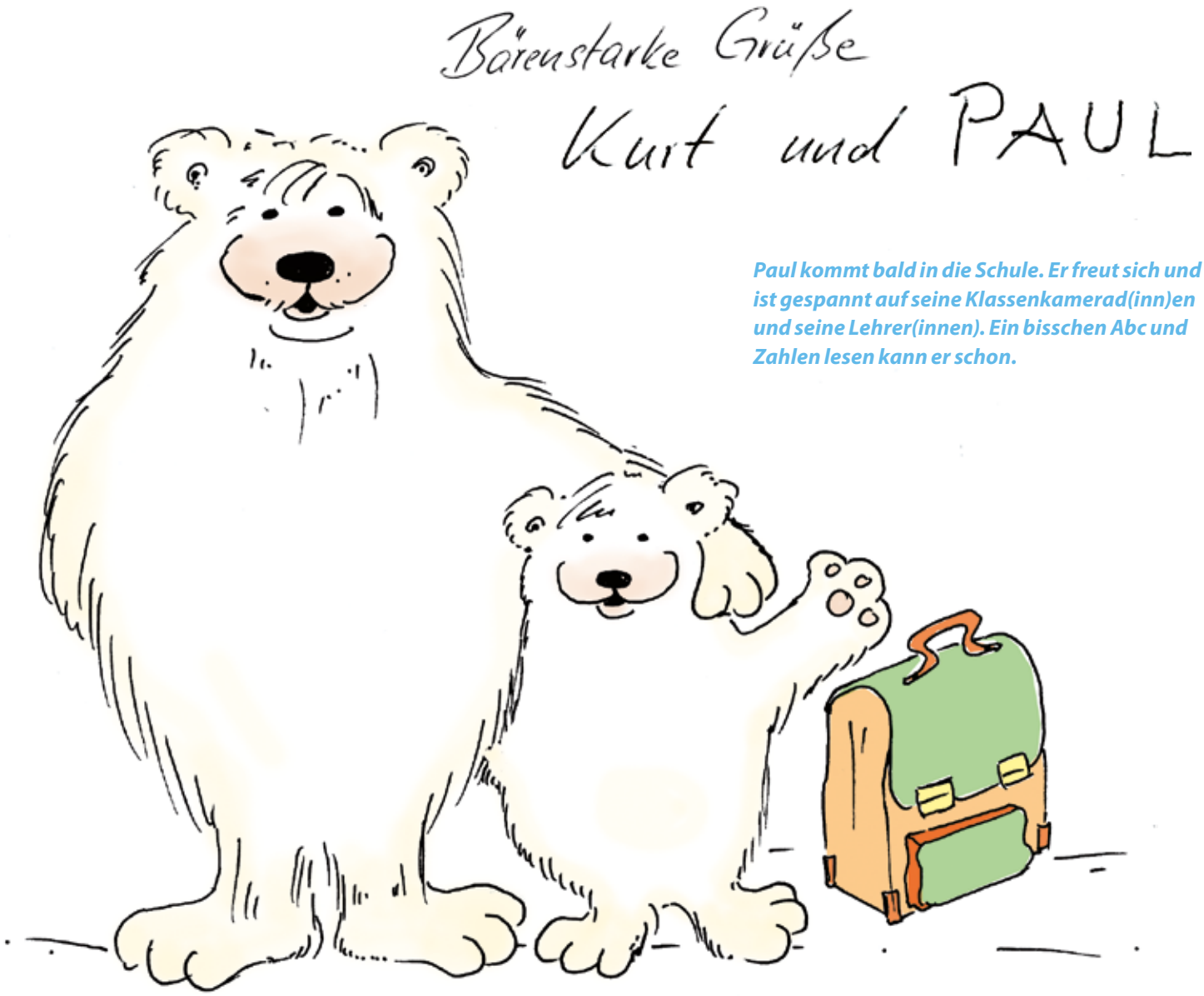
„Hallo Kinder! Diese Broschüre ist nicht nur für eure Eltern interessant, sondern auch für euch. Besonders die Seiten, auf denen ich mit meinen Freunden drauf bin!“

www.total-lokal.de barrierefrei
mediaprint infoverlag

für die Stadt und den Landkreis Heilbronn

Hallo Kinder, wir sind Kurt und Paul!

Diese Broschüre ist nicht nur für Eltern interessant, sondern auch für euch. Wir haben im Heft Aufgaben verteilt, die ihr allein oder mit euren Eltern zusammen lösen könnt. Wir wünschen euch einen guten Schulstart und viel Spaß beim Rätselraten!



Paul kommt bald in die Schule. Er freut sich und ist gespannt auf seine Klassenkamerad(inn)en und seine Lehrer(innen). Ein bisschen Abc und Zahlen lesen kann er schon.

IMPRESSUM

total-lokal
Regional. Multimedial. Genial.

Herausgeber:
mediaprint infoverlag gmbh
Lechstr. 2, 86415 Mering
Registergericht Augsburg, HRB 10852
USt-IdNr.: DE 811190608
Geschäftsführung:
Ulf Stornebel,
Dr. Otto W. Drosihn
Tel.: 08233 384-0
Fax: 08233 384-247
info@mediaprint.info

in Zusammenarbeit mit:
Staatliches Schulamt Heilbronn
Rollwagstraße 14
74072 Heilbronn

Redaktion:
Verantwortlich für den amtlichen Teil: Staatliches Schulamt Heilbronn
Verantwortlich für den sonstigen redaktionellen Inhalt: mediaprint infoverlag gmbh
Verantwortlich für den Anzeigenteil: mediaprint infoverlag gmbh – Goran Petrasevic

Angaben nach Art. 8 Abs. 3 BayPrG: Alleinige Gesellschafterin der mediaprint infoverlag gmbh ist die Media-Print Group GmbH, Paderborn

Quellennachweis für Fotos / Abbildungen:
Titelfoto: Colourbox.de; Foto S. 1: Staatliches Schulamt Heilbronn
siehe Quellennachweis an den Bildern

74062035 / 11. Auflage / 2018

Druck:
Mundschenk Druck+Medien
Mundschenkstraße 5
06889 Lutherstadt Wittenberg

Papier:
Umschlag: 250 g Bilderdruck, dispersionslackiert
Inhalt: 115 g, weiß, matt, chlor- und säurefrei

Titel, Umschlaggestaltung sowie Art und Anordnung des Inhalts sind zugunsten des jeweiligen Inhabers dieser Rechte urheberrechtlich geschützt. Nachdruck und Übersetzungen in Print und Online sind – auch auszugsweise – nicht gestattet.

Vorwort

**Liebe Schulanfängerinnen und Schulanfänger,
liebe Eltern und Erziehungsberechtigte,**

für den guten Start in eine erfolgreiche Schulkarriere möchten wir Ihnen gerne diese Broschüre mit vielen wertvollen Tipps und Anregungen in die Hände geben.

Das Team vom Staatlichen Schulamt Heilbronn wünscht Ihnen dazu einen möglichst unkomplizierten Übergang vom Kindergarten in die Grundschule und einen erfolgreichen Start.

Die neue, ungewohnte Umgebung in der Schule wird hoffentlich rasch zu einer lieb gewordenen Heimat. Die faszinierende Welt der Buchstaben, Zahlen, Bleistifte, Lineale und Füller ist eine neue Herausforderung, auf der Sie viele helfende Hände und ermutigende Stimmen begleiten.

Einige Informationen zu unserem Amt und weitere wichtige Adressen finden Sie nachfolgend: Wenn es gut läuft, dürfen Sie diese gerne weitergeben, wenn es weniger gut läuft, dürfen Sie davon Gebrauch machen, sofern Sie nicht (was die Regel sein wird) bereits in Ihrer Schule die notwendige Unterstützung erhalten.

Viel Erfolg und noch mehr Freude beim Lernen in und mit Schule

Wolfgang Seibold

© Diana_Drubig / Fotolia

Inhaltsverzeichnis

Hallo Kinder, wir sind Kurt und Paul! U2

Impressum U2

Vorwort 1

Beratungsstellen 4

- Schulpsychologische Beratungsstelle des Staatlichen Schulamts Heilbronn 4
- Beratungsstelle für Familie und Jugend im Landratsamt Heilbronn 4
- Beratungsstelle für Familie und Erziehung der Stadt Heilbronn 5
- Psychologische Familien und Lebensberatung der Caritas 5
- Psychologische Beratungsstelle im Kreisdiakonieverband 5

Kontakte 6

- Staatliches Schulamt Heilbronn 6
- Schulpsychologische Beratungsstelle 6
- Örtlicher Personalrat der Lehrer, GHRS 7
- Schwerbehindertenvertretung 7
- Pädagogische Mitarbeiter beim Staatlichen Schulamt Heilbronn 7

Gesundheit 8

- Die Aufgaben des Gesundheitsamtes im Landratsamt Heilbronn 8
- Die Aufgaben des Gesundheitsamtes der Stadt Heilbronn 8

Ferienplan bis 2020 9

Das Ende der Kindergartenzeit 10

Vor dem Schulbeginn 11

- Was bedeutet Schulfähigkeit? 11
- Der Stichtag 11
- Die Schulanmeldung 11
- Die Schuleingangsuntersuchung 11

Tipps für einen guten Start 12

- So unterstützen Sie Ihr Kind richtig 12
- Buchtipps für Vorschulkinder und Eltern 12
- Der künftige Schulweg 12
- Auch Buskinder müssen üben 12
- Mit dem Fahrrad in die Schule 13
- Das erste eigene Geld 13

Vorsorge und Sicherheit 14

- Versicherungsschutz für Ihr Kind 14
- Schutz vor hohen Sachschäden 14

Diakonie
Kreisdiakonieverband
Heilbronn

... wir beraten in
Familie und Erziehung!

Diakonisches Werk für den Stadt- und Landkreis Heilbronn | Kreisdiakonieverband
Schellengasse 7 – 9 · 74072 Heilbronn · Tel.: 07131 / 9644-0 · Fax: 07131 / 964499
info@diakonie-heilbronn.de · www.diakonie-heilbronn.de

© sushi@Fotolia

Lauffen am Neckar

verfügt – wie kaum eine andere Stadt dieser Größenordnung – über ein komplettes Angebot aller Schularten. Verlässlichkeit, ergänzende Angebote wie Hort und Kernzeitbetreuung auch in den Ferien und ein dichtes Netz an Hilfs- und Förderangeboten für Kinder, Jugendliche und Eltern sind uns besonders wichtig. Ihnen auch?

Stadtverwaltung Lauffen am Neckar ·
Tel. 07133/106-0 · **www.lauffen.de**

Was Ihr Kind für die Schule braucht 15
Kinderbekleidung 15
Schulsport: Turnschuhe und -kleidung 15
Der richtige Schulranzen 15
Der Arbeitsplatz Ihres Kindes 16
Stifte und Mäppchen 16
Linkshänder? So geht´s leichter! 16

Jetzt geht's los – der erste Schultag 18
Ein ganz besonderer Tag 18
Die Schultüte und was sie in sich birgt 18

Der Alltag in der Grundschule 18
Was erwartet mein Kind in der Grundschule? 18
Wann lernt es welche Fremdsprache? 18
Ab wann erhält mein Kind Schulnoten? 18
Wie lange darf mein Kind für Hausaufgaben brauchen? 19
Betreuungsmöglichkeiten 19
Schulberatung 21
Ganztagsangebote in der Grundschule 21

Die Gesundheit Ihres Kindes 22
Die richtige Ernährung 22
Sieht mein Kind wirklich gut? 22
Hörprobleme bei Schulkindern 24
Zahnarztbesuch – ein Kinderspiel? 25
Was macht ein Kieferorthopäde? 26
Kinderfüße in Schuhen 26
Hausarzt oder Kinderarzt? 27
Was tun bei Krankheit oder Unfall? 27
Physiotherapie 27

Ein Blick ins Innenleben 28
Anlaufschwierigkeiten? 28
Lernprobleme – kein Grund zur Panik 28
Nachhilfestudios 28
Hochbegabung 29
Was ist ein Logopäde? 29
Ergotherapie 29
Pädiatrie 29

Was neben der Schule wichtig ist 30
Der freie Nachmittag 30
Hier spielt die Musik 30
Sport – Bewegung ist alles 31
Kinder und Haustiere 31
Smartphone, Tablet und Co. 32
Bibliotheken – der etwas andere Zeitvertreib 32

Branchenverzeichnis U3

U = Umschlagseite

Beratungsstellen

Schulpsychologische Beratungsstelle des Staatlichen Schulamts Heilbronn

Zuständigkeitsbereich
Lehrer, Eltern und Schüler aller Schularten – Grund- und Hauptschulen, Realschulen, Gymnasien, Berufliche Schulen, Sonderschulen in der Stadt und im Landkreis Heilbronn

Für wen werden wir tätig?
- Arbeit mit Beratungslehrern
- Beratung von Gruppen (Lehrerkollegien, Eltern, Schulklassen)
- Beratung von Einzelpersonen (Lehrer, Eltern, Schüler)
- Beratung des Systems Schule Personalentwicklung, Schulentwicklung, Projektmanagement, Evaluation von Schulentwicklungsprozessen
- Projekt Lesepatenschaft

Mitarbeiter:
Silja Marburger (Fachbereichsleitung, Psychologierätin)
Kerstin Allmang (Psychologierätin)
Anja Hrubesch (Dipl.-Psych.)
Christine Manz (Dipl.-Psych.)
Dr. Bianca Petersen (Psychologierätin)
Anita Schenck (Dipl.-Psych.)
Johanna Schories (Dipl.-Psych.)
Ulrich Suschke (Dipl.-Psych.)
Kathrin Seth (Beratungslehrerin)
Eva Görler (Sekretariat)
Janett Bellgart (Sekretariat)
Daniela Hausin (Sekretariat)

Adresse:
Staatliches Schulamt Heilbronn –
Schulpsychologische Beratungsstelle
Rollwagstraße 16, 74072 Heilbronn
E-Mail: spbs@ssa-hn.kv.bwl.de
Telefon: 07131 6437762
Telefax: 07131 6437760

Beratungsstelle für Familie und Jugend im Landratsamt Heilbronn

- Erziehungs- und Familienberatung
- Fachstelle für Schwangerschafts- und Schwangerschaftskonfliktberatung
- Fachstelle zum Schutz gegen sexuelle Gewalt bei Mädchen und Jungen; JuMäX
- Die Mitarbeiter der Beratungsstelle unterliegen der Schweigepflicht.
- Die Beratung ist kostenlos.

Darüber hinaus bieten wir Ihnen:
- Elternabende an Kindergärten zu Fragen der Erziehung, Entwicklung und zum Sozialverhalten.
- Informationsnachmittage für Erzieherinnen zu Aufgaben und zur Arbeitsweise der Beratungsstelle sowie zu Verhaltensauffälligkeiten von Kindern.
- Fortbildungen in Motopädagogik.
- Seminare mit Pflegeeltern.
- Seminare für betroffene Eltern zum Thema Trennung / Scheidung.
- Informationsveranstaltungen zu sexualpädagogischen Themen an Kindergärten, Schulen und Jugendhäusern.
- Prävention von sexueller Gewalt.

© COLOURBOX.DE

Stellenleitung:
Frau Ariane Schlicher

Kontaktmöglichkeiten:
Landratsamt Heilbronn
Beratungsstelle für Familie und Jugend
Postadresse:
74064 Heilbronn
Hausadresse:
Lerchenstraße 40, 74072 Heilbronn
E-Mail: erziehungsberatungsstelle@landratsamt-heilbronn.de
Telefon: 07131 994338
Telefax: 07131 99483338
Montag bis Freitag 08.00 – 12.00 Uhr
Mittwoch 13.30 – 18.00 Uhr

Beratungsstelle für Familie und Erziehung der Stadt Heilbronn

Wollhausstraße 20, 74072 Heilbronn
Telefon: 07131 562648
Fax: 07131 563879
E-Mail: bfe@stadt-heilbronn.de
Internet: www.heilbronn.de

Sprechzeiten
Montag bis Donnerstag 08.00 – 12.00 Uhr
Montag bis Mittwoch 14.00 – 16.00 Uhr
Donnerstag 14.00 – 18.00 Uhr
Freitag 08.00 – 12.00 Uhr
Weitere Termine nach Vereinbarung.
Anmeldung telefonisch oder persönlich im Sekretariat (Frau Kühn).

Psychologische Familien- und Lebensberatung der Caritas

Caritas Heilbronn-Hohenlohe
Heinrich-Fries-Haus
Bahnhofstraße 13, 74072 Heilbronn
Telefon: 07131 89809302
Telefax: 07131 89809350
E-Mail: pfl@caritas-heilbronn-hohenlohe.de
Internet: www.caritas-heilbronn-hohenlohe.de

Telefonzeiten:
vormittags:
Montag bis Freitag 08.15 – 12.00 Uhr
nachmittags:
Montag, Dienstag, Mittwoch 13.30 – 16.30 Uhr
Donnerstag 13.30 – 17.00 Uhr
Freitag 13.30 – 15.00 Uhr
Anmeldung persönlich oder telefonisch.

Psychologische Beratungsstelle im Kreisdiakonieverband

Schellengasse 7 – 9, 74072 Heilbronn
Telefon: 07131 964420
Telefax: 07131 9644720
E-Mail: Psychologische.Beratungsstelle@diakonie-heilbronn.de
Internet: www.diakonie-heilbronn.de

Bürozeiten
Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag 08.30 – 12.00 Uhr
Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag 15.00 – 17.00 Uhr
Anmeldung telefonisch oder persönlich im Sekretariat.

© dreamerve / Fotolia

Kontakte

Staatliches Schulamt Heilbronn Stand: 23.01.2018

Rollwagstraße 14, 74072 Heilbronn
Telefon: 07131 6437700
Telefax: 07131 6437720

E-Mail: poststelle@ssa-hn.kv.bwl.de oder
vorname.nachname@ssa-hn.kv.bwl.de
Internet: http://www.schulamt-heilbronn.de

Amtsleiter:	Hr. Seibold , Ltd. Schulamtsdirektor	App. -37735	Zimmer 2.5
Stv. Amtsleiter:	Hr. Herzog, Schulamtsdirektor	App. -37730	Zimmer 2.1
Vorzimmer:	Fr. Zeyer	App. -37736	Zimmer 2.4

Name	Funktion	Apparat	Arbeitszeiten bei Teilzeit	Zi.-Nr.
Buss, Sonja	Schulamtsdirektorin	- 37712		0.3
Drechsel, Martin	Verwaltung	- 37719		0.8
Eicher, Susanne	Schulrätin	- 37711		0.6
Egerding-Krüger, Christoph	Schulamtsdirektor	- 37732		2.3
Erikli, Monika	Verwaltung (Reisestelle, Mutterschutz)	- 37722	Mo. – Fr. Vormittag	1.4
Friedrich, Sara	Verwaltung	- 37723		
Dr. Heitz, Stefanie	Schulrätin	- 37743		3.2
Herzog, Werner	Schulamtsdirektior	- 37730		2.1
Hornung, Dominik	Verwaltungsleiter	- 37724		1.5
Keller, Bernd	Pädagogischer Mitarbeiter	- 37746		3.4
Kühnle, Heike	Schulamtsdirektorin	- 37734		2.6
Ledermann, Michael	Schulamtsdirektor	- 37737		2.7
Lengle, Irene	Schulrätin	- 37733		2.2
Lorenz, Britta	Schulamtsdirektorin	- 37716		
Müller, Maxi	Verwaltung (Förderbescheide)	- 37710		0.2
Rohrbach, Jeanette	stellv. Verwaltungsleiterin	- 37721	Mo., Mi., Do.	1.3
Rühl, Norbert	Pädagogischer Mitarbeiter	- 37785		126
Sauter, Günter	Schulamtsdirektor	- 37726		1.7
Seibold, Wolfgang	Amtsleiter	- 37735		2.5
Wiedinger, Sigrid	Verwaltung (Förderbescheide)	- 37714	Mi., Do., Fr.	0.5
Zeyer, Heidi	Verwaltung (Sekretariat Schulräte)	- 37736		2.4
Besprechungsraum	UG	- 37703		UG
Besprechungsraum	DG	- 37741		3.1

Schulpsychologische Beratungsstelle

Rollwagstraße 16, 74072 Heilbronn
Erstkontakt grundsätzlich nur über das Sekretariat

Telefon: 07131 6437762

Name	Funktion	Apparat	Zi.-Nr.
Görler, Eva	Verwaltung / Sekretariat	- 37762	Zi. 112
Hausin, Daniela	Verwaltung / Sekretariat	- 37770	Zi. 115
Bellgart, Janett	Verwaltung / Sekretariat	- 37762	Zi. 112

Alle weiteren Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter finden Sie unter den Hinweisen zur Schulpsychologischen Beratungsstelle des Staatlichen Schulamts Heilbronn (Siehe oben)

Örtlicher Personalrat Lehrkräfte

Rollwagstraße 16, 74072 Heilbronn (Montag bis Donnerstag 10.00 – 12.00 Uhr)

Name	Funktion	Apparat
Krieg, Andrea	Vorsitzende	- 37777
Sayer, Brigitte	stellvertretende Vorsitzende	- 37779
Fax		- 37778

Schwerbehindertenvertretung Lehrkräfte

Rollwagstraße 16, 74072 Heilbronn (Montag bis Donnerstag 10.00 – 12.00 Uhr)

Name	Funktion	Apparat
Berger, Birgit	Vertrauensperson	- 37775
Müller, Volker	stellvertretende Vertrauensperson	- 37775

Pädagogische Mitarbeiter beim Staatlichen Schulamt Heilbronn

Name	Funktion	Apparat	E-Mail
Heuver, Tanja	Mitarbeiterin Inklusion Di. 08.00 – 15.00 Uhr, Mi. 13.00 – 16.00 Uhr	- 37714	tanja.heuver@ssa-hn.kv.bwl.de
Hockenberger, Marline	Mitarbeiterin Inklusion Di. 08.00 – 14.00 Uhr, Mi. 11.00 – 14.00 Uhr	- 37715	marline.hockenberger@ssa-hn.kv.bwl.de
Hofmann, Andreas	Mitarbeiter Inklusion Di. 08.00 – 15.00 Uhr, Fr. 08.00 – 12.00 Uhr	- 37717	andreas.hofmann@ssa-hn.kv.bwl.de
Kimmerle, Julia	Mitarbeiterin Inklusion Mo. + Fr. 09.00 – 12.00 Uhr, Di. 09.30 – 12.00 Uhr	- 37718	Julia.kimmerle@ssa-hn.kv.bwl.de
Löbe, Matthias	Mitarbeiter Inklusion Di. 08.00 – 12.00 Uhr	- 37721	matthias.loebe@ssa-hn.kv.bwl.de
Kugel, Susanne	Beauftragungen, Feststellungen Do. 08.00 – 15.00 Uhr	- 37715	susanne.kugel@ssa-hn.kv.bwl.de
Gärtner, Constanze	LRS-Beratungsstelle Do. 14.00 – 16.00 Uhr	- 37702	constanze.gaertner@ssa-hn.kv.bwl.de
Orth-Uhl, Marlene	LRS-Beratungsstelle Do. 13.30 – 16.00 Uhr	- 37702	marlene.orth-uhl@ssa-hn.kv.bwl.de
Asser, Marco	ASKO / Autismus Di. 10.00 – 15.00 Uhr	- 37701	marco.asser@ssa-hn.kv.bwl.de
Correll, Steffen	ASKO	- 37701	steffen.correll@ssa-hn.kv.bwl.de
Rappel, Mirjam	ASKO / Autismus Di. 10.00 – 13.00 Uhr	- 37701	mirjam.rappel@ssa-hn.kv.bwl.de
Grünberger, Eva	Beauftragte für Chancengleichheit Mo. 09.00 – 11.00 Uhr	- 37714	bfc@ssa-hn.kv.bwl.de
Weyler, Susanne	Beratung geistig- / körperbehinderte Kinder Do. 14.00 – 16.00 Uhr	- 37717	susanne.weyler@ssa-hn.kv.bwl.de
Rall, Martin	Regionalteam Sport / Arbeitsstelle Kooperation Mo. + Mi. 07.00 – 15.45 Uhr	- 37704	martin.rall@ssa-hn.kv.bwl.de
Häussermann, Nicole Kurtzhals, Jürgen	Schulabsentismus, Jugendhilfefälle, Mobbing … Mo. / Di. / Do. / Fr. 09.00 – 13.00 Uhr Mi. 09.00 – 12.00 Uhr	- 37744	nicole.haeussermann@ssa-hn.kv.bwl.de juergen.kurtzhals@ssa-hn.kv.bwl.de

Gesundheit

© Kzenon / Fotolia

Die Aufgaben des Gesundheitsamtes im Landratsamt Heilbronn

(für Ratsuchende aus dem Landkreis Heilbronn)

- Infektionsschutz und Umwelthygiene
- Kinder- und Jugendärztlicher Dienst
- Zahnärztlicher Dienst
- Gesundheitsförderung und Prävention
- Amtsärztlicher Dienst
- Gesundheitshilfe
- Heilpraktikerwesen
- Betreuungsbehörde

Amtsleitung:
Herr Schiller

Kontaktmöglichkeiten:
Landratsamt Heilbronn Gesundheitsamt
Postadresse: 74064 Heilbronn

Hausadresse:
74072 Heilbronn, Lerchenstraße 40
E-Mail: Gesundheitsamt@landratsamt-heilbronn.de
Telefon: 07131 994100 und 994625
Telefax: 07131 994174

Allgemeine Öffnungszeiten des Landratsamts

Montag bis Freitag	08.00 – 12.00 Uhr
Mittwoch	13.30 – 18.00 Uhr

Die Aufgaben des Gesundheitsamtes der Stadt Heilbronn

(für Ratsuchende aus der Stadt Heilbronn)

- Gesundheitsförderung und Öffentlichkeitsarbeit
- Umwelthygiene
- Infektionsschutz
- Amts- und gerichtsärztlicher Dienst
- Kinder- und jugendärztlicher Dienst
- Zahnärztlicher Dienst

Leiter:
Herr Dr. Axmann

Städtisches Gesundheitsamt
Bahnhofstraße 2, 74072 Heilbronn
Telefon: 07131 56-3540
Telefax: 07131 56-3539
E-Mail: gesundheitsamt@stadt-heilbronn.de

Sprechzeiten:

Montag bis Mittwoch	08.30 – 12.00 und 14.00 – 16.00 Uhr
Donnerstag	08.30 – 12.00 und 14.00 – 18.00 Uhr
Freitag	08.30 – 12.30 Uhr

Telefonische Anmeldung wird empfohlen.

Ferienplan bis 2020

© Fuse/Thinkstock

Sommerferien 2018
26. Juli 2018 bis 7. September 2018

Herbstferien 2018
29. Oktober 2018 bis 2. November 2018

Weihnachtsferien 2018 / 19
24. Dezember 2018 bis 4. Januar 2019

Winterferien 2019 (bewegliche Ferientage)
4. März 2019 bis 8. März 2019

© Zagorodnaya/Fotolia

Osterferien 2019
15. April 2019 bis 26. April 2019

Pfingstferien 2019
11. Juni 2019 bis 21. Juni 2019

Sommerferien 2019
29. Juli 2019 bis 10. September 2019

Herbstferien 2019
28. Oktober 2019 bis 1. November 2019

Weihnachtsferien 2019 / 20
23. Dezember 2019 bis 3. Januar 2020

Winterferien 2020 (bewegliche Ferientage)
24. Februar 2020 bis 28. Februar 2020

Osterferien 2020
6. April 2020 bis 17. April 2020

Pfingstferien 2020
1. Juni 2020 bis 12. Juni 2020

© StefanieB./Fotolia

Das Ende der Kindergartenzeit

Je näher der erste Schultag rückt, desto größer ist die Vorfreude der meisten Kindergartenkinder auf den Schulbeginn. Das Thema Schule rückt in Spielen und Gesprächen immer stärker in den Vordergrund. Das ist auch verständlich. Zwei oder drei Jahre hat Ihr Kind nun die Kindergartensituation erprobt und in dieser Zeit wichtige Dinge in der Gemeinschaft mit Gleichaltrigen und unter Anleitung von Erzieher(inne)n gelernt.

Es merkt plötzlich selbst, dass es einen Entwicklungsschub gemacht hat. Es will aufbrechen zu neuen Ufern, wichtige und schwierige Dinge vollbringen und vor allem eine weitere Stufe auf der Treppe zum Großwerden erklimmen. Gestärkt durch die Erfahrungen im Kindergarten erscheint das Wagnis Schule leistbar und die Scheu vor dem Neuen weicht.

Kinder bereiten sich auf ihre eigene Weise auf diesen Lebensabschnitt vor. Sie leben die Spannung und Vorfreude aus. Gleichzeitig entwickeln sie neue Bedürfnisse und verändern ihre Interessen. Einen Anhaltspunkt, wie Sie darauf eingehen und Ihr Kind so auf die Schulzeit vorbereiten können, geben Ihnen die folgenden Tipps:

- Abschiednehmen fällt manchmal schwer: Ihr Kind kennt nur den Alltag im Kindergarten. Dort hat es Freunde gefunden und viel mit ihnen erlebt. Einige Kindergartenfreunde wird es in der Schule wiedersehen, doch machen Sie Ihrem Kind auch klar: Für die anderen ist am Nachmittag und am Wochenende immer noch Zeit, solange Ihr Kind das Bedürfnis danach hat. Erinnerungsstücke (Bastelarbeiten, Fotos) im Kinderzimmer können zusätzlich beim Weg in den neuen Lebensabschnitt hilfreich sein.

- Kinder im letzten Kindergartenjahr wollen kleine Aufgaben und Verantwortung übernehmen: Nehmen Sie Ihrem Kind nicht alle Arbeiten ab, auch wenn es dafür länger Zeit braucht. Trauen Sie Ihrem Kind etwas zu, fordern Sie es! Am einfachsten geht dies, indem Sie Ihrem Kind kleine Arbeiten im Haushalt übertragen, zum Beispiel das Haustier regelmäßig zu füttern oder den Briefkasten zu leeren.

- Die werdenden Erstklässler wollen mit Gleichaltrigen ungestört zusammen sein: Jetzt interessieren sich die Kinder am meisten für Gleichaltrige. In ihnen sehen sie die wahre Spielherausforderung. Herrliche fantasievolle Spielideen können sich entwickeln, wenn sich die Kinder nicht ständig angeleitet und beobachtet fühlen.

- Kinder wollen aufbrechen zu neuen Ufern: Das heißt nichts anderes, als dass sie neue Gehirnnahrung brauchen. Viele Bilderbücher im Kindergarten und zu Hause halten für die „alten Hasen" nichts Neues mehr bereit. Vorlesegeschichten für Ältere oder Sachbilderbücher interessieren da schon mehr. Die Kinder wollen auch aktiv neue Dinge ausprobieren: zum Beispiel eigenständig kochen oder zum Kaufmann um die Ecke gehen und den Umgang mit Geld üben.

- Zukünftige Schulkinder wollen so viel wie möglich über die Schule und alles, was damit zu tun hat, erfahren: Dadurch, dass sich Kinder sowohl geistig als auch spielerisch mit ihren Themen auseinandersetzen, wollen sie in dieser Zeit oft Schule spielen. Gleichzeitig wissen sie nicht genug darüber und stellen sich viele Fragen. Der Schulranzen von bekannten Schulkindern wird genau unter die Lupe genommen, die Schule von außen interessiert betrachtet, Hefte werden gebastelt. Im Spiel kann das Kind seine Vorfreude auf diesen neuen Lebensabschnitt ausleben.

© photol.com

Vor dem Schulbeginn

TIPP

Stichtag: 30. September
Vorzeitig eingeschult werden können Kinder, die bis zum 30. Juni des folgenden Kalenderjahres das 6. Lebensjahr vollendet haben. Eine begründete Zurückstellung ist möglich.

Was bedeutet Schulfähigkeit?

Woher weiß ich eigentlich, dass mein Kind „schulfähig" ist, also bereit für den Start in den „Ernst des Lebens", als der die Einschulung so gern bezeichnet wird? Wer sich nicht sicher ist, dem helfen Kinderärzte und Psychologen weiter. Allerdings haben auch diese keine hundertprozentig klare Definition von „Schulfähigkeit" parat. Einig sind sich die Experten allerdings, dass ein Kind bei einer Einschulung gewisse Kriterien erfüllen sollte.

- Es sollte körperlich seinem Alter gemäß entwickelt und gesund sein.
- Es sollte die erforderlichen „kognitiven" Voraussetzungen erfüllen. Damit ist vor allem die Fähigkeit gemeint, sich sprachlich auszudrücken.
- Es sollte „motivationale und soziale" Voraussetzungen erfüllen, das heißt, es sollte „lernen wollen" sowie in der Lage sein, seine Konzentration über einen längeren Zeitraum aufrecht zu erhalten. Und es sollte sich sicher und angstfrei in einer Gemeinschaft von Gleichaltrigen bewegen und kommunizieren können. Der Spielraum zur Beurteilung ist da verständlicher Weise groß. Er kann von Bundesland zu Bundesland, von Arzt zu Arzt, von Schule zu Schule variieren.

Der Stichtag

Eingeschult werden soll ein Kind im Alter von sechs Jahren. Aber bis wann genau eigentlich soll es sechs geworden sein, wenn im Spätsommer die Schule beginnt? In der Tat sind die so genannten „Stichtage" von Bundesland zu Bundesland unterschiedlich. Auch die Bestimmungen zu Zurückstellungen oder früheren Einschulungen variieren.

Die Schulanmeldung

Die fristgerechte Anmeldung Ihres Kindes zum Unterricht in der zuständigen Grundschule ist Pflicht. Die zuständige Grundschule ist fast immer die, die dem Zuhause des Schulanfängers am nächsten liegt. Auch wer sein Kind auf eine andere Schule, eine Privatschule etwa, schicken möchte, muss dies zunächst bei der zuständigen Grundschule beantragen. Ein Antrag auf Rückstellung ist ebenfalls im Rahmen der Schulanmeldefristen zu stellen. Die Schulaufsicht entscheidet dann nach Vorlage der Begründung – das kann die Stellungnahme der Kindertagesstätte sein, das Gutachten eines Schularztes oder eines Schulpsychologen. Auch ein Antrag auf vorzeitige Schulaufnahme kann in diesem Rahmen gestellt werden. Schulanmeldungsfristen sollten am besten frühzeitig bei der zuständigen Grundschule erfragt werden. Zur Schulanmeldung mit zubringen sind in jedem Fall

- die Personalpapiere des anmeldenden Erziehungsberechtigten,
- die Geburtsurkunde des Kindes,
- sonstige Personalpapiere des Kindes.

Die Schuleingangsuntersuchung

Vor beziehungsweise kurz nach der Einschulung sind in allen Bundesländern Schuleingangsuntersuchungen vorgeschrieben. Allerdings variieren sie in Umfang und Form. Bei der Schuleingangsuntersuchung geht es darum, gesundheitliche oder entwicklungsbezogene Einschränkungen eines Kindes festzustellen, die speziell für den Schulbesuch relevant sind, etwa Seh-, Hör- oder Sprachstörungen.

Tipps für einen guten Start

So unterstützen Sie Ihr Kind richtig

Spätestens mit der Schulanmeldung lernen Eltern und Kinder den zukünftigen Arbeitsplatz Schule kennen. Meist hat Ihr Kind die Schule bereits zuvor mit dem Kindergarten besucht. Während dieser Schnupperstunde probieren die Kinder, sich über den Zeitraum von 30 bis 45 Minuten zu konzentrieren. Dazu bekommen sie kleine Aufgaben, etwa ihren Namen auf ein Arbeitsblatt schreiben, etwas anmalen oder ausschneiden. So erfährt Ihr Kind, wie es ist, wenn viele Kinder gleichzeitig in einem Raum sitzen, arbeiten, sich konzentrieren und Regeln einhalten müssen. Es ist wichtig, nicht unaufgefordert und ohne Handzeichen zu sprechen oder den Mitschüler(inne)n ins Wort zu fallen.

Natürlich kann und muss ein zukünftiges Schulkind nicht gleich vom ersten Tag an alle Regeln und Verhaltensformen beherrschen. Trotzdem sollten Eltern diese Dinge, die das soziale Miteinander betreffen, schon im Voraus ihren Kindern vermitteln und vor allem mit ihnen üben. Kinder müssen erst Verständnis dafür entwickeln, dass sie nicht immer sofort zum Zug kommen und ihnen nicht mehr die ungeteilte Aufmerksamkeit zufällt. Denn gerade damit haben Lehrer(innen) immer wieder zu kämpfen, wenn es Erstklässlern schwerfällt, sich in einen großen Klassenverband zu integrieren.

Eine große Hilfe ist es, wenn die Eltern sich zu Hause bemühen, ihre Kinder an bestimmte Gesprächs- und Gemeinschaftsregeln zu gewöhnen, ihnen einen geregelten Tagesablauf bieten und sie zu Selbstständigkeit anleiten. Dazu gehört beispielsweise, dass sich das Kind selbstständig anziehen kann oder sich ein gewisses Zeitverständnis aneignet.

TIPP

Die eigene Einstellung prägt und beeinflusst das kindliche Denken enorm. Vermeiden Sie negative Äußerungen zu Ihrer Schulzeit, um Ihr Kind nicht zu verunsichern oder zu ängstigen. Versuchen Sie Ihr Kind zu motivieren und zu begeistern!

Buchtipps für Vorschulkinder und Eltern

Sowohl in der Vorschul- als auch in der Grundschulzeit sind Bücher wichtig für die Entwicklung Ihres Kindes. Während Sie Ihr Kind in der Vorschulzeit in erster Linie durch (Mal)Bücher mit Konzentrations- und Aufmerksamkeitsspielen auf den Schulstart vorbereiten, steht bei Grundschulkindern die Unterstützung der Lesefertigkeiten im Vordergrund.

Zu empfehlen sind dabei unter anderem die folgenden Bücher:

- Grundschul-Wörterbuch: Dieses Buch unterstützt Ihr Kind beim Hausaufgabenmachen. Es soll ab der zweiten oder dritten Klasse helfen, schwierige Wörter schnell und einfach nachzuschlagen, um so sicherer in der Rechtschreibung zu werden.
- Kinderlexikon „Von Anton bis Zylinder“: Mit mehr als 1.400 alphabetisch geordneten Stichwörtern und über 1.000 farbigen Abbildungen werden Begriffe aus Geschichte, Naturwissenschaft, Technik, Politik, Kultur und Sport kindgerecht erklärt.

Der künftige Schulweg

Manche Eltern werden den ersten Schulwochen in Bezug auf mögliche Gefahrenquellen mit gemischten Gefühlen entgegenblicken. Besonders der Straßenverkehr birgt viele kritische Punkte. Aber auch dieser Situation kann man einiges an Problematik nehmen, wenn Sie sich zusammen mit Ihrem Kind vorbereiten. Wichtig dabei ist, nicht bis zur letzten Minute damit zu warten. Als sehr hilfreich hat sich erwiesen, wenn Eltern, zum Beispiel mithilfe eines Stadtplans, die ungefährlichste Schulwegstrecke austüfteln. Natürlich gehören zu den möglichen Gefahrenquellen auch Ampeln, Baustellen, Überwege, Ausfahrten und anderes. Es ist wichtig, den Weg mit dem Schulanfänger genau zu besprechen und ihn praktisch zu üben, sodass sich das Kind orientieren kann und einigermaßen sicher wird. Der zukünftige Schulweg kann schon in der letzten Kindergartenzeit in das tägliche Wegepensum eingebaut werden. So müssen Sie sich und Ihr Kind nicht unter Druck setzen, alles baldmöglichst zu beherrschen.

TIPP

An den ersten Schultagen sollten Sie Ihr Kind noch zur Schule begleiten. Wenn Sie das Gefühl haben, dass Ihr Kind den Weg gut allein bewältigt, können Sie sich nach anderen Erstklässlern in Ihrer Nachbarschaft umschauen. Die Kinder können den Schulweg gemeinsam gehen. Auch diese Gruppe sollten Sie noch einmal begleiten und auf problematische Stellen hinweisen. Wenn Sie Ihr Kind über einen längeren Zeitraum begleiten, können auch die Eltern Begleitgemeinschaften bilden.

Auch Buskinder müssen üben

Vielleicht wohnen Sie auf dem Land oder in einem Wohngebiet, von wo aus Ihr Kind die Schule nur mit dem Bus oder der Straßenbahn erreichen kann. Dann überlegen Sie sich sicher schon lange vorher, ob es sich in dieser besonderen Lage zurechtfinden wird. Um Ihr Kind zu einem souveränen Buskind zu machen, sollten Sie – ebenso wie beim Schulweg – schon sehr früh mit der Vorbereitung beginnen. Schon von klein auf sollte sich Ihr Kind an diese Weise der Fortbewegung gewöhnen. In der letzten Kindergartenphase können Eltern dann gezielt auf die zukünftigen Schulbusfahrten hinarbeiten. Dabei müssen Sie sich immer wieder in Erinnerung rufen, dass Dinge, die für Erwachsene selbstverständlich sind, für die zukünftigen Buskinder neu sind.

- Verhalten an der Haltestelle: Üben Sie immer an den Haltestellen, an denen Ihr Kind ein und aussteigen wird: Zurücktreten, wenn der Bus ankommt, erst einsteigen, wenn der Bus anhält und die Türen geöffnet sind. Die Fahrkarte sollte Ihr Kind immer an der gleichen Stelle verwahren, sodass im Falle einer Kontrolle nicht gesucht werden muss.
- Das Einsteigen und die Fahrt: Trainieren Sie mit Ihrem Kind, den Handlauf zu benutzen, die Fahrkarte vorzuzeigen, den Schul-

ranzen abzunehmen und vor die Füße auf den Boden zu stellen und möglichst bis zur gewünschten Haltestelle sitzen zu bleiben. Was, wenn es keine Sitzplätze mehr gibt? Überlegen Sie und üben Sie mit Ihrem Kind, wo es sich fest halten kann, wenn es im Bus stehen muss.

- Das Aussteigen: Erst aufstehen, wenn der Bus anhält, aussteigen, wenn die Türen ganz geöffnet sind. Nie vor oder hinter dem haltenden Fahrzeug die Fahrbahn betreten, sondern warten, bis der Bus wegfährt. Sie sollten Ihrem Kind die ganze Situation mit all ihren Gefahren plastisch aufzeigen und ihm auch erklären, was für Unfälle in dieser Situation schon passiert sind. Wenn Sie dieses Programm rechtzeitig bewältigen, werden Sie und Ihr Kind dem ersten Schultag etwas sicherer und entspannter entgegenblicken.

Mit dem Fahrrad in die Schule

Sie sollten Ihr Kind erst nach der Fahrradausbildung in der vierten Klasse mit dem Fahrrad in die Schule schicken. Die Verkehrswacht weist immer wieder darauf hin, dass Kinder bis zu diesem Alter nur bedingt mit dem Fahrrad im Straßenverkehr zurechtkommen. Bei der Fahrradausbildung werden die Kinder durch den örtlichen Verkehrspolizisten geschult. Daran schließt sich eine Prüfung an. Dazu kommen die Polizisten eigens in die Schule. Natürlich sollte das Fahrradfahren von klein auf gelernt werden: Dazu ist aber die Freizeit besser geeignet.

Das erste eigene Geld

Um Verantwortung für sich selbst über nehmen zu können, ist es wichtig, früh zu lernen, auch mit Geld verantwortungsbewusst umzugehen. Der Schulbeginn oder ein Geburtstag bietet dazu die richtige Gelegenheit. Legen Sie vorher einen Betrag für das Taschengeld fest. Dieser sollte nicht zu hoch sein und kontinuierlich dem Alter entsprechend gesteigert werden. Setzen Sie einen für das Kind festen Zeitpunkt, an dem es das Geld regelmäßig bekommt, jeden Montag nach der Schule zum Beispiel. Nehmen Sie sich Zeit, Ihrem Kind den Zweck des Taschengeldes zu erklären, und stehen Sie ihm am Anfang im Umgang damit zur Seite. Feststehen muss aber: Wofür das Kind das Geld ausgeben will, ist letztlich seine eigene Entscheidung. Dabei soll das Kind den Wert des Geldes kennenlernen und herausfinden, was einzelne Dinge kosten. Früher oder später kann das Schulkind auch sein eigenes Girokonto erhalten. Einige Banken bieten kostenlose Schülerkonten an. So können auch größere Beträge, zum Beispiel Geburtstagsgeschenke von den Großeltern, vom Kind selbst „verwaltet“ werden. Dabei wird das Kind mit den Verfahren und Prinzipien einer Bank vertraut gemacht und kann sich spielerisch an die Verwaltung der Finanzen gewöhnen.

Vorsorge und Sicherheit

© Tatyana Tomsickova/Thinkstock

Versicherungsschutz für Ihr Kind

Auch wenn Sie mit Ihrem Kind den Schulweg schon vor Schulstart intensiv trainiert haben und Ihr Kind sich sicher im Verkehr bewegt, gehören Kinder in jedem Fall zu den am stärksten gefährdeten Verkehrsteilnehmern. Zwar ist Ihr Kind über die gesetzliche Unfallversicherung abgesichert, allerdings greift diese Absicherung nur unter bestimmten Voraussetzungen.

Zu bedenken ist zum einen, dass die gesetzliche Unfallversicherung nur dann zahlt, wenn Ihr Kind durch einen Unfall in der Schule oder auf dem direkten Schulweg dauerhaft verletzt wird. Sobald Ihr Kind von dem eigentlichen Schulweg abweicht, greift der Versicherungsschutz der gesetzlichen Unfallversicherung nicht mehr. Mehr als 70 Prozent aller Unfälle ereignen sich aber nicht in der Schule oder auf dem Schulweg, sondern in der Freizeit. Diese Freizeitunfälle sind über die gesetzliche Unfallversicherung nicht abgedeckt. Hinzu kommt, dass die Zahlungen nur unzureichend sind. Diese Lücke können Sie mit einer privaten Unfallversicherung schließen. Sie zahlt bei jedem Unfall, egal ob auf dem Schulweg oder beim Toben auf dem Spielplatz. Über die genauen Konditionen und Leistungen können Sie sich bei der jeweiligen Versicherung informieren.

Schutz vor hohen Sachschäden

Ebenso wichtig wie die Unfallversicherung ist auch eine Haftpflichtversicherung. Damit ist Ihre Familie vor Schadensersatzansprüchen geschützt.

Wie schnell ist es passiert: Beim Fußballspielen schießt Ihr Sohn den Ball in die Wohnzimmerscheibe des Nachbarn oder Ihre Tochter fährt mit dem Fahrrad gegen das Auto des Nachbarn. Ohne Haftpflichtversicherung müssten Sie jetzt selbst für den entstandenen Schaden aufkommen, denn ab dem siebten Lebensjahr ist ein Kind schadensersatzpflichtig. In diesem Fall springt die Haftpflichtversicherung ein. Sie trägt beispielsweise die Reparatur oder Wiederbeschaffungskosten, übernimmt das Schmerzensgeld oder gar die Zahlung des Verdienstausfalls bis hin zur Rente für den Geschädigten. Der Risikoschutz gilt sowohl für die Eltern als Aufsichtspflichtige über eigene oder fremde Kinder als auch für die Kinder selbst.

TIPP

Der Begriff Teilhabe bedeutet nach einer Definition der Weltgesundheitsorganisation (WHO) das „Einbezogensein in eine Lebenssituation". Hierbei geht es darum, Menschen aktiv zu unterstützen, damit diese am gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Leben teilnehmen können. Hier sind sowohl Menschen mit Behinderung als auch mit Migrationshintergrund oder aus schwierigen sozialen Verhältnissen gemeint. Um beispielsweise Familien mit wenig Einkommen bei der Finanzierung der Ausbildung ihrer Kinder zu unterstützen und somit zu gewährleisten, dass die Kinder am gesellschaftlichen Leben teilnehmen können, werden finanzielle Hilfen angeboten.

Seit März 2011 kann dieses Bildungspaket beantragt werden. Allerdings können auch rückwirkend Ansprüche geltend gemacht werden. Anspruch auf finanzielle Unterstützung haben Kinder und Jugendliche aus Familien, die ALG II, Sozialgeld, SGB-XII-Leistungen, Kinderzuschläge oder Wohngeld beziehen. Kinder und Jugendliche werden bis zum 25. Lebensjahr gefördert – einzige Ausnahme sind Leistungen für Kultur, Sport und Freizeit, da hier die Altersgrenze bei 18 Jahren liegt. Bezahlt werden beispielsweise Schulausflüge, Nachhilfeleistungen, Kosten für Beförderungsmittel, Mittagessen, aber auch Beiträge für Schwimmkurse oder Vereinssport.

Was Ihr Kind für die Schule braucht

Kinderbekleidung

Schon für Kinder im Grundschulalter gibt es eine enorme Auswahl an modischen Kleidungsstücken. Sie werden feststellen, dass Ihr Kind im Umgang mit Gleichaltrigen sehr schnell ein Modebewusstsein entwickelt und nicht mehr alles gern anzieht, was Sie als Eltern für richtig halten. Trotzdem sollten Sie unbedingt auf die Funktionalität der Kleidung achten.

Auch wenn Sie das Verhalten im Verkehr mit Ihrem Kind eingehend geübt haben, kann es dieses im Eifer des Spiels sehr schnell vergessen. Da ist es umso wichtiger, dass das Kind durch auffällige Kleidung von anderen Verkehrsteilnehmern deutlich wahrgenommen werden kann. Vermeiden Sie daher dunkle Kleidungsstücke und bestehen Sie auf reflektierende Streifen oder Aufnäher, die die Sicherheit enorm erhöhen. Natürlich sollte die Kleidung Ihres Kindes auch der Jahreszeit entsprechend ausgewählt werden. Im Winter und den Übergangszeiten empfiehlt es sich, das Kind nach dem „Zwiebelprinzip" zu kleiden. Durch übereinandergeschichtete Lagen kann sich das Kind entscheiden, eine Jacke oder einen Pulli auszuziehen, wenn es ihm zu warm wird. Im besten Fall trägt das Kind beim Spielen im Freien wasserfeste Kleidung, falls es von ein paar Regentropfen überrascht wird.

Schulsport: Turnschuhe und -kleidung

Gerade der Schulsport ist für die Kleinen besonders wichtig: Hier können sie endlich herumtoben und springen, ihrem natürlichen Bewegungsdrang nachgehen und sich einen Ausgleich zum Stillsitzen im Klassenzimmer verschaffen. Deshalb ist gerade hier auf qualitativ hochwertige und funktionelle Kleidung zu achten. Die Kleidung sollte Ihrem Kind genügend Bewegungsfreiheit bieten, aber dennoch nicht zu weit sein, damit mögliche Unfälle verhindert werden können. Bevorzugen Sie atmungsaktive Materialien, die für Ihr Kind angenehm zu tragen sind und Nässe schnell abgeben. Sicher transportiert und aufbewahrt wird die Sportausrüstung in einem eigenen Turnbeutel.

Lassen Sie sich in einem Fachgeschäft über die richtigen Sportschuhe für Ihr Kind beraten und informieren Sie sich über die vielfältigen Funktionen und Vorteile.

Bedenken Sie auch, dass in den meisten Schulen unterschiedliche Schuhe für Halle und Freisportanlage gefordert werden.

TIPP

Wichtig ist auch, dass sich Ihr Kind ohne Probleme selbstständig an- und ausziehen kann. Falls Ihr Kind beispielsweise Probleme hat, eine Schleife zu binden, ist es sinnvoller, Slipper oder Schuhe mit Klettverschlüssen zu kaufen.

Vorsicht:
Alle Arten von Schmuck sind beim Sport hinderlich und sogar gefährlich! Am besten nehmen Sie Ihrem Kind am Tag des Sportunterrichts vorsorglich Ketten, Armbänder, Uhren und vor allem Ohrringe schon zu Hause ab.

Der richtige Schulranzen

Kommen wir nun zu dem Thema, das die Schulanfänger ganz besonders stark beschäftigt: dem Schulranzen. Bestimmt können Sie schon an keinem Fachgeschäft für Schulbedarf mehr vorbeigehen, ohne dass Ihr Kind Sie drängt, endlich seinen Schulranzen zu kaufen. Und mit Recht sollten Sie auf diesen großen Wert legen, denn schließlich wird er zum ständigen Begleiter Ihres Kindes.
Folgende Hinweise sollten Sie unbedingt beachten:

- Beziehen Sie Ihr Kind in den Kauf mit ein oder fragen Sie es nach seinen Vorlieben. Im besten Fall sollte das Kind den Schulranzen vorher anprobieren.
- Nehmen Sie sich genügend Zeit beim Einkauf und vergleichen Sie in Ruhe Preis und Qualität. Der Schulranzen sollte in jedem Fall das TÜV-Siegel / den Normaufkleber tragen und der DIN-58124-Norm entsprechen.
- Auffällige Farben wie Gelb und Orange sowie reflektierende Leuchtstreifen sind besonders wichtig, weil sie bei Dunkelheit schützen.
- Wählen Sie ein Modell mit geringem Eigengewicht. Mit Inhalt sollte der Schulranzen nicht mehr als zehn Prozent des Körpergewichts Ihres Kindes betragen. Überprüfen Sie auch während der Schulzeit das Gewicht immer wieder und entrümpeln Sie unnötigen Ballast.

Weitere wertvolle Tipps finden Sie im Schulranzentest der Stiftung Warentest unter www.test.de.

Das Taschenhaus-Stütz GmbH
Weinsberger Str. 17/1
74072 Heilbronn
T: 0 71 31 / 94 20 27
Mo. bis Fr. 9-18 h, Sa. 10-16 h
www.dasTaschenhaus.de
ergobag
www.ergobag.de

DAS TASCHENHAUS
LUFTSPRÜNGE GARANTIERT
Schulrucksäcke zum Abheben
FÜR DIE 1.-4. KLASSE

© COLOURBOX.DE

Vorsicht:
Zu hohes Gewicht und falsche Tragegewohnheiten können auf Dauer schwere Schäden an der Wirbelsäule hervorrufen. Überprüfen Sie deshalb regelmäßig den Inhalt und die Einstellung der Tragegurte. Empfehlenswert sind die rückenfreundlichen, ergonomisch geformten Schulranzen, die sich optimal dem Körper des Kindes anpassen.

Der Arbeitsplatz Ihres Kindes

Mit der Schule kommen bald die ersten Hausaufgaben. Auch wenn Ihr Kind anfangs seine Hausarbeiten lieber in der Nähe einer Bezugsperson, zum Beispiel am Küchentisch, erledigen will, sollten Sie ihm zu Hause eine Rückzugsmöglichkeit an einem ruhigen Ort bieten, wo es ungestört und konzentriert arbeiten kann.
Meist wird der Schreibtisch im Kinderzimmer aufgestellt, wobei darauf zu achten ist, dass Ihr Kind immer noch genügend Platz zum Spielen und Herumtollen hat. Denn das Spielen steht bei einem Erstklässler immer noch an erster Stelle und das wird sich auch nicht so schnell ändern. Wenn Sie einen Schreibtisch anschaffen, sollten dieser einige Kriterien unbedingt erfüllen. Der Tisch sollte in der Höhe verstellbar sein, damit er dem schnell wachsenden Kind gut angepasst werden kann. Wichtig ist auch, dass die Tischplatte neigbar ist, um Ihrem Kind das erste Lesen und Schreiben zu erleichtern und eine gebückte Sitzhaltung zu verhindern. Um dem Alltag Ihres Kindes standzuhalten, sollte der Tisch auf jeden Fall praktisch und robust sein – so ist es nämlich auch kein Problem, wenn mal ein bisschen Farbe daneben geht. Bei der Wahl des richtigen Stuhls ist zu berücksichtigen, dass er ebenfalls höhenverstellbar und mit Rollen und einer federnden Rückenlehne ausgestattet ist. Mit dem richtigen Schreibtisch ermöglichen Sie Ihrem Kind, konzentriert und entspannt – und dadurch auch mit mehr Spaß – seine Hausaufgaben zu erledigen. Und obendrein bewahren Sie es somit vor ernst zu nehmenden Haltungsschäden.

TIPP

So sitzt Ihr Kind richtig!
– Die Sitzfläche des Stuhles sollte auf Kniehöhe eingestellt werden, sodass die Beine Ihres Kindes im Sitzen einen Winkel von 90 Grad bilden.
– Die Höhe der Tischplatte ist richtig angepasst, wenn Ihr Kind seine Ellenbogen im Sitzen locker ablegen kann.
– Kontrollieren Sie die Einstellungen in regelmäßigen Abständen, ob sie noch der Größe Ihres Kindes entsprechen.

Stifte und Mäppchen

Hier sollten Sie nicht nach dem Motto „Je mehr, desto besser“ verfahren, sondern genau überlegen, was sinnvoll ist. Besser geeignet als Doppeldeckermäppchen sind einstöckige Mäppchen, da sie weniger Platz einnehmen. Sie reichen zudem völlig aus, um alle erforderlichen Utensilien unterzubringen. Wie das Mäppchen ausgestattet sein muss, er fahren Sie zu Schulbeginn von den Klassenlehrer(inne)n. Versuchen Sie dabei mehr Wert auf Qualität als auf Quantität zu legen. Bei Buntstiften empfiehlt sich beispielsweise die extra dicke Variante, weil sie für Kinder in der Handhabung einfacher sind und mehr Freude beim Malen bereiten. Zusätzlich ist ein sogenanntes Schlampermäppchen nützlich, um weitere Hilfsmittel wie Schere, Kleber und Spitzer unterzubringen. Überlegen Sie auch später beim Kauf von Schreibwaren, ob sie in einer umweltfreundlichen Variante erhältlich sind. So schulen Sie Ihr Kind im Umweltschutz und geben ihm das Gefühl, selbst einen Beitrag geleistet zu haben.

Linkshänder? So geht´s leichter!

Das Wissen, dass man Linkshänder nicht umerziehen soll, ist mittlerweile Allgemeingut. Allerdings haben es Linkshänder nicht immer leicht. Scheren, Stifte oder Hefte, die für Rechtshänder konzipiert sind, machen ihnen das Leben schwer. Linkshändigkeit bedeutet für Eltern und Kinder deswegen, dass sie sich mit speziellen Materialien ausstatten müssen. Längst gibt es Füller für Linkshänder beziehungsweise Füller, die sowohl für Rechtshänder als auch für Linkshänder geeignet sind. Daneben bietet der Fachhandel spezielle Linkshänder Schulartikel an. Diese machen nicht nur das Leben und Lernen leichter, sie unterstützen auch den natürlichen Bewegungsablauf der Linkshänder. So haben z. B. Collegeblöcke mit Kopfspirale den Vorteil, dass die Kinder nicht mehr durch die links angebrachte Spirale beim Schreiben behindert werden. Spitzer verfügen über Messer in anderer Drehrichtung und bei Scheren sind die Klingen genau andersherum angebracht.

Auch die übrige Lernumgebung sollte dem Linkshänder angepasst sein: So empfiehlt es sich, dass Linkshänder in der Schule links außen oder neben einem anderen Linkshänder sitzen, damit sich die Nachbarn nicht mit den hantierenden Armen in die Quere kommen. Die Computermaus (mit umgepolter Tastenbelegung) sollte links neben der Tastatur liegen.

© hol69 / stock.adobe.com

Jetzt geht's los – der erste Schultag

Ein ganz besonderer Tag

Für Eltern und Kinder ist der erste Schultag – nach dem ersten Kindergartentag – ein außergewöhnlich spannender Tag. Alle Beteiligten sind sehr aufgeregt und voller Erwartungen. Schon einige Zeit vorher überlegen sich die Eltern, wie sie diesen Tag gebührend feiern könnten. Die ganze Familie – oft auch Großeltern oder Paten – nehmen an diesem besonderen Tag teil.

Die Einschulungsfeier gestaltet jede Grundschule individuell. Meist versammeln sich die Eltern und Kinder in der Aula oder Turnhalle. Häufig haben die vorherigen Erstklässler ein kleines Willkommensprogramm vorbereitet. Nach dieser kleinen Feier erfahren die Kinder, in welche Klasse sie von nun an gehen werden. Dann sehen Kinder und Eltern zum ersten Mal das Klassenzimmer. Bereits nach einer Stunde – in der die Kinder oft eine kleine Malaufgabe lösen dürfen – können die Eltern ihre Sprösslinge wieder von der Schule abholen. Danach liegt es in der Hand der Eltern, einen geruhsamen, einen ereignisreichen oder einen feierlichen Tag für die Schulanfängerin / den Schulanfänger und die Familie zu gestalten. Was dabei sicher nicht fehlen darf, sind Erinnerungsfotos dieses besonderen Tages.

Die Schultüte und was sie in sich birgt

Schon bei den Römern versuchte man, den Kindern den Schuleintritt mit Honigplätzchen zu versüßen. Und der Brauch, spitze Zuckertüten zu verschenken, ist schon seit Ende des 18. Jahrhunderts dokumentiert. In ländlichen Gegenden war es üblich, den Kindern eine große selbst gebackene Brezel mit auf den neuen Lebensweg zu geben.
Im 20. Jahrhundert wurde die Schultüte so, wie wir sie heute kennen, populär und ist seither nicht mehr wegzudenken.

Traditionsgemäß soll die Schultüte eine Belohnung und ein besonderer Anreiz für den ersten Schultag sein. Schultüten gibt es in fast jedem Kaufhaus und in allen Papierwarenläden zu kaufen. In vielen Kindergärten entwickelt sich trotzdem ein anderer Trend: Oft stecken die Eltern sehr viel Liebe und Zeit in ein individuell gestaltetes Unikat, das noch lange nach dem ersten Schultag einen Ehrenplatz behält.

Nun wäre da noch die Frage nach dem Inhalt der Schultüte. Immer mehr Eltern verzichten auf Schultüten, die vor lauter Süßigkeiten aus allen Nähten quillen. Der Inhalt besteht nun häufiger aus einer Mischung von (gesunden) Süßigkeiten oder Obst, kleinen Schulutensilien oder Spielsachen. Wichtig: Nach dem Motto „Weniger ist oft mehr" soll das Kind nicht mit Geschenken überhäuft werden.

Beliebt und geeignet sind: Schreib- oder Buntstifte, ein Konzentrationsspiel, ein Mal- oder Bilderbuch, ein T-Shirt oder anderes Wunschkleidungsstück , Lego- oder Playmobilpäckchen, ein bis zwei Holzwürfel (später kann man damit Rechenaufgaben besser veranschaulichen), Hörspielkassetten, eine hübsche Brotdose oder Trinkflasche, eine Lieblingssüßigkeit Ihres Kindes, ein Gutschein für einen Ausflug (zum Beispiel in den Zoo). Als Füllmaterial für die Tütenspitze kann man entweder Zeitungspapier oder eine Tüte Popcorn verwenden.

TIPP

Basteln Sie gemeinsam mit Ihrem Kind eine Schultüte. Schenken Sie statt Süßigkeiten lieber Dinge mit Bezug zur Schule. So hält die Freude länger an.

© Pressmaster / Fotolia

Der Alltag in der Grundschule

Was erwartet mein Kind in der Grundschule?

Zunächst einmal lernt ein Kind in der Grundschule, was auch Sie als Eltern dort schon lernten: die Grundlagen des Rechnens, Schreibens, Lesens. Aber auch emotionale wie soziale Kompetenzen, das Leben in der Gemeinschaft also, sollen in der Grundschule vermittelt werden – auch wenn dies nicht explizit im Stundenplan als Fach auftaucht. Ebenso soll der Unterricht ästhetische, kulturelle und religiöse Aspekte umfassen. Gemeint sind damit erste Erfahrungen auf kreativem oder künstlerischem Gebiet, etwa beim Malen oder Zeichnen, aber auch Religionsunterricht und Begegnungen mit fremden Kulturen.

Wann lernt es welche Fremdsprache?

Seit einigen Jahren werden auch in der Grundschule bereits Fremdsprachen unterrichtet. Dahinter steht die Erkenntnis, dass Kinder künftig in eine mehrsprachige Welt hineinwachsen: Das Zusammenleben mit Zuwanderern, aber auch die zunehmende Mobilität innerhalb der Europäischen Union sowie die wachsenden internationalen Kontakte und Kooperationen, die Arbeitgeber pflegen, machen es notwendig, neben der Muttersprache noch weitere Sprachen fließend zu beherrschen. Nach Ansicht der Kultusministerien soll schon in der Grundschule damit begonnen werden, diese zu erlernen. In der Regel wird mit Englisch begonnen.

TIPP

Beginn des Fremdsprachenunterrichts
In Baden-Württemberg wird bereits in der 1. Klasse mit dem Fremdsprachenunterricht begonnen.

Ab wann erhält mein Kind Schulnoten?

Über die Notwendigkeit klassischer Ziffernoten von eins bis sechs in der Grundschule diskutieren Eltern, Lehrer und Kultusministerien seit Jahren. Üblich ist nach wie vor, im ersten Grundschuljahr noch keine Noten zu vergeben, bisweilen wird dies auch in der zweiten Klasse noch so praktiziert. Stattdessen erhalten die Kinder so genannte „Berichtszeugnisse“, die den Leistungsstand, den Lernfortschritt und den Förderbedarf des Kindes beurteilen. Da deren Form frei ist, können diese in Stil und Umfang von Schule zu Schule, sogar von Lehrkraft zu Lehrkraft stark variieren.
Ab der 3. Klasse wird dann „klassisch“ benotet, die Schüler erhalten Halbjahres- und Jahreszeugnisse, die auch über die Versetzung entscheiden. In Montessorischulen gibt es bis zur 8. Klasse keine Noten, in Waldorfschulen sogar bis zur Jahrgangsstufe 10.

TIPP

Modellversuch: Keine Ziffernoten bis zur 4. Klasse
In Baden-Württemberg ist 2013 an zehn Grundschulen ein vierjähriger Modellversuch gestartet worden, bei dem bis zum Abschluss der 4. Klasse keine Noten vergeben werden.

Wie lange darf mein Kind für Hausaufgaben brauchen?

In der 1. Klasse der Grundschule sollten sich Hausaufgaben nach Ansicht erfahrener Schulpsychologen in 30 Minuten erledigen lassen. Ab der 2. Klasse können diese auch mal 45 Minuten in Anspruch nehmen – vorausgesetzt, dass das Kind einigermaßen konzentriert bei der Sache ist und nicht trödelt. Sind die Hausaufgaben nicht annähernd in der vorgesehenen Zeit zu schaffen, sollten Sie den Kontakt zur Schule suchen, um die Gründe zu klären. Problematisch ist das Bemessen der Hausaufgaben bei Kindern, die Ganztagsschulen besuchen. An den meisten Schulen ist es üblich, keine Hausaufgaben zu erteilen, wenn Schüler auch nachmittags unterrichtet werden. Geschieht dies dennoch, sollten Sie auch hier das Gespräch mit den Lehrern suchen.

Alle aktuellen Informationen zur Übertrittsregelung gibt´s unter http://www.kultusministerium.hessen.de » Schule » Grundschule » Übergänge

Betreuungsmöglichkeiten

Wenn Sie berufstätig sind und Ihr Kind bisher bei einer Tagesmutter, Bekannten oder in einer Kindertagesstätte gut versorgt wussten, dann sollten Sie sich rechtzeitig Gedanken über die zukünftige Unterbringung Ihres Kindes vor und nach dem Schulbesuch machen.

Für die Morgenbetreuung vor der regulären Schulzeit stehen bei Bedarf ab 07.30 Uhr Lehrkräfte zur Verfügung. Diese Aufsicht wird von der Schule organisiert und kostet Sie kein Geld.

Die meisten Schulen bieten die sogenannte Mittagsbetreuung bis etwa 14.30 Uhr an. Über die jeweiligen Kosten und Leistungen werden Sie bei der Schuleinschreibung genauer informiert.

Für eventuell auftretende Lücken in der Betreuung sollten Sie unbedingt vorsorgen.

AWO

Arbeiterwohlfahrt
Kreisverband Heilbronn e.V.
Wilhelmstraße 27
74072 Heilbronn

Tel.: 07131/89930-30
Fax: 07131/89930-01
info@awo-heilbronn.org
www.awo-heilbronn.org

Soziale Dienste:

- Heilpädagogische Hilfen
- Kindergarten- und Schulbegleitung
- Haushalts- und Familienhilfen

Übrigens:

Wir haben noch freie Plätze für FSJ und BFD (Bundesfreiwilligendienst).

Stadt Widdern

Widdern an der Jagst

Wir bieten Ihnen zwei Kindergärten, für die Betreuung ab Vollendung des 1. Lebensjahres bis zum Schulantritt, mit verschiedenen Öffnungszeiten. In unserer Grundschule können Sie Ihre Kinder außerhalb des Unterrichts im Rahmen der Hort- und Ganztagsbetreuung und verlässlichen Grundschule anmelden.

Außerdem bieten wir Bauplätze in verschiedenen Baugebieten zu günstigen Konditionen an.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann melden Sie sich:

Stadt Widdern
Keltergasse 5
74259 Widdern
Tel.: 06298/ 92 47 0
www.widdern.de

© BlueOrangeStudio / Fotolia

TIPP

Die Aufsichtspflicht der Lehrkräfte umfasst den Zeitraum 15 Minuten vor Unterrichtsbeginn und während der Pausen. Sie endet dann, wenn Ihr Kind das Schulgelände verlässt.

Wenn Sie ganztags berufstätig sind, sollten Sie sich schon ein halbes Jahr vor Beendigung der Kindergartenzeit nach einem geeigneten Betreuungsplatz für Ihr Kind umschauen. In Mittagsbetreuungseinrichtungen und offenen Ganztagsschulen wird Ihr Kind außerhalb der Schulstunden betreut, es kann darüber hinaus an der Hausaufgabenbetreuung, am Mittagessen und an Freizeitaktivitäten mit gleichaltrigen Kindern teilnehmen. Vor allem die Ferienzeit ist in den meisten Einrichtungen bis auf drei Wochen im Sommer vollständig abgedeckt. In den Ferienzeiten werden in vielen Einrichtungen besondere Projekte oder Ausflüge angeboten. Die Gebühren richten sich in der Regel nach dem Betreuungsumfang.

Es gibt auch noch andere Betreuungsmöglichkeiten: zum Beispiel durch eine Tagesmutter oder indem sich zwei oder mehr Elternteile die Betreuung gemeinsam teilen. Diese Form wird meistens von Eltern gewählt, die nur wenige Stunden in der Woche arbeiten.

Lust auf Zukunft
Wolf-von-Gemmingen-Schule
Gemmingen mit Ortsteil Stebbach

Die Gemeinde Gemmingen verfügt mit der Wolf-von-Gemmingen-Schule über eine moderne Grund- und Werkrealschule, die auf eine enge Vernetzung mit dem Gemeindeleben und dem wirtschaftlichen Umfeld setzt. Im Rahmen der berufsorientierten Ganztagsschule wird ein integriertes Konzept in enger Kooperation mit Berufsfachschulen verwirklicht, das wirtschaftliches Alltagshandeln als Bildungsschwerpunkt praktiziert.

Sie haben Interesse? Dann informieren Sie sich:
Wolf-von-Gemmingen-Schule · Massenbacher Weg 11 · 75050 Gemmingen · Tel. 07267/91991-0

Unsere Betreuungsangebote für Kinder und Jugendliche

- 6 Ganztageskindertagesstätten und 6 Krippen mit Betreuungszeiten von 6, 8 und 10 h.
- 1 flexible Kinderbetreuungsgruppe stundenweise buchbar
- 2 Grundschulen als offene Ganztagesschulen
- 1 Gemeinschaftsschule
- Schulsozialarbeit
- MÜHLE Familienzentrum mit offener Jugendarbeit, Ferienbetreuung und freizeitpädagogischen Angeboten
- Jugendmusikschule, Bücherei, Museum „Altes Rathaus“
- Bikepark, Skateranlage sowie großes Vereinsangebot

die LEINGARTEN zu leben

Haben Sie Interesse?
Dann informieren Sie sich:
Bürgermeisteramt Leingarten
Heilbronner Str. 38 · 74211 Leingarten
Telefon 07131 / 4061-0
www.leingarten.de

Schulberatung

Für jede Schule stehen unterschiedliche Beratungsdienste zur Verfügung, die in Absprache mit den Klassenleitern und den Schulleitungen genutzt werden sollten. Gut ausgebildete Beratungslehrer(innen) stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite. Die Sprechstunden erfragen Sie am besten im Sekretariat oder bei der Klassenleiterin / beim Klassenleiter. Beratungslehrer(innen) sind zuständig bei Lernschwierigkeiten und Mobbing, Verhaltensauffälligkeiten, frühzeitiger Schulaufnahme, Zurückstellung, Tests usw.

In jedem Schulamtsbereich gibt es einen Schulpsychologen, der sich um psychische und psychosomatische Auffälligkeiten wie zum Beispiel Versagensängste, Verhaltensabweichungen und Legasthenie kümmert.

Ganztagsangebote in der Grundschule

Bereits vor der gesetzlichen Regelung durch die Novelle des Schulgesetzes zur Ganztagsgrundschule im Jahr 2015 sind aufgrund der Nachfrage von Eltern an vielen Grundschulen vielfältige Angebote einer über die reine Unterrichtszeit hinausgehenden Betreuung entstanden. Vielfach sind dabei auch noch Zusatzangebote für die Schulferien buchbar.

Derzeit gibt es neben den (kostenfreien) Ganztagsgrundschulen nach dem Landesmodell auch qualifizierte, passgenaue kommunale Betreuungsangebote (teilweise kostenpflichtig) an vielen weiteren Grundschulen. Auch die frühere „verlässliche Grundschule“ (Stichwort „von acht bis eins“) ist inzwischen flächendeckend ausgebaut.

Es ist zu erwarten, dass sich in den nächsten Jahren viele weitere Grundschulen auf das sogenannte Landeskonzept umstellen, das die Ganztagsschulen mit einer höheren Lehrerzuweisung auf eine solide Grundlage stellen soll.

Wenn Sie für Ihr Kind ein Ganztagsangebot suchen, empfiehlt sich folgendes Vorgehen:

Die Schulanmeldung erfolgt bei Schulbeginn ohnehin wie bisher zunächst an der Grundschule, in deren Einzugsbereich das Kind wohnt. Sofern diese (nächstgelegene Schule) den von den Eltern gewünschten Umfang mit ihrem Angebot nicht darstellen kann, besteht die Möglichkeit, mit einem Schulbezirkswechsel an eine nahegelegene Schule mit einem passenderen Angebot zu wechseln. Die Abdeckung des kindlichen Förderbedarfs unter Berücksichtigung der familiären Situation ist ein wichtiger Grund im Sinne des Schulgesetzes und der Wechsel dürfte ohne größere Schwierigkeiten möglich sein. Ein Hinderungsgrund könnte allenfalls sein, dass die von den Eltern gewünschte Zielschule bereits überfüllt ist und deshalb nicht mehr aufnehmen kann.

Wenn die Eltern auch mit Hilfe der örtlichen Schulleitung keine passende Lösung finden, hilft auch noch eine Anfrage beim Staatlichen Schulamt.

Junge Wohngemeinde mit eigenem Charakter und Charme

Untereisesheim
am Neckar zu Hause

- vielfältiges Vereinsangebot
- Grundschule mit offenem Ganztagsschulkonzept (Mo / Di / Do je 8.00 – 15.00 Uhr) und Mensaangebot
- flexible Schulkindbetreuung 7.00 – 8.00 Uhr und 15.00 – 17.00 Uhr, Mi 12.00 – 17.00 Uhr, Fr 12.00 – 15.00 Uhr
- 2 Kindergärten mit 150 VÖ-Plätzen Ü3, 10 GT-Plätze Ü3 und 30 Krippenplätze

Informationen zur Schule erhalten Sie bei der Schulleiterin Frau Uta Peters, Fon: 07132 / 44380, Mail: info@gs-untereisesheim.de

Kontakt Rathaus Untereisesheim – Fon: 07132 / 9974-23

Homepage: www.untereisesheim.de

„Die Stadt Schwaigern verfügt in der Kernstadt und in den Stadtteilen Massenbach und Stetten über gut aufgestellte, moderne Grundschulen.

Die Grundschule Schwaigern wird seit dem Schuljahr 2016/17 als Ganztagsschule mit Mensabetrieb geführt.

Darüber hinaus ist Schwaigern Schulstandort eines Sonderpädagogischen Beratungs- und Bildungszentrums.

Als weiterführende Schule gibt es in der Kernstadt die Leintalschule als Gemeinschaftsschule im Schulverbund mit der seitherigen Realschule.

Die Gemeinschaftsschule ist eine Schule im Ganztagesbetrieb. Hierzu wurde im April 2017 eine neue Mensa mit integrierten Ganztagesräumen fertiggestellt und eingeweiht. Weitere Angebote im Bereich der Ganztages- und Kernzeitbetreuung sind vorhanden.

Wein und mehr.
Stadt Schwaigern

Weitere Informationen erteilt gerne:

Stadtverwaltung
Marktstraße 2
74193 Schwaigern
Telefon: 07138/21-0
Fax: 07138/21-13

E-Mail: a.kohl@schwaigern.de
Internet: www.schwaigern.de

© Fa. HenseDesign / Fotolia

Die Gesundheit Ihres Kindes

Die richtige Ernährung

Ihr Kind befindet sich gerade mitten im Wachstum und soll jeden Tag Großes leisten, da ist eine gesunde Ernährung Voraussetzung. Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Kost, zusammengesetzt aus den wichtigsten Nährstoffen wie Kohlenhydraten, Ballaststoffen, Vitaminen, Mineralien und Wasser, hält Ihr Kind fit und aktiv. An erster Stelle steht am Morgen das Frühstück – die wichtigste Mahlzeit des Tages. Es muss nicht groß sein, aber Sie sollten darauf achten, dass Ihr Kind jeden Tag ein wenig isst, bevor es in den Unterricht geht. Studien haben belegt, dass sich Kinder, die morgens nichts zu sich genommen haben, im Unterricht viel weniger konzentrieren können als andere, die etwas gegessen haben. Gehen Sie dabei als gutes Vorbild voran – Ihr Kind orientiert sich an Ihrem Verhalten. Ein Frühstück mit Milch oder Kakao, einem Käsebrot oder Müsli gibt genügend Energie für die ersten Schulstunden.

INFO

Wussten Sie, wie viel Kalzium Ihr Kind täglich braucht? Vier- bis Sechsjährige sollten 700 Milligramm, Sieben- bis Neunjährige rund 900 Milligramm und Zehn- bis Zwölf-Jährige 1.100 Milligramm am Tag zu sich nehmen. Kalziumreiche Ernährung sowie körperliche Bewegung stärken die Knochen Ihres Kindes. Kalziumhaltige Lebensmittel sind Milch, Käse und Joghurt.

TIPP

Fast alle Schulranzen haben getrennt vom Hauptfach noch ein Extrafach in der Ranzenfront. Dort kann man die Trinkflasche deponieren. Den Reißverschluss zieht man dann bis zu der herausragenden Flasche zu. So kann auch einmal etwas danebengehen, ohne dass die Hefte beschmutzt werden.

Auch in der Pause sollte es einen schmackhaften, aber gesunden Snack geben. Bedenken Sie, dass das Auge mitisst: Je bunter und attraktiver die Speise erscheint, desto lieber essen es die Kleinen. Geben Sie Ihrem Kind das Gemüse und Obst als „Fingerfood" mit oder bereiten Sie ihm leckere kleine Vollkornhäppchen zu, dann werden auch die gesunden Mahlzeiten gern gegessen. Eine Portion Milch am Tag sollte nicht fehlen. Denn es gilt: Milch drin, gut drauf! Sie ist ein wichtiger Lieferant von Vitaminen, Mineralstoffen und vor allem Kalzium. Damit erhält Ihr Kind einen großen Teil seines Tagesbedarfs an Nährstoffen. Auch sollten Sie dafür sorgen, dass Ihr Kind immer ausreichend Flüssigkeit zu sich nimmt. Das steigert Leistungsfähigkeit und Konzentration. Jedoch sollten es auch die richtigen Getränke sein, denn süßer Sprudel und andere Mixgetränke sind hier nicht gemeint. Im besten Fall geben Sie Ihrem Kind Wasser zu trinken, aber auch Fruchtsaftschorlen oder Teegetränke sind gute Durstlöscher und bei Kindern gern gesehen.

Zu empfehlen ist, sich eine Trinkflasche und eine große, gut verschließbare Brotzeitdose anzuschaffen. So kann das Essen sicher transportiert und im Schulranzen aufbewahrt werden. Außerdem tragen Sie mit dieser Art der Verpackung zum Umweltschutz bei und können eine Menge Müll vermeiden.

Sieht mein Kind wirklich gut?

Die Schule hat gerade begonnen und Sie stellen fest, dass Ihr Kind schon jetzt Probleme hat, den Stoff aufzunehmen und seine Aufgaben zu erledigen. Keine Panik – sehr wahrscheinlich liegt das nicht an den Fähigkeiten Ihres Kindes. Lernschwächen können

Audi BKK

Gesundheit? Mit uns ein Kinderspiel.

› Spezielle **Versorgungsverträge** für Kinder (z. B. bei ADHS, Übergewicht)
› **Ernährungsberatung** für Kinder (z. B. bei Allergien)
› Erweitertes Vorsorgeprogramm „**Starke Kids**“
› **Kindergesundheitsportal** mit Expertentipps und vielen Informationen rund um Bewegung, Ernährung und Psyche

Gern beantworten wir all Ihre Fragen. Kommen Sie doch einfach in unseren Service-Centern vorbei!

Service-Center Neckarsulm
NSU-Straße 1 und Bahnhofplatz 2
74172 Neckarsulm
Tel. 07132 9994-0

www.audibkk.de

Gesundheit für die Jüngsten unter uns – mit der Audi BKK ein Kinderspiel

Angefangen bei der Nachwuchsplanung, über die Schwangerschaft bis hin zum Tag, an dem die Kinder das Haus verlassen: Die Audi BKK bietet für alle Lebensphasen interessante Angebote, Ratgeber und Informationen für Eltern und Kinder. Je früher Gesundheitsprobleme erkannt und behandelt werden, desto größer sind die Heilungschancen. Die Audi BKK fördert daher in jedem Kindesalter die frühzeitige Erkennung durch die Übernahme der Kosten von verschiedenen Vorsorgeleistungen. Außerdem werden spezielle Versorgungsprogramme, wie zum Beispiel bei ADHS und Übergewicht angeboten. Hierzu gehören auch die individuelle Ernährungsberatung und ein erweitertes Vorsorgeprogramm „Starke Kids“. Das eigene Gesundheitsportal mit Expertentipps und Informationen rund um Bewegung, Ernährung und Psyche steht den Versicherten jederzeit kostenfrei unter www.audibkk.de/gesund-leben zur Verfügung.

Gerade neu hinzugekommen ist das Angebot einer kostenlosen webbasierten Simulationstherapie als Ergänzung zur Okklusionstherapie (Abkleben des starken Auges) für Kinder zwischen vier und zwölf Jahren mit einer funktionellen Sehschwäche, der sogenannten Amblyopie. Denn rund 70 Prozent aller Sinneseindrücke nehmen wir über die Augen wahr. Besonders Kinder sind auf ihre „Fenster zur Welt“ angewiesen. Sehen ist die Basis zum Erlernen weiterer Fähigkeiten. Umso wichtiger ist es daher, die Augengesundheit unserer Kleinen im Blick zu behalten und Schwächen frühzeitig zu behandeln. Eine dieser Schwächen ist die sogenannte Amblyopie, unter der rund vier bis sechs Prozent aller Kinder leiden. Es handelt sich um eine funktionelle Sehschwäche, die entsteht, wenn die Augen dem Gehirn zwei ungleich scharfe Bilder liefern. Die Folge: Das Gehirn konzentriert sich auf das starke Auge und vernachlässigt das Schwächere. Mit dem Therapieprogramm „Spielend besser sehen!“ unterstützen wir Sie und Ihr Kind darin, einer Amblyopie gezielt entgegenzuwirken. Auf spielerische Art trainiert Ihr Kind sein Sehzentrum und verbessert damit seine Sehfähigkeit – ganz bequem zuhause am Computer und als Ergänzung zum Therapieprogramm.

Gern beantworten wir all Ihre Fragen. Kommen Sie doch einfach in unseren Service-Centern in Neckarsulm vorbei!

Kontakt: Audi BKK · Postfach 10 01 60 · 85001 Ingolstadt

Besucheranschrift: Service-Center Neckarsulm · NSU-Straße 1 und Bahnhofplatz 2
Tel.: 07132 / 9994 - 0 · Fax: 07132 / 9994 - 157 · neckarsulm@audibkk.de

oftmals mit einem eingeschränkten Sehvermögen zusammenhängen. Kinder mit unkorrigierter Sehschwäche haben Schwierigkeiten, optische Reize richtig zu verarbeiten. Im Kindergarten und in der Schule sind sie klar benachteiligt.

Schlechte Noten von Kindern sind deshalb nicht immer ein Zeichen von Unwissenheit. Die Fünfen auf dem Zeugnis entstehen möglicherweise auch dadurch, dass Kinder Zahlen und Buchstaben nicht richtig erkennen und falsch wiedergeben oder verwechseln. Folglich haben sie Schwierigkeiten beim Rechnen und Schreiben und können oft nicht flüssig lesen. Sind die Kinder nicht in der Lage, die Informationen von der Tafel zu lesen, versuchen sie es beim Nachbarn – wirken so oft undiszipliniert und stören den Unterricht. Zeitprobleme treten auf. Stress und Konzentrationsstörungen, Müdigkeit und Unlust sind die logische Folge unkorrigierter Sehschwächen. Sehfehler sollten so früh wie möglich erkannt und behandelt werden. Geschieht das nicht, kann eine normale Sehentwicklung nicht mehr erfolgen und eine lebenslange Einschränkung des Sehvermögens bleibt.

Außerdem wird dringend angeraten, an den gesetzlich empfohlenen Vorsorgeuntersuchungen teilzunehmen. Drei der zehn Checks widmen sich routinemäßig auch der Überprüfung des Sehsinns. Doch finden diese Untersuchungen in zu großen Abständen statt und bieten keine absolute Sicherheit für das frühzeitige Entdecken von Sehfehlern.

Was sind Anzeichen für Sehprobleme?
- häufiges Augenreiben, Blinzeln oder Stirnrunzeln
- schnelles Ermüden beim Lesen oder Schreiben
- Unlust beim Malen, Schreiben, Lesen oder bei Feinarbeiten
- unsichere Feinmotorik (Tollpatschigkeit)
- langsames, flüchtiges oder fehlerhaftes Lesen
- häufiges Verrutschen in der Zeile
- geringer Augenabstand zu Buch oder Fernseher
- Lichtempfindlichkeit
- häufiges Stolpern oder Balancestörungen
- unsauberes Schriftbild (Wortabstände, Linienführung)
- ungeschicktes Verhalten beim Ballspielen

INFO

Beinahe 90 Prozent aller Sinneseindrücke erleben wir durch das Sehen. Kinder merken sich das meiste beim Lesen. Das Lesenlernen beginnt allerdings in der Regel zu einem Zeitpunkt, bei dem der Sehapparat des Kindes noch nicht voll ausgebildet ist. Defizite in der Sehentwicklung können deshalb zu massiven Lese-Lern-Problemen führen. Allerdings lassen sich diese Fehlentwicklungen durch gezieltes Training beeinflussen oder sogar beheben. Zur Behandlung dieser Störung wurde eine neue Therapie, die Funktionaloptometrie, entwickelt. Informieren Sie sich einfach bei Ihrem Optiker.

Hörprobleme bei Schulkindern

Auch Hörprobleme bei Schüler(inne)n sind häufig die Ursache für Lernschwierigkeiten und Stress. Die Kinder bekommen nicht mit, was gesagt wird, und können nicht entsprechend reagieren. „In diesen Fällen wird für Lehrer(in) und Eltern intensives Zuhören und Beobachten zu der alles entscheidenden Schlüsselqualifikation im Hinblick auf die weitere Förderung des Kindes“, schreibt Dr. Marianne Wiedenmann, Fachbuch-Autorin, Sprachheillehrerin und Sprachheiltherapeutin mit Lehrauftrag der Uni Frankfurt.

Einwandfreies Hören gilt als zentrale Lernvoraussetzung im Schriftspracherwerb und für alle Kulturtechniken. Wer ähnliche Laute beispielsweise bei 13 und 30 oder bei Nagel und Nadel nicht unterscheiden kann, wird falsch rechnen oder im Diktat Fehler machen. Ist das Hörvermögen eingeschränkt, so sind an das jeweilige soziale Umfeld hohe Anforderungen im Umgang mit dem Kind gestellt.

Bei den meisten Kindern mit einer Hörminderung ist die Anpassung eines Hörsystems die beste Lösung. Wichtig ist es, dass Sie frühzeitig reagieren und die Hilfe von Spezialisten suchen – denn je früher Hörprobleme erkannt werden, umso größer ist die Chance, dass sie behoben werden können.

Bei fachgerechter Betreuung durch einen HNO-Arzt und den Hörgeräteakustiker ist die Anwendung von Hörsystemen völlig unproblematisch. Die Kleinen reagieren fast immer positiv auf die Hörhilfen, da sie ihnen deutliche Verbesserungen und unmittelbare Hörerlebnisse verschaffen.

Tipps und weiterführende Informationen zum Thema finden Sie zum Beispiel auf der Internetseite der Fördergemeinschaft Gutes Hören (www.fgh-info.de), in der sich Hörgeräteakustiker aus ganz Deutschland engagieren.

© giorgiomtb1 / iStock

Zahnarztbesuch – ein Kinderspiel?

Zahnarztängste werden zu 80 Prozent im Kindesalter verursacht. Vielfach übertragen Eltern ihre negativen Erfahrungen auf die Kinder. Dabei sollten Kinder frühzeitig und richtig auf den Zahnarztbesuch vorbereitet werden. Durch die Zusammenarbeit von Elternhaus, Schule und Zahnarztpraxis kann Kindern die Angst vor der Zahnbehandlung genommen werden.

Wenn Sie die folgenden Grundregeln zur Vorbereitung eines Zahnarztbesuchs beachten, wird der Zahnarztbesuch in Zukunft ein Kinderspiel: Oft werden den Kindern von ihren Bezugspersonen Geschenke und Belohnungen für einen Zahnarztbesuch versprochen. Damit wird eine „Alltäglichkeit" zu etwas Besonderem. Kleine Belohnungsgeschenke sollten nur die Behandler(innen) verteilen dürfen.

- Gedankenlos erzählen Familienangehörige in Anwesenheit von Kindern „Katastrophengeschichten" von vergangenen Zahnarztbesuchen. Dies schürt die lebhafte Fantasie und Ängste der völlig unbedarften Kinder.
- Aussagen wie „Es tut nicht weh" oder „Du brauchst keine Angst zu haben" sollten aus der Kommunikation völlig verschwinden. Kinder denken primär prozesshaft und verstehen keine Negationen. Die Botschaft für sie ist genau das Gegenteil und wird tief im Unterbewusstsein durch Wiederholungen weiter verankert.
- Spielmaterialien (Doktorkoffer, Spiegel, Handschuhe) besorgen und mit Freunden die Behandlungssituation positiv durchspielen.
- Auf den Ressourcen und Fähigkeiten der Kinder aufbauen, zum Beispiel mit motivierenden Gesprächen wie „Weißt du noch, als du dich ganz sicher und stark und mutig gefühlt hast?".
- Kinder darin bestärken, möglichst allein in das Wartezimmer / Behandlungszimmer zu gehen, denn sie haben ein natürliches Autonomiebestreben (allein machen), das hier genutzt werden kann.

© Kzenon / Fotolia

FÜR IHRE GESUNDHEIT
VON KLEIN AUF

dentale praxisklinik
DR. M. DILLING
Fleiner Straße 3
74072 Heilbronn
07131 598369-0
www.dentalepraxisklinik.de

Für Mundgesundheit von klein auf:
Ihre Zahnärzte für Kinder in Heilbronn

PRAXIS FÜR ZAHNHEILKUNDE
DAGMAR GÖRTLER
Seit 2005 zertifiziert nach ISO 9001-2000
Schönheit und Gesundheit – ein Leben lang
ästhetische Zahnheilkunde • Laserbehandlungen • Therapie von Zahnbehandlungsangst
Paul-Gerhardt-Straße 51 • 74193 Schwaigern • Telefon 07138/7670 • Telefax 07138/945666 • info@dagmar-goertler.de • www.dagmar-goertler.de

Was macht ein Kieferorthopäde?

Schiefe Zähne und ein falscher Biss beeinflussen langfristig die Gesundheit Ihres Kindes. Oft resultieren daraus Sprachstörungen, erhöhte Kariesanfälligkeit, Magen-Darm-Erkrankungen und vieles mehr. Der Zahnarzt für Kieferorthopädie ist Spezialist für Zahn- und Kieferfehlstellungen und kann zum Beispiel mit dem Einsatz einer Zahnspange die Stellung von Kiefer und Zähnen korrigieren. Vorab ist Ihre Beobachtungsgabe gefragt. Folgende Anzeichen für gestörte Mundraum-Funktionen sollten frühzeitig in einer kieferorthopädischen Praxis vorgestellt werden:

„Paul war mt seinem Papa beim Zahnarzt.
Was muss er zur Zahnpflege verwenden?
Streiche die falschen Dinge aus!“

- schlaffe Lippen, meist geöffnet, offener Mund beim Essen
- Mundatmung
- Schnarchen, Knirschen und Zähnepressen
- Sprach- und Lautbildungsstörungen
- Lutschen an Daumen, Schnuller, Gegenständen
- Kau-„Faulheit“; dies bemerken Sie, wenn Ihr Kind harte Nahrung verweigert
- vorstehende Schneidezähne, Zahnfehlstellungen
- frühzeitiger Verlust von Milchzähnen durch Stürze, Unfälle, Karies

Eine kieferorthopädische Behandlung kann die Ursachen für Zahnfehlstellungen auffangen und beheben. Dabei formt zum Beispiel ein Bionator Kiefer und Gebiss durch Trainieren der Mund- und Gesichtsmuskeln. Fehlender Platz für bleibende Zähne kann so nachentwickelt werden und eine Zahnentfernung ist meist nicht notwendig. Neben der erzielten gesunden Zahnstellung hat die Behandlung positive Auswirkungen auf die Körperhaltung, Spannungskopfschmerzen lösen sich, Mundatmung kann auf Nasenatmung umgestellt werden und Durchblutung und Entwicklung des Nervensystems werden gefördert, was zu einer guten Konzentrationsfähigkeit beiträgt.

Kinderfüße in Schuhen

„Zeigt her eure Füße, zeigt her eure Schuh“ lautet ein bekanntes Kinderlied. Nach diesem Motto haben Wissenschaftler Kinderfüße einmal genauer unter die Lupe genommen und dabei erschreckende Feststellungen gemacht:

- Viele Kinder tragen Schuhe, die ihnen um 10 Millimeter zu klein sind.
- 85 Prozent der Eltern schätzen die Schuhgröße falsch ein und auch die Methoden, um die Passform zu testen, sind nicht praktikabel.
- Viele Kinderschuhe sind Mogelpackungen, denn rund 97 Prozent der Schuhe haben eine geringere Innenlänge, als die ausgewiesene Schuhgröße verrät. Abweichungen bis zu 12 Millimeter waren üblich.
- Die Folge der zu kleinen Schuhe sind gesundheitliche Schäden. Die Forscher fanden heraus: Je kürzer die Schuhe sind, desto schiefer sind auch die Großzehen. Rechtzeitig erkannt, kann sich die Schrägstellung mit dem Tragen passender Schuhe jedoch wieder zurückbilden.

INFO

Passendes Schuhwerk sollte mindestens 10 Millimeter, besser noch 12 bis 17 Millimeter länger sein als die Füße Ihres Kindes. Ausnahmsweise dürfen sie dabei die Meinung Ihres Kindes nicht zu hoch einschätzen, denn die Studie hat ebenfalls nachgewiesen, das 60 Prozent der Kinder Schuhe, die knapp passten oder ganz zu klein waren, als „passend“ empfunden haben.

- Auch wenn gleich nach der erkannten Fehlstellung reagiert wird, sind Folgeschäden nicht abschätzbar. Weitere Untersuchungen müssen nun klären, ob und inwiefern sich zu kleine Schuhe auf die Motorik, Knie- und Hüftgelenke sowie auf die Wirbelsäule ausgewirkt haben. Deshalb sollten Sie beim nächsten Schuhkauf besonders gut aufpassen. Es ist empfehlenswert, sich in einem Fachgeschäft beraten zu lassen. Dort kann Ihr Kind den Schuh anprobieren und es wird geprüft, ob er wirklich passt. Kaufen Sie Schuhe besser am Nachmittag, weil die Füße Ihres Kindes im Tagesverlauf größer werden. Das Material des Schuhs sollte weich, beweglich und atmungsaktiv sein. Die regelmäßige Kontrolle der richtigen Größe ist ein Muss, vor allem bei Schuhen, die Ihr Kind in der Schule trägt und die Sie nicht täglich zu Gesicht bekommen.

Nehmen Sie auch die Füße Ihres Kindes genau unter die Lupe. Viele Kleinkinder haben Knick-Senk-Füße, was allein noch kein Problem darstellt. Das lässt sich meist einfach beheben, indem Sie Ihr Kind oft barfuß laufen lassen und für viel Bewegung sorgen. Doch wenn man nicht aufpasst, können daraus schnell Plattfüße werden, die sich leider nicht von allein auswachsen. In diesem Fall wird Ihr Kind öfter über Fußschmerzen klagen und die Sohlen am Innenrand seiner Schuhe sind schnell deutlich abgelaufen. Jetzt sollten Sie einen Kinderorthopäden aufsuchen, der mit Einlagen oder anderen Behandlungsmethoden helfen kann.

Hausarzt oder Kinderarzt?

Ihr Kind ist krank und Sie wissen nicht, zu welchem Mediziner Sie gehen sollen? Vielleicht helfen Ihnen ein paar grundlegende Kenntnisse weiter. Grundsätzlich ist festgelegt, dass Hausärzte sowohl Kinder als auch Erwachsene behandeln dürfen. Kinderärzte hingegen behandeln in der Regel nur bis zum 18. Lebensjahr – außer es stehen keine Versorgungsangebote anderer Ärzte zur Verfügung. Allerdings ist grundsätzlich davon auszugehen, dass eine spezielle Weiterbildung der Kinderärzte diese auf den Umgang mit Kindern spezialisiert. Demnach erklären Kinderärzte altersgerecht, nehmen sich Zeit, behalten die Nerven, beweisen Humor und machen gegebenenfalls Hausbesuche. Es empfiehlt sich deshalb bei einem erkrankten Kleinkind einen Kinderarzt einem Hausarzt vorzuziehen.

Was tun bei Krankheit oder Unfall?

Wenn Ihr Kind am Morgen krank ist und nicht in die Schule gehen kann, müssen Sie die Schule das wissen lassen. Dazu reicht ein Anruf im Sekretariat vor Unterrichtsbeginn. Die Lehrkraft braucht sich dann über die Abwesenheit des Kindes keine Sorgen mehr machen. Sollte Ihr Kind länger als drei Tage zu Hause bleiben müssen, braucht die Schule schon bald eine schriftliche Entschuldigung. Ein ärztliches Attest ist nur bei sehr langen Krankheiten nötig oder wenn das Kind Leistungsproben nicht mitschreiben konnte.

Physiotherapie

Der Begriff Physiotherapie kommt ursprünglich aus dem Griechischen, wobei physis „Natur“ und therapeia „die Pflege der Kranken“ bedeutet. Physiotherapie bezeichnet eine Form der äußerlichen Anwendung von Heilmitteln, wodurch die Bewegungs- und Funktionsfähigkeit des Körpers verbessert, geheilt oder erhalten werden kann. Speziell bei der Arbeit mit Kindern werden an die Physiotherapeuten besondere Anforderungen gestellt. Kindertherapeuten nehmen die „kleinen Menschen“ an die Hand und fördern sie in ihrer körperlichen, geistigen und seelischen Entwicklung. Ob es sich nun um ein gebrochenes Bein handelt oder eine längerfristige Therapie beispielsweise bei Überaktivität notwendig ist, Kindertherapeuten gehen speziell auf die Ansprüche und Wünsche der kleinen Patienten ein.

INFO

Kindersportmedizin steht auch heute noch sehr in der gesellschaftlichen Kritik. Viele Eltern verstehen unter Sportmedizin nur Methoden zur Leistungssteigerung bis hin zu unerlaubten Mitteln wie Doping. Dabei könnten Kontrolluntersuchungen bei Kindern Probleme frühzeitig aufdecken und somit den Kindern einen gesunden Sport ermöglichen. Besonders eine Leistungsdiagnose kann als Basis für ein adäquates Training fungieren und Überlastungsschäden vorbeugen. Ein besonderes Anliegen der Sportmediziner ist es allerdings, Kinder zu mehr Bewegung zu motivieren und von klein auf ihre Bewegungsfreude zu unterstützen..

© Catherine Yeulet/istock

© Sunny studio / Fotolia

Ein Blick ins Innenleben

Anlaufschwierigkeiten?

Viele Kinder haben zu Beginn ihrer Schullaufbahn Schwierigkeiten, sich in der neuen Situation zurechtzufinden, sich der Umgebung anzupassen und das Lernpensum zu bewältigen. Lassen Sie sich auf solche Problemsituationen ohne Ängste ein. Jedes Kind hat beim Lernen und beim Zurechtfinden mit den neuen Anforderungen des Schulalltags seinen eigenen Rhythmus. Die meisten anfänglichen Probleme lösen sich im Laufe der Zeit von selbst. Bei manchen Kindern geht das vielleicht langsam und kostet viel Kraft, wenn jedoch die notwendige Ruhe und die Akzeptanz für Ihr Kind mit all seinen individuellen Schwächen vorhanden ist, dann wird sich Ihr Kind langsam, aber sicher in seinen Problembereichen verbessern. Wenn Sie bemerken, dass Ihr Kind trotz längerer Anstrengung und Bemühung nicht mehr aus seinen Problemen herausfindet oder gar Schulängste entwickelt, sollten Sie Hilfe suchen. Es gibt ein vielfältiges Angebot an ärztlicher, therapeutischer und psychologischer Unterstützung, das Sie in solchen Situationen in Anspruch nehmen können. Scheuen Sie sich nicht davor – weit mehr Kinder, als Sie denken, sind betroffen.

Lernprobleme – kein Grund zur Panik

Ganz natürlich haben die meisten Kinder – bezogen auf die Unterrichtsfächer – bestimmte Vorlieben und Abneigungen: Das eine Kind löst in Kürze die kniffligsten Rechenaufgaben, tut sich aber beim Lesen sehr schwer. Ein anderes ist sehr musikalisch, hat aber Angst vor Diktaten. Wieder ein anderes Kind schreibt mit Freude lange Aufsätze, verzweifelt aber bei Geometrieaufgaben. Jedes Kind hat seine Schwächen und Stärken, dessen muss man sich bewusst sein. Aber bevor die Schwierigkeiten zu groß werden und die Lücken im Wissen nicht mehr zu schließen sind, sollten Sie eingreifen. Gezieltes Üben und individuelle Förderung können dabei schnell eine Wirkung zeigen. Achten Sie auch auf Angebote verschiedener Nachhilfestudios und Lerninstitute, die Sie sicher in Ihrer Umgebung finden. Handeln Sie jedoch nicht zu vorschnell, sondern versuchen Sie den Problemen zunächst einmal auf den Grund zu gehen. Woher stammen die Schwierigkeiten beim Kind? Gespräche mit dem Kind und der Lehrerin / dem Lehrer können sehr hilfreich sein. Vermuten Sie bei Ihrem Kind eine Lernschwäche wie zum Beispiel die LRS (Lese-Rechtschreib-Schwäche), sollten Sie das Gespräch mit der Schulpsychologin / dem Schulpsychologen suchen. Er kann die Situation beurteilen und gegebenenfalls Therapiemaßnahmen vorschlagen. Aber auch mit einer Lernschwäche kann Ihr Kind das Schulleben gut meistern, denn die Kinder verfügen über die gleiche Intelligenz wie Gleichaltrige und haben nur eine andere Art zu lernen.

Nachhilfestudios

Jedes Kind hat seine Begabungen auf unterschiedlichen Gebieten. Wenn es allerdings langfristig Probleme in einem oder mehreren Fächern gibt, lohnt es sich oft, ein Nachhilfestudio zu besuchen. Hier lernen die Schüler in Kleingruppen mit bis zu fünf anderen Kindern. Dieses Konzept hat sich als besonders wirkungsvoll erwiesen und ist nicht mit dem schulischen Frontalunterricht zu vergleichen. Die Kinder motivieren sich gegenseitig und fühlen, dass sie mit ihren Schulproblemen nicht alleine sind. Die Lehrkräfte der Lernstudios sind fachlich sehr qualifiziert und können auf jeden Schüler einzeln eingehen. Denn jedes Kind ist anders, daher haben schlechte Noten auch ganz unterschiedliche Ursachen. Die Nachhilfelehrer arbeiten zusammen mit Ihrem Kind ganz gezielt gegen das jeweilige Problem an. Die Erfolgsquote dieser Lernstudios ist sehr hoch und zeigt, dass dieses Konzept funktioniert. Mehrere Studien haben nachgewiesen, dass sich durch die individuelle Förderung nicht nur die Noten verbessern, sondern auch das Selbstbewusstsein der Kinder wieder steigt und sie mehr Spaß am Lernen entwickeln. So ebnet die Arbeit in den Lernstudios auch längerfristig den Weg zum Schulerfolg.

Hochbegabung

Man spricht von Hochbegabung, wenn Kinder einen Intelligenzquotienten von über 130 haben. 100 ist der statistische Durchschnitt. Eltern merken meist schon in den ersten drei, vier Jahren, dass ihr Kind in seiner Entwicklung deutlich weiter ist als die Gleichaltrigen. Aber nicht immer wird Hochbegabung früh erkannt. Dann kann die zwangsläufige Unterforderung in der Schule zu Langeweile, Unaufmerksamkeit und mittelmäßigen bis schlechten Noten führen. Wichtig ist, den adäquaten Förderweg für jede einzelne Begabung zu finden. Erste Anlaufstellen für Eltern sind in diesem Zusammenhang die Klassenlehrerin / der Klassenlehrer und die Schulpsychologin / der Schulpsychologe oder einer der bundesweit agierenden Interessenverbände.

Was ist ein Logopäde?

Logopädie ist ein Therapiebereich, der sich mit Beeinträchtigungen in der Kommunikationsfähigkeit beschäftigt. Gerade bei der Sprachentwicklung können Probleme auftreten. In diesen Fällen ist ein Logopäde der richtige Ansprechpartner. Wenden Sie sich an ihn, wenn Sie bemerken, dass Ihr Kind undeutlich, wenig und ungern spricht oder bestimmte Laute nicht bilden kann. Je früher man Sprachstörungen diagnostiziert, umso besser sind die Heilungschancen. Mit der richtigen Förderung und Behandlung einer Sprachstörung erleichtern Sie Ihrem Kind den Schulalltag ungemein und schaffen die Grundlage dafür, dass es später eine ganz normale Schullaufbahn durchlaufen kann.

Ergotherapie

Für Kinder mit erheblichen Entwicklungsstörungen empfiehlt sich der Besuch bei einem Ergotherapeuten. Dort bekommen auch Kinder mit besonderen Verhaltensauffälligkeiten, Lernschwierigkeiten oder ADS Unterstützung. Die Ergotherapie versucht die Krankheitsbilder mittels Beschäftigungsmaßnahmen zu heilen. In Einzel- oder Gruppensitzungen setzt sich das Kind mit verschiedenen Techniken, Materialien oder Geräten auseinander und verbessert so die geistigen und körperlichen Fähigkeiten. Im Laufe der Therapie sollen Selbstbewusstsein und Körpergefühl gefördert werden, um zur selbstständigen Handlungsweise zu führen.

© Alena Ozerova / Fotolia

BUCHTIPP

„Nick und die Ergotherapie“ *Die Geschichte von Nick erzählt von seinem ersten Besuch beim Ergotherapeuten und nimmt damit den kleinen Patienten die Angst.*

Pädiatrie

Die Pädiatrie beschäftigt sich vorwiegend mit der Entwicklung von Kindern und Jugendlichen und deren alterstypischen Erkrankungen. Hierbei ist der besondere Anspruch an die Therapeuten, die Therapiemaßnahmen möglichst kindgerecht und abwechslungsreich zu gestalten, damit die Motivation der Kinder gefördert wird. Der Therapieerfolg und vor allem die Schnelligkeit in Bezug auf die Erreichung der Therapieziele hängt maßgeblich vom Spaßfaktor der Maßnahmen ab. Deshalb werden oft Bewegungs-, Lehr- und Rollenspiele angeboten. Auch Bastelarbeiten wie Töpfern oder das Arbeiten mit Holz fördern die Beweglich- und Geschicklichkeit der kleinen Patienten. Da diese meist noch sehr klein sind, wird während der Therapie viel Wert auf eine enge Zusammenarbeit mit den Eltern gelegt.

Was neben der Schule wichtig ist

© Diana_Drubig/Fotolia

Der freie Nachmittag

Nachdem sich Ihr Kind einige Zeit konzentriert an die Hausaufgaben gemacht hat und diese dann beendet sind, wird es nicht nur froh über seine Leistung sein, sondern auch begeistert über die Aussicht, jetzt endlich seinen Neigungen nachgehen zu können. Deshalb sollten Eltern dafür Sorge tragen, dass sich vor allem die Grundschüler(innen) am Nachmittag nicht zu viel zumuten. Verplanen Sie das Kind nicht mit verschiedensten Aktivitäten und Terminen. Hat sich ein Kind nicht nach Schule und Hausaufgaben einen freien Nachmittag mit den Nachbarskindern vor dem Haus verdient? Jetzt kann es sorglos spielen und sich austoben, weil es sich keine Gedanken um Pflichten und Termine machen muss.

Ist nämlich die ganze Woche verplant, stellt sich die Frage, ob Ihr Kind nicht eventuell überfordert wird und sich noch genug auf die schulischen Anforderungen konzentrieren kann. Seien Sie sich bewusst, dass vor allem die erste Klasse einen enormen Wandel für Kind und Familie darstellt. Die neuen Aufgaben sind zwar gut zu schaffen, doch sollte sich Ihr Kind darauf konzentrieren können.

Damit sich Ihr Kind am Nachmittag entspannen kann, sollten Sie wenig andere Förderbereiche während der ersten Klasse ausbauen, dies bedeutet, dass Sie für das Kind höchstens eine zusätzliche regelmäßige Aktivität pro Woche einplanen. Davon ausgenommen sind Abmachungen unter Freunden und Schulkameraden zum gemeinsamen Spiel. Unterstützen Sie das kindliche Spiel, es ist sehr wichtig, um angestaute Wut, Aggressionen, Enttäuschungen oder Druck abzubauen. Das Spiel hat sozusagen eine reinigende Wirkung auf den emotionalen Zustand Ihres Kindes. Vermeiden Sie auch, dass Ihr Kind gleich nach den Hausaufgaben vor dem Fernseher oder Computer sitzt. Schließlich kommt es ja gerade aus einer „Sitzung“ mit den Schulaufgaben und sollte sich statt anspannender Fernsehstunden eher frische Luft und Zeit zum Austoben gönnen.

Hier spielt die Musik

Musikerziehung fördert die Entwicklung des Kindes vielseitig und nachhaltig. Sie kann einen Zuwachs an Kreativität, Konzentrationsvermögen, sozialen Fähigkeiten und an Koordinationsfähigkeit erbringen. Im Vordergrund der Musikerziehung steht die Freude des Kindes am Musizieren. Oftmals wird bereits für Kinder im Kindergartenalter in Musikschulen eine musikalische Früherziehung angeboten. Zeitgemäße pädagogische Konzepte sorgen dafür, dass das Kind auf spielerische Art und Weise an die Musik herangeführt wird. Nach der musikalischen Früherziehung im Vorschulalter besteht die Möglichkeit, ein Musikinstrument zu erlernen. Die Beratung im Fachhandel hilft, ein passendes Instrument zu finden. Die Neigungen und Wünsche des Kindes sollten dabei berücksichtigt werden. Eine große Motivation erwächst aus der Möglichkeit, in Ensembles und Orchestern gemeinsam mit gleichaltrigen Kindern zu musizieren. Wenn Kinder frühzeitig für Musik interessiert werden, kann ihnen das Musizieren in der Jugend und im späteren Leben Bereicherung sein.

Sport – Bewegung ist alles

Die heutige Lebenswelt verleitet gern zu Bequemlichkeit: Kurze Strecken fährt man mit Bus oder Auto, man nimmt lieber die Rolltreppe und man greift eher zum Telefon als mal schnell zum Nachbar rüberzugehen. Auch für Ihr Kind besteht die Gefahr des Bewegungsmangels: In der Schule verbringt es einen Großteil des Vormittags im Sitzen und auch in der freien Zeit verlocken Computer und Fernseher zu bewegungsarmer Beschäftigung.

Deshalb müssen Sie dafür sorgen, dass Ihr Kind seinem natürlichen Bewegungsdrang und seinem Spielbedürfnis nachgeht. Denn Bewegung und Sport fördern nicht nur die körperliche Entwicklung Ihres Kindes, sondern auch die geistige Leistungsfähigkeit und vor allem das soziale Verhalten.

Viele Vereine und Sportschulen bieten für Kinder und Jugendliche ein breites Spektrum an Sportarten an: Fußball, Handball, Taekwondo, Judo, Eishockey, Tanz, Gymnastik und vieles mehr. Lassen Sie Ihr Kind etwas ausprobieren und finden Sie heraus, was ihm am meisten Spaß macht. Denn Spaß ist der größte Motivationsfaktor und die Grundlage dafür, dass das Hobby längerfristig ausgeübt wird.

TIPP

Lassen Sie Ihr Kind oft mit dem Fahrrad fahren. Die Bewegung an der frischen Luft tut gut und schult zusätzlich Gleichgewichtssinn und Koordination. Zugleich bekommt Ihr Kind zum ersten Mal das Gefühl von Mobilität.

Kinder und Haustiere

Es gibt wohl kein Kind, das nicht von einem eigenen Haustier träumt, sei es ein Hund, eine Katze oder ein Kaninchen. Sicherlich haben Sie selbst schon einige Diskussionen zu diesem Thema mit Ihrem Kind geführt. Tatsächlich ist die Entscheidung für oder gegen ein Haustier nicht einfach. Während Ihr Kind voller Begeisterung für die Idee ist, stellen sich bei näherer Betrachtung aus Elternsicht zahlreiche Fragen: Welches Haustier ist geeignet? Wer kümmert sich um die Pflege des Haustieres? Was machen wir mit dem Haustier während der Urlaubszeit?

Trotz all dieser berechtigten Fragen ist es unbestritten, dass Haustiere einen positiven Einfluss auf Kinder haben. Kinder lernen, Verantwortung zu übernehmen. Das Selbstwertgefühl wird gestärkt, Ihr Kind wird ruhiger und ausgeglichener. Da Kinder in dem Haustier in erster Linie einen Freund und Spielkameraden sehen, sind sie bereit, kleinere Aufgaben zu übernehmen, die bei der Pflege und Betreuung des Haustiers anfallen.

Dabei müssen Sie sich allerdings immer bewusst sein, dass bei allen guten Vorsätzen ein Großteil der Tierpflege von Ihnen übernommen werden muss. Frühestens ab acht Jahren sind Kinder in der Lage, sich selbstständig (aber immer noch unter Anleitung) um kleinere Haustiere wie Kaninchen oder Meerschweinchen zu kümmern. Für Hund oder Katze kann ein Kind frühestens mit zwölf Jahren sorgen. Die Verantwortung für das Tier bleibt letztendlich immer bei den Eltern.

Smartphone, Tablet und Co.

„Mein Kind lässt sich gar nicht mehr vom Smartphone weglocken!“, jammert die Mutter, die schon beinahe ratlos ist aufgrund des überhöhten Medienkonsums ihres Kindes. Ein Problem, das sicherlich vielen Eltern begegnet. Smartphone, Tablet und Co. sind heute nicht mehr aus dem täglichen Leben wegzudenken. Schon bei den Grundschülern steht ein eigenes Handy ganz oben auf der Wunschliste.

Laut KIM-Studie verfügten im Jahr 2016 18 Prozent der Acht- und Neunjährigen bereits über ein Mobiltelefon mit Internetzugang, Apps und Touchscreen. Auch die Ergebnisse der BLIKK Studie 2017 zeigen einen übermäßigen Medienkonsum von Kindern und Jugendlichen. Zudem stellt die Studie einen Zusammenhang zwischen einer intensiven Mediennutzung und Entwicklungsstörungen der Kinder heraus. Digitale Fürsorge durch die Eltern, Schulen, Bildungseinrichtungen und Politik werden da immer wichtiger.

Nichtdestotrotz bereichern Handy und Tablet das Leben in vielerlei Hinsicht. Umso wichtiger ist es, möglichst frühzeitig einen vernünftigen Umgang mit der spannenden Medienwelt zu erlernen. Denn W-LAN steht heutzutage an jeder Ecke zur Verfügung, aber damit auch Inhalte, die Kindern nicht angemessen sind. Wie können Sie also Ihre Kinder vor jugendgefährdenden Inhalten im Internet schützen?

Wenn es schon ein Smartphone sein muss, ist es sinnvoll, dass dieses so eingestellt werden kann, dass es kindersicher ist. Es gibt beispielsweise spezielle Kindersuchmaschinen, in denen nur Inhalte aufgerufen werden können, die für Kinder geeignet sind. Zudem sollten Sie ein Auge darauf haben, wie lange Ihr Kind sich mit dem Handy beschäftigt. Da in der Schule sehr viel im Sitzen gelernt wird, sollte Wert auf Sport und viel Bewegung an der frischen Luft in der Freizeit gelegt werden. Auch einer Kurzsichtigkeit kann durch eine bildschirmfreie Zeit vorgebeugt werden.

Bibliotheken – der etwas andere Zeitvertreib

Waren Sie schon einmal mit Ihrem Kind in einer Bibliothek? Beinahe jede Stadt hat wenigstens eine kleine Stadtbücherei. Hier findet sich eine riesige Auswahl an Kinderbüchern für jede Altersgruppe und Ihr Kind kann selbst entscheiden, welches Buch es gerne ausleihen möchte. Sie sparen damit Geld und können gleichzeitig die Sprachentwicklung Ihres Kindes beim gemeinsamen Lesen fördern. Eine erschreckende Studie hat ergeben, dass Erstklässlern, die vor ihrer Einschulung noch nie ein Buch in den Händen gehalten haben, das Lernen der Sprache deutlich schwerer fällt – sowohl in Aussprache als auch beim Schreiben und Lesen. Besuchen Sie daher doch einfach einmal im Monat die Bücherei und lassen Sie Ihr Kind ein paar Bücher aussuchen. Egal, ob diese dann als Gute-Nacht-Geschichten dienen oder selbst gelesen werden, allein das Aussuchen weckt Interesse am Lesen.

Waldorfcampus Heilbronn
Freie Waldorfschule

Jedes Kind ist einzigartig.
Wir sorgen dafür, dass es so bleibt.

www.waldorfcampus-hn.de
Max-von-Laue-Straße 4, 74081 Heilbronn | Tel: 07131/589510 | E-Mail: post@waldorfschule-hn.de

Branchenverzeichnis

„ Paul kommt in die Schule. Er hat sich eine Schultüte gebastelt. Du kannst sie bunt ausmalen!“

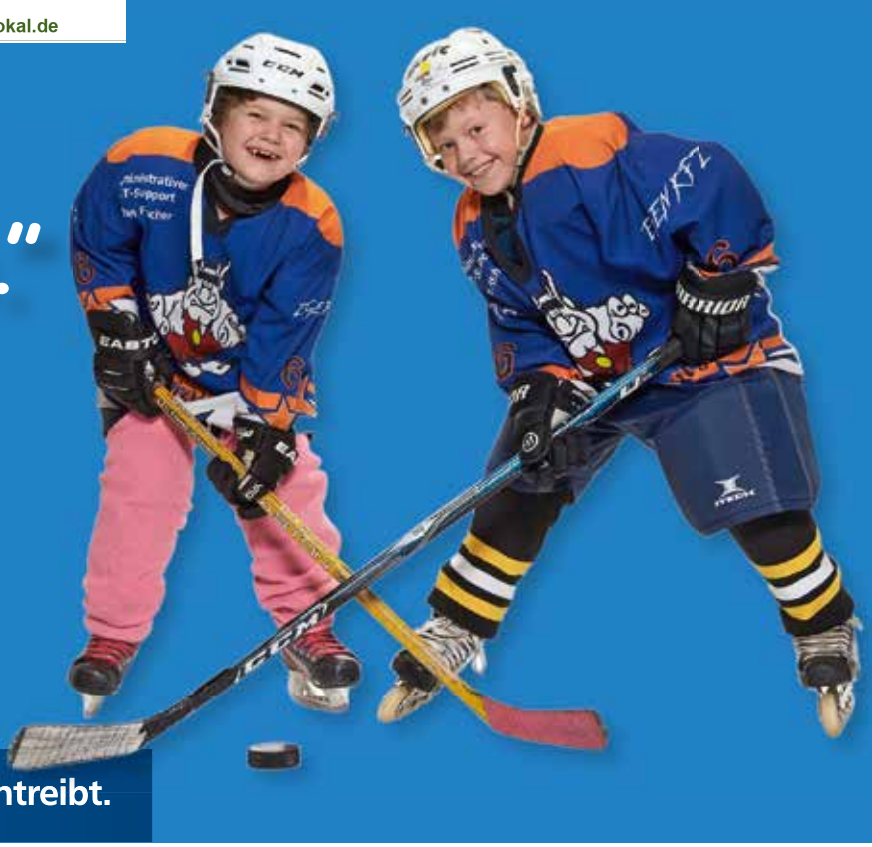
Liebe Leser! Als wertvolle Orientierungshilfe finden Sie hier eine Auflistung leistungsfähiger Betriebe aus Handel, Gewerbe und Industrie. Die alphabetische Anordnung ermöglicht Ihnen ein schnelles Auffinden der gewünschten Branche. Alle diese Betriebe haben die kostenlose Verteilung Ihrer Broschüre ermöglicht. Weitere Informationen finden Sie im Internet unter **www.total-lokal.de**

Ästhetische Zahnheilkunde 25
Ballettschule 31
Bank 13
Besucherbergwerk 30
Betriebskrankenkasse AUDI 23
Diakonie 3
Energieversorgung U3
Familienhilfe 19
Förderkurse 29
Freie Waldorfschule 32
Gemeinde Gemmingen 20
Gemeinde Leingarten 20
Gemeinde Offenau 21
Gemeinde Untereisesheim 21
Heilpädagogische Hilfen 19
Kinderzahnarzt 25
Koffer und Taschen 15
Kreissparkasse 13
Musikschule Neckarsulm 31
Musikschule Schwaigern 31
Salzbergwerk 30
Schulranzen und Schulrucksäcke 15
Stadt Bad Friedrichshall 19
Stadt Lauffen 3
Stadt Neckarsulm 31
Stadt Schwaigern 21
Stadt Widdern 19
Volkbanken-Raiffeisenbanken im Kreis Heilbronn U4
Volkshochschule 29

U = Umschlagseite

HVG Heilbronner Versorgungs GmbH
Erdgas Wasser
Wärme Abwasser
Betriebsführungen
Ingenieurdienstleistungen
TOP LOKALVERSORGER 2018 GAS
Deutschlands beste REGIONALVERSORGER
Testurteil 2017: Herausragend
Informationen: Telefon 07131 56-2526 oder www.hnvg.de

„Spaß und neue Freunde."



VR-Maxx – das junge Konto, das mitwächst.

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Als Ansparkonto für spätere Wünsche, als Taschengeldkonto mit Lerneffekt oder als Gehaltskonto für den Ferienjob – attraktive Zinsen und natürlich kostenlos.

VR-Maxx **– mit diesem Konto eröffnen Sie Ihrem Kind die Zukunft.**

Volksbank Beilstein-Ilsfeld-Abstatt eG
Hauptstraße 20 · 71717 Beilstein
Telefon 07062 264-0
www.vb-bia.de

Raiffeisenbank Böllingertal eG
Am Ratsplatz 1 · 74078 Heilbronn-Biberach
Telefon 07066 9613-0
www.raiba-boellingertal.de

Raiffeisenbank Erlenbach eG
Friedenstraße 2 · 74235 Erlenbach
Telefon 07132 9305-0
www.raiffeisenbank-erlenbach.de

Volksbank Flein-Talheim eG
Heilbronner Straße 16 · 74223 Flein
Telefon 07131 5970-0
www.vb-flein-talheim.de

Volksbank Heilbronn eG
Allee 20 · 74072 Heilbronn
Telefon 07131 634-0
www.volksbank-heilbronn.de

Raiffeisenbank Kraichgau eG
Hauptstraße 32-34 · 74912 Kirchardt
Telefon 07266 206-0
www.raiba-kraichgau

Volksbank Möckmühl-Neuenstadt eG
Seckachtorgasse 11 · 74219 Möckmühl
Telefon 06298 37-0
www.voba-moeckmuehl.de

Raiffeisenbank Neudenau-Stein-Herbolzheim eG
Neue Anlage 40 · 74861 Neudenau
Telefon 06264 9204-0
www.raiffeisenbank-neudenau.de

Volksbank Sulmtal eG
Marktstraße 15 · 74182 Obersulm
Telefon 07134 9801-0
www.volksbank-sulmtal.de

VBU Volksbank im Unterland eG
Georg-Kohl-Straße 34 · 74336 Brackenheim
Telefon 07135 178-0
www.vbu-volksbank.de

Volksbanken Raiffeisenbanken im Kreis Heilbronn