

# Elternratgeber

FÜR DEN KREIS BERGSTRASSE  
UND DEN ODENWALDKREIS



zum Schulbeginn  
2006

## Gebärdensprachschule Heidelberg



Karolingerweg 12  
69123 Heidelberg

Tel: 06221-736835

Fax: 06221-736834

Bildtelefon: 06221-736832

Mail: [info@sehen-verstehen.de](mailto:info@sehen-verstehen.de)

[www.sehen-verstehen.de](http://www.sehen-verstehen.de)

- Gebärdensprachkurse für alle Zielgruppen
- Gebärdensprachkurse auch für Berufs- und Arbeitsleben
- Gebärdensprachkurse für Kinder
- Gebärdensprachkurse für Eltern und Kinder
- Schülernachhilfe in Gebärdensprache
- Gebärdenschriftkurse
- u.v.m.





# Elternratgeber zum Schulbeginn 2006





Vorwort	5
1 Das Ende der Kindergartenzeit	6
2 Vor dem Schulbeginn	8
2.1 Was bedeutet Schulfähigkeit?	8
2.2 Wie wird Schulfähigkeit festgestellt?	8
2.3 Was ein Schulkind können sollte	9
3 Die besten Tipps für einen guten Start	12
3.1 So unterstützen Sie Ihr Kind richtig	12
3.2 Buchtipp für Vorschulkinder und Eltern	13
3.3 Der künftige Schulweg	14
3.4 Auch Buskinder müssen üben	14
3.5 Mit dem Fahrrad in die Schule	15
4 Vorsorge und Sicherheit	16
4.1 Der richtige Versicherungsschutz für Ihr Kind	16
4.2 Schutz vor hohen Sachschäden	16
5 Was Ihr Kind für die Schule braucht	17
5.1 Kinderbekleidung	17
5.2 Kinderfüße in Schuhen	18
5.3 Der richtige Schulranzen	19
5.4 Der Arbeitsplatz Ihres Kindes	20
5.5 Stifte und Mäppchen	22



6	Jetzt geht's los – der erste Schultag	23
6.1	Der erste Schultag – ein ganz besonderer Tag	23
6.2	Die Schultüte und was sie in sich birgt	24
7	Der Alltag in der Grundschule	26
7.1	Was lernt mein Kind in der ersten Klasse?	26
7.2	Der Tagesablauf	26
7.3	Hausaufgaben	28
7.4	Lernprobleme	30
7.5	Betreuungsmöglichkeiten	32
8	Die Gesundheit Ihres Kindes	33
8.1	Gesunde Ernährung	33
8.2	Sieht mein Kind wirklich gut?	34
8.3	Hörprobleme bei Kindern	36
8.4	Zahnarztbesuch – ein Kinderspiel?	37
9	Was neben der Schule jetzt wichtig ist	39
9.1	Der freie Nachmittag – Stressabbau	39
9.2	Kinder und Haustiere	41
9.3	Musik, Sport und Freizeitangebote	42
	Branchenverzeichnis	4
	Impressum	4



**Liebe Leser!** Hier finden sie eine wertvolle Einkaufshilfe, einen Querschnitt leistungsfähiger Betriebe aus Handel, Gewerbe und Industrie, alphabetisch geordnet. Alle diese Betriebe haben die kostenlose Verteilung Ihrer Broschüre ermöglicht

	<b>Seite</b>		<b>Seite</b>
Augenärzte	35	Linkshänderberatung	10
Ergotherapie	7, 27	Linkshänder-Lehrmittel	26
Gebärdensprachschule	U2	Logopädie	9, 11
Heilpraktikerin	33	Musikunterricht	42
Homöopathie	33	Nachhilfe	32
Kieferorthopädie	37	Nachhilfe, Hausaufgaben	32
Legasthenie-Therapie	30	Reitsport	41
Legastheniezentrum	30	Sehtraining	35
Lehrmaterialien	26	Sprachtherapie	9
Lern-Lesestörungen	35	Zahnmedizin	37
Lese-Rechtschreib- schwäche	30, 32		

U = Umschlagseite



## IMPRESSUM

Änderungswünsche, Anregungen und Ergänzungen für die nächste Auflage dieser Broschüre nimmt der Verlag entgegen.

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

Nachdruck oder Reproduktion, gleich welcher Art, ob Fotokopie, Mikrofilm, Datenerfassung, Datenträger oder Online nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Redaktion



WEKA info verlag gmbh  
Lechstraße 2  
D-86415 Mering

64711035/2. Auflage/2006

Telefon +49 (0) 82 33/3 84-0  
Telefax +49 (0) 82 33/3 84-1 03  
info@weka-info.de • www.weka-info.de

## Vorwort

Sehr geehrte Eltern und Erziehungsberechtigte,

Ihre Tochter/Ihr Sohn wird im Sommer nächsten Jahres schulpflichtig. Damit beginnt sowohl für Ihr Kind als auch für Sie ein neuer Lebensabschnitt, der mit vielen Veränderungen einhergeht.

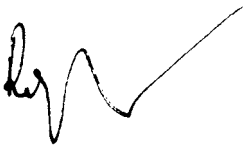
Der Tagesrythmus wird sich ändern, neue Aufgabenstellungen und Verhaltensformen werden verlangt werden, und Sie müssen sich auf ein selbstbewusster und selbstständiger werdendes Kind einstellen. Nur wenn Kindergarten, Elternhaus und Grundschule eng und vertrauensvoll zusammen arbeiten, wird dieser Übergang ins Schulleben erfolgreich sein.

Der vorliegende Elternratgeber soll Ihnen Wissenswertes rund um die Einschulung vermitteln, Hilfen in Fragen der Schulfähigkeit und Tipps für die richtigen Schulsachen, die Schulwegsicherheit oder auch die Freizeitgestaltung mit auf den Weg geben.

Natürlich steht Ihnen auch Ihre zuständige Grundschule für Fragen gerne zur Verfügung. Gegebenenfalls können Sie auch direkt mit dem Staatlichen Schulamt für den Kreis Bergstraße und den Odenwaldkreis Kontakt aufnehmen.

Ihrem Kind und Ihnen wünsche ich einen guten Start in die neue Lebensphase und eine erfolgreiche Schulzeit.

Mit freundlichen Grüßen

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Dr. Roghé', with a long, sweeping flourish extending upwards and to the right.

Dr. Dieter Roghé  
Leitender Schulamtsdirektor



## 1 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 Kindertagesituation erprobt und in dieser Zeit wichtige Dinge in der Gemeinschaft mit Gleichaltrigen und unter Anleitung von ErzieherInnen 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.

Alles, was mit dem Thema „**Schule**“ zusammenhängt, wird von den Sprösslingen wahrhaft aufgesogen. Ihr ganzes Denken und Wirken ist auf diese wunderbare Zukunftsvision ausgerichtet. Rollenspiele und Unterhaltungen unter Gleichaltrigen tendieren immer mehr in Richtung **Schule spielen**.

Kinder bereiten sich auf ihre eigene Weise auf diesen Lebensabschnitt vor. Sie spielen ihre Ängste und Fantasien. 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**:

### TIPP!

*Schaffen Sie einen Ort, an dem Ihr Kind ungestört ist*

**Die kommenden 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 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 auch! 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.



Kinder wollen aufbrechen zu neuen Ufern: Das heißt nichts anderes, als dass sie neue Gehirnahrung 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 aber oft nicht genug darüber und stellen sich viele Fragen. Der Schulranzen von bekannten Schulkindern wird genau unter die Lupe genommen, die Schule wird von außen interessiert betrachtet, Hefte werden gebastelt. Im Spiel kann das Kind seine Vorfreude auf diesen neuen Lebensabschnitt ausleben.

Praxis für  
**ERGOTHERAPIE**

Hochstraße 31 · 64720 Michelstadt  
Telefon + Fax 0 60 61 / 50 02

- **Befundung**
- **Behandlung**
- **Beratung**



**TIPP!**

Fördern Sie die  
spielerische  
Annäherung Ihres  
Kindes an den  
Schulstart





## 2 Vor dem Schulbeginn

Während bei den meisten Kindern die Vorfreude überwiegt, stellen sich Eltern oft die Frage, ob Ihr Kind bereits fähig ist, den Schulalltag zu meistern. Doch was entscheidet eigentlich über die Schulfähigkeit? Welche Dinge sollte ein Kind beherrschen?

### 2.1 Was bedeutet Schulfähigkeit?

In der Fachliteratur wird schon seit langem nicht mehr von Schulfähigkeit gesprochen, sondern von **Schulfähigkeit**. Während man früher glaubte, man müsse nur abwarten, bis ein Kind schulfähig sei, hat man mittlerweile erkannt, dass das Heranreifen alleine nicht ausreicht, um die Fähigkeiten für einen erfolgreichen Schulstart auszubilden.

Denn die Entwicklung vollzieht sich nicht immer in gleichförmigen Zeitabschnitten. **Jedes Kind hat seinen eigenen Rhythmus und besondere Stärken**. Das eine Kind ist zum Beispiel sehr weit in der Fähigkeit, sich zu konzentrieren, ein anderes ist Meister in der Körperbeherrschung und turnt gut.

Weil man die Reife eines zukünftigen Schulanfängers aus oben genanntem Grund nicht in Rastern messen kann, wird deshalb vor dem Schuleintritt bei verschiedenen Gelegenheiten (Anmeldung, Kennenlerntag, schulärztliche Untersuchung) ermittelt, ob das Kind schulfähig wirkt.

### 2.2 Wie wird Schulfähigkeit festgestellt?

Alle Kinder müssen für den Schulbesuch in der für sie zuständigen Grundschule angemeldet werden. **Kinder, die bis zum 30. Juni des laufenden Jahres, das sechste Lebensjahr vollendet haben, gelten als schulpflichtig** und müssen zum bekannt gegebenen Termin (September/Oktober) in der Schule vorgestellt werden. Die Anmeldung jüngerer Kinder sollte auch zu diesem Zeitpunkt erfolgen. Mit einem oder mehreren der folgenden Angebote versuchen sich die Schulen ein Bild von den zukünftigen Schulanfängern zu machen.

#### INFO!

Bei der Beurteilung der Schulfähigkeit wird die individuelle Entwicklung Ihres Kindes berücksichtigt

**Anmeldung:** Ein erstes Gespräch mit den Kindern soll zeigen, ob sie über ausreichende Kenntnisse der deutschen Sprache verfügen und einen ersten persönlichen Kontakt zwischen Kind und Schule ermöglichen.

**Schnuppertag:** Die Kinder besuchen mit der Schulkindgruppe ihres Kindergartens die Grundschule und nehmen am Unterricht und der Pause teil.

**Kennenlerntag:** An einem eigens für sie gestalteten Schulvormittag werden die zukünftigen Schulkinder von Lehrkräften betreut. Sie basteln, spielen und singen miteinander. Die Einladung zum Kennenlerntag erfolgt in der Regel über den Kindergarten.

## INFO!

Der Schulalltag  
stellt Ihr Kind  
vor neue  
Anforderungen

## 2.3 Was ein Schulkind können sollte

### 2.3.1 Geistige Anforderungen

- **Logisches Denken:** Unterschiede und Gemeinsamkeiten erkennen und benennen, logische Schlüsse ziehen
- **Konzentration und Merkfähigkeit:** sich auf etwas ganz und gar einlassen, Gehörtes und Gelerntes wiedergeben und verarbeiten
- **Sehen, beobachten, erkennen und verarbeiten:** Alle Sinne (sehen, hören, tasten, fühlen, schmecken) sind nötig, um aktives Lernen in der Schule zu bewältigen; es ist wichtig, dass die Sinne trainiert und gepflegt werden
- **Sprechen und Sprache:** Fast die gesamte Kommunikation und Wissensvermittlung werden über die Sprache abgewickelt; Lesen, Schreiben, Mathematik, Sachunterricht, alles baut auf Sprache auf; falsches Sprechen wirkt sich auf das Schreibenlernen besonders negativ aus

## Praxis für Logopädie

*Catherine Lynch*

Logopädin

**Sprach- Sprech-  
Stimm- Schlucktherapie  
auch in englischer Sprache**

Rathausstraße 10 · 68519 Viernheim  
Telefon: 0 62 04 / 7 58 71

**Praxis für**

**logopädie**

**Rüdiger von Falkenburg**

Behandlung von Sprach-, Sprech-, Stimm- und Schluckstörungen

Lessingstraße 2  
64668 Rimbach  
Telefon: 0 62 53/97 01 22



- **Zeitliche Orientierung und Umgang mit Zeit:** in der Lage sein, gestellte Aufgaben in einem zugeteilten Zeitraum zu erfüllen und sich selbst die Zeit einzuteilen

### 2.3.2 Soziale Anforderungen

- **Orientierung:** sich zurechtfinden in der großen Gruppe von Gleichaltrigen, von denen die Kinder einige schon kennen, die meisten anderen ihnen jedoch fremd sind
- **Selbstbewusstsein:** sich melden, reden und sich etwas zutrauen
- **Kontaktfähigkeit:** mit anderen Kindern oder den LehrerInnen zusammenarbeiten, neue Kontakte knüpfen
- **Gemeinschaftsgefühl:** sich in eine (neue) Gruppe von Menschen einfügen und zu ihrem Gepräge beitragen; mitbestimmen, einander helfen und sich verantwortlich fühlen – nicht nur sich selbst sehen
- **motiviert sein:** also Interesse haben an Neuem, am Lernen
- **Gruppenregeln einhalten:** nicht (alles) im Unterricht sofort laut sagen, andere ausreden lassen, Umgangsformen einhalten



### 2.3.3 Körperliche Anforderungen

- **Still sitzen können:** sich über einen längeren Zeitraum auf ein und demselben Platz kaum bewegen und dazu auch noch lernen
- **Körperbeherrschung:** balancieren, verschiedene Formen der Fortbewegung und des Hüpfens (zum Beispiel auf einem Bein, mit geschlossenen Beinen), Koordination der verschiedenen Körperfunktionen
- **Fingerfertigkeit:** einen Stift richtig halten und damit kleine Striche, Schleifen, Rundungen und über Kreuz zeichnen können; eine Schere richtig halten und mit Papier und Klebstoff umgehen können, später mit Nadel und Faden arbeiten

## **Linkshänderberatung** (nach Methodik Dr. J. B. Sattler)



**Gabriele Weiland**  
Ergotherapeutin  
Linkshänderberaterin (n. Meth. Sattler)

**RECHTSHÄNDER  
ODER  
LINKSHÄNDER**

Praxis für Ergotherapie · Ziethenstraße 61 · 68259 Mannheim · Telefon 06 21 / 790 02 11  
www.lefthander-consulting.org · E-Mail: Gabriele.Weiland@t-online.de

### 2.3.4 Lebensumstellung



- abends rechtzeitig und zur selben Uhrzeit ins Bett gehen
- morgens früh aufstehen
- sich waschen, anziehen und innerhalb eines bestimmten Zeitrahmens fertig machen
- den Schulweg selbstständig zurücklegen
- die völlig neuen Pausensituationen bewältigen
- sich mit den größeren Räumlichkeiten der Schule anfreunden
- sich die Zeit für Hausaufgaben und Spielen einteilen
- sich zurechtfinden in den unterschiedlichen Tagesabläufen während der Schultage und der Wochenenden beziehungsweise Ferientage



#### Praxisgemeinschaft Jorda, Schreiber & Rüdiger

Neckarstraße 55, 64625 Bensheim

Tel.: Physiotherapie 06251-570770 • Tel.: Logopädie 06251-570771

www.physio-logo-bensheim.de

**Verena Jorda, Physiotherapeutin** • **Sabine Schreiber & Gabriele Rüdiger, Logopädinnen**  
Behandlung nach Bobath und Vojta • Behandlung von Stimm-, Sprach- und Sprechstörungen, LRS

## Praxis für Logopädie

Hermannstraße 14 · 64646 Heppenheim

Heda Thomas-Goll

Telefon 0 62 52/48 14

Handy 01 72/79 833 68

Behandlung von

**Stimm-, Sprech- und Sprachstörungen**

Monika Pollrich

Telefon 0 62 52/61 97

## Praxis für Logopädie

Heike Best

Sprach-, Sprech- & Stimmtherapie

Grabengasse 6  
[Kummelhäus]

69434 Hirschhorn

Tel.: 0 62 72 / 928 789



#### Was kann mein Kind mit LOGOPÄDIE erreichen?

- Verbesserungen der **Aussprache**, z.B. der Laute f, r, k, t, sch, s („Lispeln“ u.ä.)
- Aufbau des **Wortschatzes** und der **Ausdrucksfähigkeit**
- Entwicklung der **Grammatik** (Satzbau, Endungen usw.)
- Abbau kindlicher **Stimmstörungen** (Heiserkeit, Naseln etc.)
- Störungen des **Schluckens** und der **Muskelbalance** im Mund- u. Gesichtsbereich
- Hilfen bei **Redeflussstörungen** (überflüssiges Sprechen, Stottern)
- **Hörwahrnehmungstraining** im Vorschul- u. Schulanter; um den Schriftspracherwerb sinnvoll zu unterstützen → z.B. Unterscheidung der Laute p/b, t/d, k/g, m/n, ch/nch; Lautreihenfolgenwirkung im Wort; Silbengliederung; Hörgedächtnistraining u.v.m.

#### Wie kann mein Kind LOGOPÄDIE erhalten?

Besprechen Sie die von Ihnen festgestellte Problematik bitte mit dem **zuständigen Arzt** (Kinderarzt, HNO-Arzt, Rhonater, Kieferorthopäde). Wenn er es für angemessen hält, wird er erforderliche Voruntersuchungen erlösen und eine **Heilmittelverordnung** (Rezept) ausstellen.

Übrigens arbeiten Logopäden auch mit **Erwachsenen**.

Dies ist z.B. nach Schlaganfällen, sowie bei Stimmproblemen, Stottern u.ä. der Fall. Wenn Sie Fragen dazu haben rufen Sie mich jederzeit an. Ich informiere Sie gerne.



## 3 Tipps für einen guten Start

### 3.1 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** erleben Kinder, wie es ist, sich über den Zeitraum von 30 bis 45 Minuten zu konzentrieren.

#### TIPP!

*So üben Sie mit Ihrem Kind, sich auf den Schulalltag vorzubereiten*

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 Mitschülern nicht 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 lange im Voraus vermitteln**. Kinder müssen Verständnis dafür entwickeln, dass sie nicht immer sofort zum Zug kommen. Denn gerade damit, dass dieses Verständnis fehlt, haben LehrerInnen immer wieder zu kämpfen. Es fällt vielen Erstklässlern schwer, sich in einen großen **Klassenverband zu integrieren**.

Häufig bereitet es ihnen Probleme zu warten, bis sie an der Reihe sind. Der Grund: Bisher konnte das Kind sicher sein, dass Eltern oder ErzieherInnen über kurz oder lang genügend Zeit hatte. Dies ändert sich jetzt grundlegend. Deshalb ist es ganz selbstverständlich, dass sich ein angehendes Schulkind in diesem Punkt **erst noch umstellen muss**. Leider gibt es auch Kinder, die so stark auf sich bezogen aufwachsen, dass diese Umstellung anfangs ihre und die ganze Kraft der Lehrerin/des Lehrers in Anspruch nimmt.

Für Eltern ist es wichtig, sich dieser Schwierigkeit bewusst zu sein. Man kann sich und sein Kind schon lange **vorher zu Hause darauf vorbereiten**. Dazu braucht man kein besonderes Programm, man muss sich nur immer wieder ins Gedächtnis rufen, wie es ist, LehrerIn von 25 SchülernInnen zu sein. Im **Alltag kann man mit den Kindern beispielsweise üben**, einmal auf etwas zu verzichten, etwas länger als bisher auf die Aufmerksamkeit zu warten oder auch bestimmte Gesprächsregeln einzuhalten.

#### RISIKO!

*Mit Ihren Äußerungen beeinflussen Sie die Einstellung Ihres Kindes zur Schule*

Ganz wichtig: Die eigene Einstellung zur Schule prägt das Kind und beeinflusst das kindliche Denken enorm. Vermeiden Sie deshalb alle negativen Äußerungen zu Ihrer eigenen Schulzeit. Auch wenn Sie selbst nicht nur positive Erfahrungen gemacht haben, behalten Sie diese für sich. Seien Sie also vorsichtig, was und wie Sie sich in Bezug auf die Schule äußern. Die unbewussten Wertungen können Ihr Kind stark verunsichern und ängstigen. Schauen Sie stattdessen lieber gemeinsam mit Spannung und Freude einem neuen Lebensabschnitt entgegen.



### 3.2 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 Malbücher und 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 und Kinderduden:** Das sind zwei Bücher, die Ihrem Kind beim Hausaufgabenmachen helfen. Im „Kinderduden“ werden einzelne Begriffe durch Geschichten erklärt. Das „Grundschulwörterbuch“ soll Ihrem Kind 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 1400 alphabetisch geordneten Stichwörtern und über 1000 farbigen Abbildungen werden Begriffe aus Geschichte, Naturwissenschaft, Technik, Politik, Kultur und Sport kindgerecht erklärt.



### 3.3 Der künftige Schulweg

#### INFO!

*Treiben Sie Ihr Kind nicht zur Eile. Gerade gehetzte Kinder sind im Straßenverkehr erheblich gefährdet*

Manche Eltern werden den ersten Schulwochen in Bezug auf mögliche Gefahrenquellen mit gemischten Gefühlen entgegen blicken. Besonders der Straßenverkehr birgt viele **kritische Punkte**. Aber auch dieser Situation kann man einiges an Problematik nehmen, wenn man sich zusammen mit seinem Kind vorbereitet. Wichtig dabei ist, dies nicht in letzter Minute zu tun.

Als sehr hilfreich hat sich erwiesen, wenn Eltern einen Stadtplan zu Rate ziehen, um mit dessen Hilfe die ungefährlichste Schulwegstrecke auszutüfteln. Natürlich gehören zu den möglichen Gefahrenquellen auch Ampeln, Baustellen, Überwege, Ausfahrten und anderes. Es ist sinnvoll, sich einen eigenen Schulwegplan für den zukünftigen Schulanfänger aufzuzeichnen.

#### TIPP!

*Je häufiger Sie mit Ihrem Kind den Schulweg üben, desto sicherer wird es*

Dabei sollte der zukünftige Schulweg nicht erst in der letzten Woche einstudiert werden. Man kann ihn schon in der letzten Kindergartenzeit in das tägliche Wegegpensum einbauen. Denn so müssen Sie sich und Ihr Kind nicht unter Druck setzen, alles baldmöglichst zu beherrschen.

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

### 3.4 Auch Buskinder müssen üben

#### TIPP!

*Nutzen Sie möglichst oft öffentliche Verkehrsmittel. So gewöhnt sich Ihr Kind schnell an die besonderen Anforderungen.*

Vielleicht wohnen Sie auf dem Land oder in einem Wohngebiet, von wo aus Ihr Kind seine 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. In der Tat verlangt einem Erstklässler schon der Schulweg und der neue Schulalltag enorme Konzentration ab. Der Umgang mit einem Verkehrsmittel kommt dann noch erschwerend hinzu.

Um sein Kind zu einem **souveränen Buskind** zu machen, muss man – ebenso wie beim Schulweg – schon sehr **früh mit der Vorbereitung beginnen**. Schon von klein auf sollte Ihr Kind sich an diese Weise der



Fortbewegung gewöhnen. Deshalb wäre es sinnvoll, Besorgungen statt mit dem Auto öfters mit dem Bus zu machen.



In der letzten Kindergartenzeit können Eltern dann gezielt auf die zukünftigen Schulbusfahrten hinarbeiten. Dabei muss man sich immer wieder in Erinnerung rufen, dass Dinge, die für uns Erwachsenen selbstverständlich sind, für die zukünftigen Buskinder neu sind. **Alle Schritte des Ein- und Aussteigens** sollte man genau besprechen und einüben. Ebenso den Aufenthalt im Bus.

**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 am besten in einem Täschchen um den Hals oder am Schulranzen befestigt bereithalten.

**Das Einsteigen und die Fahrt:** Trainieren Sie mit Ihrem Kind, den Handlauf zu benutzen, die Fahrkarte vorzuzeigen, den Schulranzen 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 und üben Sie gemeinsam mit Ihrem Kind, wo man sich festhalten kann, wenn man im Bus stehen muss.

### TIPP!

*Gerade das Ein- und Aussteigen sollten Sie besonders intensiv üben*

**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. Denn diese Situation ist eine der gefährlichsten auf dem Schulweg! Wenn Sie dieses Programm rechtzeitig bewältigen, werden Sie und Ihr Kind dem ersten Schultag etwas sicherer und entspannter entgegenblicken.

## 3.5 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.



## 4 Vorsorge und Sicherheit

### 4.1 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: Kinder gehören 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. Und diese Freizeitunfälle sind über die gesetzliche Unfallversicherung nicht abgedeckt.

Hinzu kommt, dass die Zahlungen nur unzureichend sind: Bei 100-prozentiger Minderung der Erwerbsfähigkeit beträgt die gesetzliche monatliche Unfallrente für Kinder ab dem vollendeten sechsten bis vor dem vollendeten 15. Lebensjahr zur Zeit 521,11 Euro (alte Bundesländer) beziehungsweise 435,56 Euro (neue Bundesländer). 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.

#### TIPP!

Die gesetzliche Unfallversicherung zahlt nicht in jedem Fall

### 4.2 Schutz vor hohen Sachschäden



Ebenso wichtig wie die Unfallversicherung ist 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, Schmerzensgeld oder gar die Zahlung des Verdienstausfalls bis hin zur Rente für den Geschädigten. Der Risikoschutz gilt somit sowohl für die Eltern als Aufsichtspflichtige über eigene oder fremde Kinder, als auch für die Kinder selbst.

## 5 Was Ihr Kind für die Schule braucht

### 5.1 Kinderbekleidung

Mit dem Übergang vom Kindergarten in die Grundschule gewinnt auch das Thema Bekleidung an Bedeutung. Zum Beispiel beim Schulweg: Egal wie intensiv Sie mit Ihrem Kind das Verhalten im Straßenverkehr geübt haben, im Spiel mit Freunden oder beim Entdecken neuer Dinge sind elterliche Ratschläge schnell vergessen. Umso wichtiger ist es, dass Ihr Kind möglichst früh gesehen wird.

**Je auffälliger die Kleidung** ist, desto eher wird das Kind von anderen Verkehrsteilnehmern wahrgenommen. Verzichten Sie daher auf dunkle Bekleidungsstücke und achten Sie darauf, dass an Jacken und Mänteln **reflektierende Streifen oder Aufnäher** angebracht sind. Diese Applikationen erhalten Sie in jedem Fachgeschäft. Sie erhöhen deutlich die Sicherheit und können ohne Probleme nachträglich angebracht werden.

Gleichzeitig werden Sie feststellen, dass Ihr Kind ein eigenes Modebewusstsein entwickelt: Sie werden jetzt bemerken, dass Ihr Kind immer genauere Vorstellungen hat, welche Kleidungsstücke ihm gefallen – oft sogar weil sie alt oder abgetragen aussehen. Dies ist ein ganz normaler Entwicklungsschritt, auch wenn die Vorstellungen von Eltern und Kindern dabei oft kollidieren. Auch wenn es schwer fällt: Verzichten Sie darauf, Ihrem Kind Ihren Willen aufzuzwingen. Denn selbst wenn Ihr Kind beispielsweise nach **langen Diskussionen** die von Ihnen ausgewählte Mütze aufzieht: Sie können nicht sicher sein, dass Ihr Kind die Mütze auf dem Schulweg nicht in den Schulranzen stopft.

**Schließen Sie daher Kompromisse:** Akzeptieren Sie beispielsweise den Lieblings-Pulli Ihres Kindes, so ausgewaschen er auch sein mag, wenn Ihr Kind im Gegenzug die Regentiefel mit Reflektoren akzeptiert. Wichtig ist auch, darauf zu achten, dass sich Ihr Kind ohne Probleme **selbstständig an- und ausziehen kann**. Falls Ihr Kind beispielsweise Probleme hat, eine Schleife zu machen, ist es sinnvoller, Slipper oder Schuhe mit Klettverschlüssen zu kaufen.

#### TIPP!

*Stellen Sie Sicherheit und Qualität in den Vordergrund*

#### TIPP!

*Akzeptieren Sie auch die Wünsche Ihres Kindes und schließen Sie Kompromisse*





## 5.2 Kinderfüße in Schuhen

Gesunde Füße brauchen Platz. Die Füße sollten so oft und so lange wie möglich barfuß laufen dürfen. Das gilt ganz besonders für die ganz kleinen Füßchen. Denn wenn die Füße trocken sind, der Boden nicht zu kalt und das Kind in Bewegung bleibt, dann ist barfuß laufen eine Wohltat für die gesunde Fußentwicklung.

Und beim Schuhkauf sollte man darauf achten, dass das Material beweglich ist, weich und atmungsaktiv. Das gilt nicht nur für die Straßenschuhe und die Turnschuhe, sondern gerade auch für die Hausschuhe. Die Schuhe sollten flach sein und die Gesamtlänge sollte unbedingt zwölf Millimeter länger sein, als die längste Zehe. Und natürlich muss bei Breite und Höhe ebenfalls ausreichend Luft bleiben. Es ist empfehlenswert, die Schuhe in einem guten Schuhfachgeschäft zu kaufen.

Dort wird man nicht nur fachgerecht beraten, das Kind kann den Schuh anprobieren und es wird geprüft, ob er wirklich passt. Ein Tipp: Schuhe nachmittags kaufen, weil die Füße im Tagesverlauf wachsen. Und wenn es unbedingt ein Schuh aus dem Versandhandel sein soll, dann muss der Fuß vorher zwingend abgemessen werden. Die Länge des Fußes plus zwölf Millimeter unbedingt mit den Angaben zu den Schuhgrößen des jeweiligen Versandhändlers abgleichen. Denn Schuhgröße ist nicht gleich Schuhgröße. Es ist schon ein Unterschied, ob man ein Schuhmodell nach deutscher Schuhgröße kauft oder zum Beispiel ein italienisches Modell. Darüber hinaus ist es wichtig, darauf zu achten, ob der Schuh aufgrund der Fußbreite eher schmal oder weit sein muss.



Klar ist: Wer neue Schuhe im Fachgeschäft kauft, ist auf der sicheren Seite. Aber wie lange? Das Kind wächst und der Schuh nicht. Vor allem wenn das Kind in der Schule ist und man nicht jeden Tag Turn- oder Hausschuhe sieht, ist Kontrolle angebracht. Das Kind stellt sich mit einem Fuß auf ein Blatt Papier oder dünnem Karton und der Umriss wird mit einem senkrecht gehaltenen Stift nachgezeichnet. Dann gibt man beim längsten Zeh noch zwölf Millimeter hinzu. Diese Zeichnung kann man ausschneiden und die Schablone in den Schuh des Kindes legen. Die perfekte Alternative wäre der „Plus 12“, ein spezielles Messgerät für die einfache und schnelle Passformkontrolle (zu beziehen unter [www.kinderfuesse.com](http://www.kinderfuesse.com)).

## 5.3 Der richtige Schulranzen

Endlich kann die erste greifbare Vorbereitung auf die Schule in Angriff genommen werden. Eltern und Großeltern freuen sich darauf, die Schultasche anzuschaffen. In manchen Familien wird der Schulranzen zu Ostern verschenkt. Meistens haben die Eltern ihr Kind schon vorher heimlich ausgefragt, welcher Schulranzen ihm am besten gefällt. Damit wird es dann überrascht.

Eine andere Möglichkeit besteht darin, den zukünftigen Schüler in den Kauf einzubeziehen. **Dadurch kann sich ein Kind weiter auf die zukünftige Lebenssituation einlassen.** Nehmen Sie sich aber mindestens einen Nachmittag für einen Bummel durch die Fachgeschäfte Zeit und vergleichen Sie intensiv und in Ruhe Preise und Qualität. **Wichtig dabei ist:** Der Schulranzen muss sehr viel aushalten. Er wird bei Wind und Wetter getragen, auch einmal in die Ecke geworfen oder zum Spielen zweckentfremdet. Deshalb sollten Sie sich für einen Ranzen hochwertiger Qualität entscheiden. Auch LehrerInnen bestätigen immer wieder, dass Billigprodukte oft die Grundschulzeit kaum bis zur Mitte überstehen. Achten Sie daher beim Kauf unbedingt darauf, dass der Ranzen der DIN-Norm 58124 entspricht oder die GS Plakette für geprüfte Sicherheit trägt.

Am besten wählen Sie eine Schultasche mit **geringem Eigengewicht** aus. Als Faustregel dafür gilt: Mit Inhalt dürfen **zehn Prozent des Körpergewichtes** nicht überschritten werden. Schultaschen, die zu schwer sind, und falsche Tragegewohnheiten der Schüler können auf Dauer an der Wirbelsäule **schwere Schäden** hervorrufen. Deshalb muss auch die Einstellung der Tragegurte regelmäßig kontrolliert werden. Zu kurz eingestellte Gurte können zu einer Rundrückenbildung, zu lang gelassene Gurte zu einer Hohlrückenbildung führen.



### RISIKO!

*Ein ungeeigneter oder schlecht eingestellter Schulranzen kann Haltungsschäden verursachen*

#### Die Einstellung der Tragegurte sollte folgendermaßen sein:

- Ober- und Unterkante der Schultasche sollten waagrecht verlaufen
- die Schultasche sollte mit der Schulterhöhe des Kindes abschließen
- sie sollte dicht am Körper getragen werden



Und noch ein paar Tipps:

- Achten Sie nach dem **Jahreszeiten- und Jackenwechsel** auf eine veränderte Tragegurteinstellung.
- Prüfen Sie einmal pro Woche mit Ihrem Kind in der Schultasche nach, ob sich **unnötiger Ballast** im Ranzen ansammelt.
- Wenn nicht ohnehin schon zahlreich vorhanden, sollte man **Rückstrahler oder Reflexfolien** am Schulranzen anbringen. Man kann die Reflexstreifen in jedem gut sortierten Nähbedarfsladen kaufen. Sie sind selbstklebend und besonders in der Herbst- und Winterzeit enorm wichtig für die Sicherheit Ihres Kindes!
- Sehr beliebt und von Verbrauchermagazinen mit dem Prädikat „Gut“ ausgezeichnet sind **ergonomisch geformte Schulranzen**. Solche Schulranzen besitzen eine sich dem Rücken anpassende ergonomisch geformte Rückenschale mit Netzabspannung und Beckenpolsterung. Sie garantieren eine große Armfreiheit und verhindern einen Wärmestau.

### 5.4 Der Arbeitsplatz Ihres Kindes

Mit der Schule kommen auch bald die ersten Hausaufgaben. Für die Eltern und vor allem für das Kind ist es wichtig, schon vorher zu überlegen: Wo werden wir später die Hausaufgaben erledigen? Dazu gibt es viele Möglichkeiten, die je nach Wohnsituation und Geldbeutel unterschiedlich ausfallen können.

#### TIPP!

*Eine geneigte  
Arbeits- und  
Sitzfläche beugt  
Haltungsschäden  
vor*

Zuerst sollte sich die Familie überlegen, ob und wo sie Platz für einen **Kinderschreibtisch findet**. Meist wird der Schreibtisch in das Kinderzimmer gestellt. Wichtig ist dabei, dass Ihrem Kind genügend Raum zum Spielen bleibt und der Schreibtisch das Kinderzimmer nicht völlig dominiert. Trotz Schule und Hausaufgaben steht schließlich das Spielen für die Erstklässler nach wie vor an erster Stelle. Und das wird sich auch später nicht so schnell ändern.

Überprüfen Sie daher genau, wie viel Platz im Kinderzimmer noch bleibt, wenn Sie sich Ihr Lieblingsmodell ins Kinderzimmer stellen. Eventuell kann man anderes, inzwischen überflüssiges Mobiliar oder Spielzeug aussortieren, um somit Platz für die veränderte Situation zu schaffen. Es gibt schmale und ausladende Schreibtischmodelle, die man auf die Platzsituation abstimmen kann. Zu empfehlen ist ein Schreibtisch mit geneigter Arbeitsfläche, da so eine optimale Sitzhaltung unterstützt wird und die Wirbelsäule und der Bandscheibenapparat im **Sitzen bei geradem Rücken** am wenigsten beansprucht werden. Orthopäden empfehlen beim Lesen und Schreiben eine **Neigung von mindestens 16 Grad**.

Und mit dem Problem, dass bei solch einer Schräge sämtliche Stifte herunterrollen, sind die Hersteller schon fertig geworden. Man kann Schreibtische kaufen, die eine Auffangrinne für die Stifte haben. Wiederum andere Modelle haben nur einen Teil des Schreibtisches mit einer Neigung versehen. Auch andere Hilfsmittel für die Hausaufgaben liegen dann gut bereit. Wenn der Tisch zudem **höhenverstellbar** ist, kann er immer dem momentanen Wachstum des Kindes angepasst werden.

Es muss jedoch nicht unbedingt ein superschicker, teurer Schreibtisch sein. Nicht jede Familie kann sich einen neuen Schreibtisch leisten, oft gibt es auch Platzprobleme oder das Kind möchte lieber in der Nähe einer Bezugsperson am Esstisch sitzen und dort die Hausaufgaben erledigen. Das muss dann nicht bedeuten, dass man auf einen guten Sitzplatz verzichten muss. All diese Anforderungen kann auch ein ganz gewöhnlicher Esstisch erfüllen. Sie benötigen lediglich ein geneigtes Auflagepult (42 x 50 Zentimeter). Auch hier ist eine flache Abbruchleiste als Stiftablage angebracht. Der **Schreibtischstuhl** sollte ebenfalls **höhenverstellbar** sein. Jedes halbe Jahr sollte man bei Tisch und Stuhl prüfen, ob beides noch richtig eingestellt ist, da das Kind in der Zwischenzeit gewachsen sein kann.

**TIPP!**

*Spezielle Kinderschreibtische wachsen mit und sparen so auf lange Sicht Geld*

So passen Sie Tisch- und Stuhlhöhe optimal an:

<b>Körpergröße des Schülers</b>	<b>Tischhöhe</b>	<b>Sitzhöhe</b>
97- 112	46	26
112-127	52	30
127-142	58	34
142-157	64	38
157-172	70	42
über 172	76	46

(nach der DIN/ISO-Norm 5970 für die optimale Tisch- und Sitzhöhe)

**TIPP!**

*So richten Sie den Arbeitsplatz ihres Kindes nach ergonomischen Gesichtspunkten optimal aus*

Außerdem ist es wichtig, dass der **Schreibtischstuhl** eine **federnde, höhenverstellbare** Rückenlehne hat, um den Rücken zu stützen. Ausreichende Beinfreiheit im Fußraum ist ebenso zu berücksichtigen. Eine **schräge Sitzfläche** kann ebenso dazu beitragen, eine gerade Haltung einzunehmen. Praktisch ist sie aber nur bei der vorderen

### INFO!

Ein Füller wird beim Schulstart nicht gebraucht.

Damit wird frühestens in der zweiten Klasse geschrieben

Sitzhaltung, die beim Lesen und Schreiben eingenommen wird. Da man sich bei schräger Sitzfläche nicht zurücklehnen kann, sollte die Sitzfläche des Stuhles beweglich sein. Einfacher und auf alle Stuhlformen anwendbar ist ein **Keilkissen**. Diese gibt es entweder aus Schaumstoff oder aufblasbar aus Plastik im Fachhandel und in Sanitätsgeschäften.

Zuletzt sei noch gesagt, dass Sie nach Möglichkeit einen **ruhigen Platz für den Schreibtisch** Ihres Kindes finden sollten. Die Konzentration wird durch jede Ablenkung beeinträchtigt. Vor allem, wenn (jüngere) Geschwister spielen wollen und die Hausaufgaben noch nicht fertig sind, müssen Kompromisse gefunden werden.



## 5.5 Stifte und Mäppchen

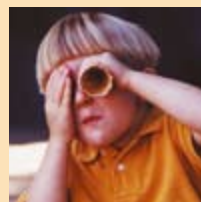
Hier darf man nicht nach dem Motto „Je mehr, desto besser“ verfahren, sondern man sollte genau überlegen, was sinnvoll ist. Beliebt sind immer noch die so genannten Doppeldeckermäppchen, den Lehrern sind sie jedoch ein Graus. Zum Einen braucht ein Doppeldeckermäppchen viel Platz auf dem Arbeitstisch. Zum Anderen ist es für die Kinder schwierig, in solch einem großen, unübersichtlichen Mäppchen Ordnung zu halten.

### INFO!

Mit dem Schulstart beginnt für die gesamte Familie eine neuer Lebensabschnitt

Besser geeignet sind **einstöckige Mäppchen**. Diese reichen völlig aus, um alle für die Schule erforderlichen Stifte Ihres Kindes unterzubringen. Darüber hinaus ist ergänzend auch ein **Schlammpermäppchen** für weitere Hilfsmittel wie Schere oder Kleber sinnvoll. Wichtig ist zudem, auf die Qualität der Stifte zu achten. Häufig abbrechende Buntstifte nehmen schnell die Freude am Malen oder Schreiben. Besonders zu empfehlen sind extra dicke Holzstifte, da diese äußerst stabil sind und den Erstklässlern die Stifthaltung erleichtern.

*Wie so ein erster Schultag in der Grundschule wohl abläuft?*





## 6 Jetzt geht's los – der erste Schultag

### 6.1 Ein ganz besonderer Tag

Für Eltern und Kinder ist der erste Schultag – nach dem ersten Kindergarten tag – ein wirklich **außergewöhnlich spannender Tag**. Viele Mütter und Väter haben an diesem Tag das Gefühl, von einer vergangenen Lebensperiode Abschied zu nehmen. Manchmal ist dieses Gefühl etwas wehmütig. Doch eines ist sicher: Eltern und Kinder sind an ihrem ersten Schultag sehr aufgeregt und voller Erwartungen.



Schon einige Zeit vorher überlegen sich die Eltern, was ihr Erstklässler und die anderen Familienmitglieder anziehen werden, wie die Schultüte gefüllt wird und wie man diesen Tag gebührend feiert. Es ist schön, dass inzwischen fast alle Väter – die sich Urlaub nehmen können – dabei sind. Die ganze Familie, oft auch die Großeltern oder Paten nehmen an diesem besonderen Tag teil.

Als Eltern haben Sie vielleicht noch Erinnerungen wie Ihr erster Schultag damals ablief. Doch der Ablauf hat sich inzwischen verändert. Denn viele Grundschulen gestalten ganz individuell eine Einschulungsfeier und machen diesen Tag zu etwas ganz besonderem. Beispielsweise versammeln sich die Eltern und Kinder in der Aula oder Turnhalle. Häufig haben die vorherigen Erstklässler ein kleines Programm vorbereitet. Es werden Lieder gesungen, Gedichte über den Schulalltag vorgetragen und viele aufmunternde Worte von Lehrern und der Schulleitung gesprochen.

Nach dieser kleinen Feier werden die Kinder entweder von der Lehrkraft aufgerufen und mit den Verwandten ins Klassenzimmer geleitet oder sie orientieren sich mit ihren Eltern selbst anhand von Listen, in welche Klasse sie von nun an gehen werden. Danach gehen die Kinder zusammen mit Ihrer Familie, ihrer Lehrerin oder ihrem Lehrer in den neuen Klassenraum und suchen sich dort einen Sitzplatz. Nach einer kurzen Ansprache verlassen die Eltern das Klassenzimmer.



Die meisten Kinder denken, dass sie gleich am ersten Schultag Buchstaben schreiben lernen oder eine schwierige Rechenaufgabe lösen dürfen. Tatsächlich versuchen die Lehrer als Erstes, den Kindern Aufgaben zu geben, die sie schon sehr gut können. Deshalb werden die Schüler zum Beispiel eher ein Arbeitsblatt zum Malen bekommen. Das Thema kann sich mit der Schultüte oder anderen für die Kinder wichtigen Themen innerhalb ihres neu begonnenen Schullebens befassen.

Bereits nach einer Stunde können die Eltern ihre Sprösslinge meist wieder von der Schule abholen, denn aller Anfang ist auch anstrengend. Danach liegt es in der Hand der Eltern, einen geruhsamen, einen ereignisreichen oder feierlichen Tag für den Schulanfänger und die Familie zu gestalten.

## 6.2 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. Bereits 100 Jahre später verschönerte die Schultüte vielen Schulanfängern den ersten Schultag. 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. In der Tat freuen sich die Erstklässler besonders auf den geheimnisvollen Inhalt und tragen ihre Schultüte ausgesprochen dekorativ und vorsichtig in die Schule und wieder nach Hause zum Auspacken.

### TIPP!

*Basteln Sie  
gemeinsam mit  
Ihrem Kind eine  
individuelle  
Schultüte*

Schultüten gibt es in den Monaten vor der Einschulung in fast jedem Kaufhaus und in allen Papierwarenläden zu kaufen. In vielen Kindergärten entwickelt sich trotz der **Angebotsvielfalt** ein anderer Trend. Dort besteht häufig die Möglichkeit, mit dem Kind gemeinsam ein Schultütenmodell auszusuchen und zu basteln. Meist stecken die Mütter sehr viel Liebe und Zeit in ein **individuell gestaltetes Unikat**, das noch lange nach dem ersten Schultag einen Ehrenplatz erhält. Für Kinder ist es eine gute Erfahrung, dass nicht alles nur gekauft und später wieder weggeworfen werden kann, sondern sich vieles selbst fertigen lässt und dadurch viel wertvoller wird.

Nun wäre da noch die Frage nach dem **Inhalt der Schultüte**. Früher wurde eine Schultüte voll gestopft mit Süßigkeiten, heute gehen Eltern zu einer gesundheitsbewussten Variante über. Der Inhalt besteht aus einer Mischung von (gesunden) Süßigkeiten und kleinen Schultensilien oder Spielsachen. Wichtig: Nach dem Motto

weniger ist oft mehr soll das Kind nicht mit Geschenken überhäuft werden. Bremsen sie auch Verwandte, wenn Ihnen die Menge der Zusatzgeschenke zu viel wird.

**Beliebt und geeignet sind:** Schreib- oder Buntstifte, ein Konzentrationsspiel, Mal- oder Bilderbuch, 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, Gutschein für einen Ausflug, zum Beispiel in den Zoo. Als Füllmaterial für die Tütenspitze kann man entweder Zeitungspapier oder eine Tüte Popcorn verwenden.

### TIPP!

*Schenken Sie statt Süßigkeiten lieber Dinge mit Bezug zur Schule. So hält die Freude länger an*





## 7 Der Alltag in der Grundschule

### 7.1 Was lernt mein Kind in der ersten Klasse?

Die erste Klasse ist eine besondere Situation. Sie ist ein Übergang vom relativ freien Kindergarten zum täglichen Lernen. Die Kinder müssen sich im Stillsitzen üben und auf die neue Klassengemeinschaft einlassen.

So lernt ihr Kind einiges, was sie auf den ersten Blick gar nicht greifen oder sehen können. Anfangs liegt der Schwerpunkt auf dem **Erlernen von Arbeitstechniken**. Denn vieles, was grundlegend für das gesamte Lernen und Arbeiten ist, muss erst in **kleinsten Schritten** eingeübt werden, selbst Dinge die uns Erwachsenen selbstverständlich erscheinen. Zum Beispiel lernen die Kinder, wie man einen Bleistift richtig hält, wie man mit dem Radiergummi umgeht oder ein Wort unterstreicht. Weiterhin wird der Umgang mit den Heften und das Aufräumen des Arbeitsplatzes eingeübt.

Diese **lebenspraktischen Dinge und das soziale Verhalten** sind ebenso bedeutsam und wichtig wie der Rahmenplan, in dem geregelt ist, was ein Grundschulkind lernen soll. Dabei sind das erste und zweite Schuljahr als Lerneinheit verstanden. Über Einzelheiten kann sie am besten die Klassenlehrerin oder der Klassenlehrer informieren.

### Lernmaterial Linkshänder

**Kornelia Oetzel**

Mathilde-Franziska-  
Annekstraße 16  
68519 Viernheim

Tel./Fax (0 62 04) 7 27 52

E-Mail: [lernen-mit-spass@gmx.de](mailto:lernen-mit-spass@gmx.de) · <http://www.sinnvoll-lernen.de>

### Mit allen Sinnen lernen!

Unsere Angebots-Schwerpunkte:

- Legasthenie
- Dyskalkulie
- Förderprogramme, Unterrichtsmaterialien und Spiele zur Förderung des ganzheitlichen Lernens
- Unterstützendes Schreibmaterial bei motorischen Unsicherheiten
- Praktische Linkshändermaterialien
- AD(H)S
- Linkshändigkeit

### 7.2 Der Tagesablauf

Der Tagesablauf ist von Klasse zu Klasse unterschiedlich und wird von der Klassenlehrerin/dem Klassenlehrer individuell gestaltet. Ankerpunkte sind hierbei Rituale, die den Schultag strukturieren. Oftmals stellt der Tagesbeginn für die Schüler die erste

Orientierung und Sammlung in der Gemeinschaft dar. So können ein **Begrüßungslied** gesungen, gebetet, eine Geschichte vorgelesen oder aber wichtige Anliegen angesprochen werden. Eventuell schließt sich die Kontrolle der Hausaufgaben an.

Den zu vermittelnden Lernstoff verteilt der Lehrer nach pädagogischen und didaktischen Gesichtspunkten auf den Schultag: Bewegungspausen lösen Phasen der Anspannung und Konzentration ab. Die Unterrichtsinhalte werden entweder gemeinsam erarbeitet oder die Schüler entwickeln in Partner- beziehungsweise Gruppenarbeit eigene Lösungswege zu bestimmten Fragestellungen. Der Lernstoff wird in Phasen der Einzelarbeit gesichert und eingeübt. Dies ist auch Ziel der Hausaufgaben, die jeden Tag gemeinsam aufgeschrieben werden. Der Schultag endet meist mit einem kurzen Gespräch, einer Verabschiedung oder einem Abschiedslied.

In einigen Klassen gibt es **freie Arbeitsphasen**. Sie unterscheiden sich vom gemeinsamen Erarbeiten darin, dass individuelle Aufgabenstellungen gewählt und gelöst werden. Hierbei können Lerninhalte unterschiedlich aufgearbeitet und vertieft werden. In freien Arbeitsphasen entscheiden Kinder selbst, welcher Aufgabe sie sich zuwenden, sie teilen sich die Tätigkeit eigenständig ein und werden so zu selbstverantwortlichem Arbeiten angeleitet. Über Arbeitsergebnisse dieser Phasen tauschen sich die Schüler und die Lehrkraft wieder aus. Zudem kann die Lehrkraft gezielt auf Schüler mit **besonderem Förderbedarf** eingehen.



## INFO!

*Der heutige Schulltag unterscheidet sich deutlich von Ihren eigenen Erfahrungen*



**IN  
BESTEN  
HÄNDEN**

Seit 1993!

**PRAXIS FÜR  
ERGOTHERAPIE**

BÜCHNER UND SCHULZE-HARTUNG

Rheinstraße 26D · 64625 Bensheim  
Telefon 0 62 51/30 15  
[www.ergopraxis-bensheim.de](http://www.ergopraxis-bensheim.de)



## 7.3 Hausaufgaben

### 7.3.1 Wozu sind Hausaufgaben da?

Hausaufgaben werden bei Schülern zur **Vertiefung und Übung** des gelernten Schulstoffes eingesetzt. Dabei sollen die Schüler lernen, selbstständig zu arbeiten und sich verantwortlich zu fühlen. Die Hausaufgaben können mündlich, schriftlich oder praktisch zu bearbeiten sein. Für Lehrer ist die Hausaufgabe ein Mittel, das Wissen der Schüler zu überprüfen und eventuelle Probleme aufzudecken, um anschließend darauf reagieren zu können. Sie geben dem Lehrer Rückmeldung, ob die Klasse den am Vortag gelernten Stoff wirklich aufgenommen hat.

#### **TIPP!**

*Veranschlagen Sie  
rund 30 Minuten  
für die täglichen  
Hausaufgaben*

### 7.3.2 Wie lange sollte ein Erstklässler dafür brauchen?

In der ersten Klasse geht man in der Regel davon aus, dass die Schüler **circa eine halbe Stunde Arbeitszeit** für Hausaufgaben veranschlagen können. Diese Zeitspanne wird am Anfang der Schulzeit oft überschritten, obwohl die Kinder wenig Hausaufgaben zu erledigen haben. Der Grund: Der Schüler muss in den ersten Wochen noch lernen, sich an seinem Arbeitsplatz zu konzentrieren und die gestellte Aufgabe ohne Unterbrechungen zügig zu bewältigen. Aufgrund kleiner Spielphasen zwischen der Arbeit werden aus einer 15-minütigen Hausaufgabe am Ende schnell 45 Minuten. Wenn Ihr Kind die 30 Minuten immer wieder um einiges überschreitet, suchen Sie das Gespräch mit der Klassenlehrkraft.

### 7.3.3 Wie lernt man, Hausaufgaben zu machen?

Als Erstes müssen Sie zusammen mit Ihrem Kind herausfinden, zu welcher Zeit es die größte Leistungsfähigkeit hat. Und das ist nicht immer direkt im Anschluss an die Schule. Die Erstklässler kommen nach Hause und haben vier bis fünf Schulstunden hinter sich gebracht. Nun brauchen sie erst einmal Entspannung.

Lassen Sie sich ein bis zwei Wochen auf das Experimentein, dass Ihr Kind den **Zeitpunkt selbst bestimmen kann**. Je nach Typ wird es die Sache etwas nach hinten verschieben oder alles möglichst schnell erledigen. Wenn der Schulanfänger trotz Hinweis die Aufgaben erst gegen Spätnachmittag oder kurz nach dem Abendessen machen will, sollten Sie auch auf diese Zeit eingehen. Sehr schnell wird Ihr Kind feststellen, dass dies eigentlich nicht die beste Zeit zum Hausaufgaben machen ist.

Erstens kann es sich erfahrungsgemäß schlecht konzentrieren und zweitens ist in den meisten Familien um diese Uhrzeit sehr viel los, so dass ein konzentriertes Arbeiten am Schreibtisch nicht gewährleistet ist. Jetzt ist ein gemeinsames Gespräch wichtig. Miteinander wird überlegt, warum der Zeitpunkt ungünstig war und welcher Zeitpunkt das nächste Mal besser geeignet wäre.



Bei dieser Uhrzeit sollte es zunächst bleiben. Erinnern Sie Ihr Kind rechtzeitig ans Anfangen, damit das Spiel nicht abrupt abgebrochen werden muss. Wünschenswert ist es, wenn Ihr Kind seine Aufgaben möglichst bald **selbstständig ausführt**. Doch in der Praxis sind Kinder anfangs oft unsicher. Deshalb empfiehlt sich folgende Regelung: Am Anfang erzählt das Kind, was es heute alles zu erledigen hat. In den ersten Tagen oder Wochen kann man dann bei unsicheren Kindern noch etwas helfen, sollte sie danach aber immer weiter in das eigenständige Arbeiten entlassen. Zeigen Sie Ihrem Kind, dass es selbst **überlegen und handeln** soll. Signalisieren Sie ihm Hilfe, wenn es wirklich nicht mehr weiterkommt.

### TIPP!

*Lassen Sie Ihr Kind über den richtigen Zeitpunkt für die Hausaufgaben mitentscheiden*

Diese ist sinnvoll, wenn man sich Aufgabenstellung und Denkschritte vom Kind erklären lässt, um vorsichtige Einwürfe zu machen, die den Erstklässler selbst wieder auf die Spur bringen. Nur Lösungen aufzuzeigen würde die Kinder in die Unselbstständigkeit führen. Anschließend soll das Kind wieder alleine weiterarbeiten. Wer von Anfang an neben seinem Kind sitzt, wird dies aus gemeinsamer Gewohnheit noch in der vierten Klasse tun!

Manchmal erinnern sich Kinder gerade bei den Hausaufgaben an **Probleme** mit Mitschülern oder ärgern sich über die Lehrkraft oder die „vielen“ Hausaufgaben. Versuchen Sie zunächst neutral die Sorgen Ihres Kindes anzuhören. Wenn Ihr Kind mit seinen starken Gefühlen vertrauensvoll zu Ihnen kommt, wäre es problematisch, wenn Sie seine Probleme abtun würden. Gerade in einem solchen Moment braucht Ihr Kind Ihre Hilfe und Ihr Mitgefühl, um seine Wut, seine Enttäuschung oder den Ärger zu verarbeiten. So kann es am nächsten Tag wieder neu anfangen.



## 7.4 Lernprobleme

### TIPP!

Nehmen Sie die Sorgen und die Ängste ihres Kindes ernst

Fast jedes Kind hat auf die eine oder andere Weise Probleme mit Teilbereichen der Schulanforderung. Sei es das hoch motivierte Einzelkind, das ständig der Lehrerin ins Wort fällt, der Linkshänder mit anfänglichen Schreibproblemen oder das ruhige Mädchen mit den Rechenschwierigkeiten. 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, aber wenn die notwendige Ruhe und die Akzeptanz für Ihr

Nachhilfe zwecklos: 10 – 15 % aller Kinder leiden unter einer Lese-Rechtschreib-Schwäche

#### Hat auch Ihr Kind Probleme im Lesen oder Schreiben?

- Kostenloser Test & Beratung
- Einzeltherapie – sicher zum Erfolg!

Institut für  
Lese-Rechtschreib-Schwäche



Viernheim, Rathausstraße 47  
Telefon: 0 62 04/9 38 17 81

#### Hilfe bei Legasthenie,

**Lese- & Rechtschreibschwäche,  
Leseschwierigkeiten**

**TEST • BERATUNG • THERAPIE**

**M.A. Anja Fuchs**

Bahnhofstraße 38 • 69412 Eberbach  
Telefon: 0 62 71/91 67 13  
[www.legasthenietherapie-eberbach.de](http://www.legasthenietherapie-eberbach.de)

## ASS Legastheniezentrum Heidelberg

- Test, Beratung, Therapie
- LRS/Legasthenie
- Dyskalkulie
- LRS in der Fremdsprache
- Schulvorbereitungskurs
- Schreibwerkstatt



Poststraße 48  
69115 Heidelberg  
Telefon 0 62 21/60 19 82



Kind mit all seinen individuellen Schwächen vorhanden sind, dann wird sich Ihr Kind langsam aber sicher in seinen Problembereichen verbessern.



Wenn Sie das Gefühl haben, Ihr Kind kommt aus einer Blockade auch nach längeren Anstrengungen nicht heraus, dann sollten Sie sich weitere Hilfe suchen. Wenn Sie annehmen, dass Ihr Kind den Schulanforderungen über einen längeren Zeitraum nicht entsprechen kann und schon in seiner bisherigen Entwicklung bestimmte Probleme auftraten (zum Beispiel das Kind das Krabbeln übersprungen hat, spät zu sprechen begonnen hat, sich im Kindergarten schlecht konzentrieren konnte) sollten Sie das **Gespräch mit der Lehrkraft** suchen.

Beachten Sie, dass jeder **Schüler seine eigene Arbeitsweise** entwickelt und sein **individuelles Tempo** hat. Vergleiche mit anderen Kindern erhöhen nur den Druck auf Sie und Ihr Kind.

Dabei ist es wichtig, sich vorbehaltlos über Probleme des Kindes auszutauschen. Gemeinsam mit der Lehrkraft, sowie später mit der entsprechenden Facheinrichtung werden Sie zum Wohle Ihres Kindes sicher einen Weg finden, um ihm die tägliche Lernfrustration der Schule zu ersparen. Denn in einer Facheinrichtung wird mit Ihrem Kind seinen Problemen entsprechend individuell gearbeitet und gelernt.

**Es gibt viele Möglichkeiten**, den Knoten bei einem Kind zu lösen. Einleuchtend erscheint die Methode, Denkprozesse, die für das Kind momentan zu „schwierig“ und abstrakt sind, in Seh-, Hör-, Tast- und Erlebbares umzuwandeln. Wenn ein Kind Probleme mit dem Addieren von Zahlen hat, dann können zwei große verschiedenfarbige Holzwürfel (in Spielzeugläden erhältlich) dabei helfen, die ganze Sache etwas attraktiver und begreifbarer zu machen.

Helfen können Sie auch, wenn ein Schüler Schwierigkeiten hat, einzelne Buchstaben im Kopf zu behalten. Das kann man mit **lustigen Spielen** sehr abwechslungsreich üben. Lassen Sie Ihr Kind beispielsweise mit dem Finger einzelne Buchstaben auf Ihren Rücken malen, die Sie erraten müssen. Auch Sandpapierbuchstaben, welche die Kinder mit den Fingern nachfahren, werden auf einer anderen Ebene erlebt, als wenn sie nur im Lesebuch gesehen werden.

Oft erleichtern sich Schüler ihre Lese- und Schreibprobleme auch, indem sie neue Wörter, Rechenaufgaben oder Buchstaben in bunten, leuchtenden Farben schreiben. Farben ermuntern und motivieren. Das Auge bekommt stärkere Signale.

### TIPP!

*Diese Tricks  
helfen Ihrem Kind  
bei Lese- und  
Rechenproblemen*



## 7.5 Betreuungsmöglichkeiten

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

Hierüber werden Sie bei der Schuleinschreibung genauer informiert. Für **eventuell auftretende Lücken in der Betreuung** sollten Sie unbedingt in Ihrer Planung vorgesorgt haben.

### INFO!

*Kümmern Sie sich frühzeitig um einen Betreuungsplatz - am besten zeitgleich mit der Schulanmeldung*

Wenn Sie ganztags berufstätig sind, sollten Sie sich frühzeitig um die Betreuung Ihres Kindes während Ihrer Abwesenheit kümmern. Schon bei der Schulanmeldung kann man sich nach **Betreuungsangeboten** erkundigen. Neben der betreuenden Grundschule gibt es mancherorts auch die Möglichkeit, das Kind in einem Hort unterzubringen. Auch eine Tagesmutter oder stundenweise Betreuung durch die Eltern anderer Kinder sind denkbar.

Gemeinnütziger Träger der Jugendhilfe

Odenwälder Verein für Bildungs- und Kulturarbeit e.V.

# LERNSTUBB

Hausaufgabenbetreuung u. Förderkurse (auch einzeln)  
Maßnahmen bei L-R-S u. R-S durch Dipl.-Psychologin

Lindenstraße 14, 64720 Michelstadt  
Tel. 06061-72946, Fax 06061-12133  
[www.lernstubb-odenwald.de](http://www.lernstubb-odenwald.de)

## Die Nachhilfe-Profis

Fachbezogene Minigruppen. Qualifizierte Lehrkräfte.

Spezielle Hilfe bei Lese-Rechtschreib-Schwäche

<b>Michelstadt</b>	Bahnhofstraße 34	06061/7 28 99
<b>Höchst</b>	Erbacher Straße 22-24	06163/91 29 73
<b>Reinheim</b>	Pöllnitzstraße 2	06162/96 85 55
<b>Beerfelden</b>	Brunnengasse 1	06068/9 11 00
<b>Bensheim</b>	Fehlheimer Straße 8	06251/6 44 86



## 8 Die Gesundheit Ihres Kindes

### 8.1 Gesunde Ernährung

An erster Stelle steht am Morgen vor dem Schulanfang **das Frühstück**. 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.



**Ebenso wichtig wie das Essen ist das Trinken.** Es ist immer noch nicht hinreichend bekannt, wie wichtig ausreichend Flüssigkeit vor allem in leistungs- oder stressbetonten Situationen ist. Gemeint sind damit aber keineswegs süße Sprudel und Mixgetränke. Zu Hause sollten Sie Ihrem Kind schon vor der Einschulung regelmäßig ein großes Glas Wasser oder mit Wasser gemischten Saft zum Trinken geben. Für die Schule stellen sie am besten schon jetzt eine Flasche zum Mitnehmen bereit. Geben Sie Ihrem Kind eine ausreichende Menge stilles Wasser, Mineralwasser, Tee- oder Saftmischungen mit in die Schule. Achten Sie bitte bei der Zusammenstellung des Pausenbrottes auf eine abwechslungsreiche Kost.

#### TIPP!

*Kinder sollten pro Tag mindestens einen Liter Flüssigkeit zu sich nehmen*

## Bettina Weingarten

Heilpraktikerin und Atemtherapeutin

Leidet Ihr Kind unter **Konzentrationschwäche**, motorischer **Unruhe** ("Zappelphilipp"), dem sog. Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom (ADS)?

Eine **Virusinfektion** und/oder **Nahrungsmittelallergie** sind oft die Ursache!

Umfassende **Testung** und nebenwirkungsfreie **Therapie** sind das Konzept der biologischen Ganzheitsmedizin.

Ergänzend trägt die **Atemtherapie** zur Lösung anhaltender Spannungszustände und innerer Konfliktsituation bei.

Waldstraße 2 · 64720 Michelstadt · Telefon 0 60 61/96 04 70



Wenn Sie beobachteten, was die Hausmeister der Grundschule an Müll nach nur einer Pause auf dem Schulhof zusammensuchen müssen, wären Sie erstaunt. Obwohl die Schulleitung an jedem Elternabend auf umweltgerechte Verpackung hinweist, gibt es Mengen von kleinen Trinktüten aufzulesen. Deshalb verstärkt die Bitte: Kaufen Sie Ihrem Kind eine **Trinkflasche und eine große, gut verschließbare Brotdose**, die genügend Platz für ein Brot und ein Stück Obst bietet!

### Dazu noch ein 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 daneben gehen, ohne dass die Hefte beschmutzt werden.



## 8.2 Sieht mein Kind wirklich gut?

Um Ihrem Kind einen optimalen Schulstart zu ermöglichen, sollten Sie es nicht versäumen, auch **die Sehfähigkeiten Ihres Kindes** überprüfen zu lassen. Denn nichts ist überflüssiger als durch Sehschwierigkeiten verursachte Probleme beim Schulstart. An bestimmten Verhaltensweisen können Sie bei Ihrem Kind schon früh **Sehprobleme** erkennen.

Daran erkennen Sie Sehprobleme bei Ihrem Kind:

- Kopfschmerzen
- häufiges Augenreiben
- schiefe Kopfhaltung
- zu dichtes Sitzen vor dem Fernseher
- falsches Abschreiben von der Tafel
- Konzentrationsstörungen
- „mit der Nase“ lesen und schreiben
- Verwechseln von Zahlen und Buchstaben

In den meisten Fällen löst eine Brille das Problem. In der Regel haben Kinder auch nichts dagegen einzuwenden. Vielmehr ist eine Brille oft ein Symbol für das Erwachsenwerden. Benötigt Ihr Kind eine Brille, ist es wichtig, dass Sie Ihr Kind bei der Brillenwahl **selbst entscheiden lassen**, damit das Kind die neue Brille von Anfang an selbstbewusst und mit Freude trägt.

Wichtig ist, dass Sie besonderen Wert auf die Qualität der Fassungen und Gläser legen, da Kinderbrillen täglich extremen Belastungen ausgesetzt sind. Wenn Sie dies berücksichtigen, brauchen Sie sich auch keine Sorgen machen, dass sich Ihr Kind durch die Brille verletzen könnte. Tatsächlich ist es so, dass Augenärzte festgestellt haben, dass eine Brille bei Sport- oder Freizeitunfällen Schutz bietet.

## TIPP!

Lassen Sie die Sehfähigkeit des Kindes regelmäßig überprüfen



**Augenärzte**  
**Dr. med. Michael Vogt**  
**Dr. med. Ulrich Sjöpe**

**Sehschule**  
**Amblyopie-Screening**

Darmstädter Straße 1 64646 Heppenheim  
Telefon: 0 62 52/37 36

**Sprechzeiten:**  
Montag–Donnerstag: 08.00–13.00 Uhr und  
14.00–18.00 Uhr  
Freitag: 08.00–14.00 Uhr



**Lippert Augenoptik GmbH**

Studio für visuelle Wahrnehmung  
Alte Bergstrasse 76/78, 64665 Alsbach

Telefon: 0 62 57/31 56 · Telefax: 0 62 57/32 38  
E-mail: [Augenoptik-Lippert@t-online.de](mailto:Augenoptik-Lippert@t-online.de)

Prüfung auf Defizite bei:  
LRS, AD(H)S, Lern-Lese-Problemen  
im Zusammenhang mit Dem Sehen

Wir sind spezialisiert auf:

- ✓ Kinderoptometrie
- ✓ Winkelfehlsichtigkeit
- ✓ Optometrisches Seh-Training
- ✓ Farbfeldanwendung

Fordern Sie unseren Fragebogen an



## 8.3 Hörprobleme bei Schulkindern

Hörprobleme bei Schülern 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 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.

### INFO!

*Kinder reagieren meist positiv auf Hörhilfen, da sie sofort eine Verbesserung erleben*

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 und auch im Diktat Fehler machen. Ist das Hörvermögen eingeschränkt, so sind an das jeweilige soziale Umfeld hohe Anforderungen im Umgang mit dem Kind gestellt.

Silke Brandes vom Forum Besser Hören: „Im ersten Schritt müssen Eltern wie Lehrer gleichermaßen ein Bewusstsein für die Bedeutung des Hörens aufbauen. Ist dieses Bewusstsein schließlich vorhanden, fällt der zweite Schritt meist leichter: Bei einem Großteil der Kinder mit Hörminderungen empfiehlt sich die Anpassung eines Hörsystems. Je früher diese Anpassung erfolgt, desto größer ist die Chance auf eine Korrektur der Hörminderung.“ Bei fachgerechter Betreuung durch einen HNO-Arzt und den Hörgeräte-Akustiker 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.

Eine Liste mit Tipps, Kontaktadressen und Buch-Empfehlungen rund um das Thema kann kostenlos beim Forum Besser Hören in Hamburg angefordert werden.

### Kontakt:

Forum Besser Hören, Spadenteich 1, 20099 Hamburg  
 Telefon: 040/284013-50, Fax: 040/284013-40  
 E-Mail: [info@forumbesserhoeren.de](mailto:info@forumbesserhoeren.de)  
 Internet: [www.forumbesserhoeren.de](http://www.forumbesserhoeren.de)



## Dr. Annette Peylo · Dr. Stephan Peylo Kieferorthopäden



- Zahnregulierung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
- unsichtbare Zahnspangen
- Behandlung von Kiefergelenks- und Gesichtsschmerz

Friedrichstraße 36 · 64646 Heppenheim · Tel.: 0 62 52 / 67 47 47  
Internet: [www.docpeylo.de](http://www.docpeylo.de)

### 8.4 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 BehandlerInnen verteilen dürfen.
- Gedankenlos erzählen Familienangehörige in Anwesenheit von Kindern „Katastrophengeschichten“ von vergangenen Zahnarztbesuchen. Dies schürt die lebhafteste Fantasie und Ängste der völlig unbedarften Kinder. Es sollte nur von positiven Begegnungen erzählt werden. Sind diese nicht vorhanden, kann ein entsprechendes Bilderbuch vorgelesen werden.

**TIPP!**

Auf der Internetseite [www.lagz.de](http://www.lagz.de) können Kinder spielerisch mehr über die Zahnpflege erfahren

- 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 Unbewussten 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 „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 (alleine machen), das hier genutzt werden kann.

**Buchtip:** Hildegard Markwart, Zahnärztin und Pädagogin: „Schleckis und Schlampis Abenteuer mit der Zahnfee vom blauen Fluss“. Ein Lern- und Spaßbuch zur Zahngesundheit.

*Das schönste Geschenk der Welt:  
ein Kinderlachen mit gesunden Zähnen!*





## 9 Was neben der Schule wichtig ist

### 9.1 Der freie Nachmittag – Stressabbau

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 gerade die Eltern dafür Sorge tragen, dass sich vor allem die Erstklässler **am Nachmittag nicht zu viel zumuten**. Verplanen Sie das Kind nicht mit verschiedensten Aktivitäten und Terminen. Sicher ist es schön, wenn man nach den Hausaufgaben vielleicht ein Treffen mit einer befreundeten Familie vereinbart.

Doch wird eine Verabredung zu einem psychischen Druck während der Hausaufgaben, wenn ein genauer, recht knapp bemessener Termin folgen soll. Hat sich ein Kind nicht nach Schule und Hausaufgaben einen freien Nachmittag mit den Nachbarkindern vor dem Haus verdient? Ist nämlich die ganze Woche verplant, stellt sich die Frage, ob Ihr Kind noch genügend aufnahmebereit für die Anforderungen der Schule ist. Seien Sie sich bewusst, dass vor allem die erste Klasse einen enormen Wandel für Kind und Familie darstellt. Die neuen Anforderungen sind zwar gut zu schaffen, doch sollte sich Ihr Kind darauf konzentrieren können.

**Um sich am Nachmittag entspannen zu können**, sollten Sie wenig andere Förderbereiche während der ersten Klasse ausbauen, dies bedeutet, dass Sie für Ihr Kind höchstens eine zusätzliche Aktivität pro Woche einplanen. Davon ausgenommen sind Abmachungen unter Freunden



**INFO!**

*Eine aktive  
Freizeitgestaltung  
ist die Grundlage  
für eine gute schu-  
lische Entwicklung*

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.

Vemeiden 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.

Manche Kinder brauchen aber auch Zeit, ganz für sich im Kinderzimmer herumzuwerkeln, sich sozusagen langsam von der angespannten Konzentrationsphase zu erholen. Ein Kind, das sich an einem Nachmittag gut erholen, entspannen, austoben und spielen konnte, wird frisch gestärkt und mit neuem Elan an den nächsten Schularbeitstag gehen können.



## 9.2 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. Problemkinder werden oft 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 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 immernoch 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 aber letztendlich immer bei den Eltern.

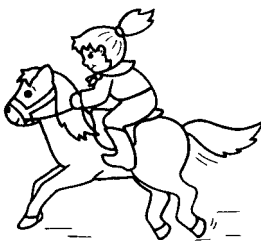


### INFO!

*Haustiere fördern die Entwicklung. Die Pflege müssen aber die Eltern übernehmen*

Kinderreitsportzentrum · [www.ulrike-mohr.com](http://www.ulrike-mohr.com) · Benzheim · 01 71-26 25 600

- Schnupperkurse in den Ferien
- Reitabzeichenlehrgänge
- Ponyreiten ab 5 Jahre



- Turnierförderung
- Mini Volti ab 3 Jahre
- Heilpädagogisches Reiten

## 9.3 Musik, Sport und Freizeitangebote



**Musikerziehung** fördert die Entwicklung Ihres Kindes vielseitig und nachhaltig. Sie kann einen Zuwachs an Kreativität, Konzentrationsvermögen, sozialen Fähigkeiten, 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.

### TIPP!

Musikerziehung  
fördert die  
Entwicklung ihres  
Kindes nachhaltig

Nach der musikalischen Früherziehung im Vorschulalter besteht die Möglichkeit, ein Musikinstrument zu erlernen. Die Neigungen und Wünsche des Kindes sollten 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.



**Musik-Ecke**  
Tel.: 06251/61613  
Mobil 0160/5505249

Einen guten Start zum ersten Schuljahr wünscht euch  
Das Lehrerteam  
Gerhard Röding - Frank Karnstedt  
Petra Meister

**Privat-Musikunterricht**  
in Klavier - Keyboard - Saxophon -  
Klarinette - Querflöte - Gitarre und  
musikalische Früherziehung

- Schnupperkurse kurzfristig möglich
- keine Semester
- Erwachsenenkurse
- Ferien gebührenfrei

Auf Ihren Anruf freuen wir uns.  
Im Rodensteinzentrum Bensheim 1. OG



### Musikwerkstatt in Höchst i. Odw.

Sie suchen einen individuellen Unterricht  
in den Fächern Tasteninstrumente, MFE oder Gesang?



Das und noch etwas mehr bietet Ihnen die Musikwerkstatt. Ein umfassender Service zu einem fairen Preis. Alles in einer angenehmen privaten Atmosphäre im Zentrum von Höchst.  
Rufen Sie an oder schreiben Sie eine kurze Email um mehr zu erfahren.  
Tel.: 06163 - 939112  
Email: BjoernKarg@t-online.de

**Sportliche Betätigung** wirkt sich ebenso positiv auf die körperliche Entwicklung wie auf die Persönlichkeitsentwicklung Ihres Kindes aus. Sie entspricht dem natürlichen Bewegungsdrang von Kindern, schafft körperlichen und emotionalen Ausgleich, schult Ausdauer und koordinative Fähigkeiten. Zudem leistet sie einen wesentlichen Beitrag zur Gemeinschaftserziehung und zum fairen Miteinander. Bereits im Vorschulalter bieten zahlreiche Vereine einen ersten Zugang zu verschiedensten Sportarten an. In kindgemäßer und spielerischer Weise werden technische und taktische Fertigkeiten und Fähigkeiten geschult.

Ausgleich bieten auch gemeinsame Unternehmungen mit der Familie. Die **Freizeitgestaltung** sollte den Bedürfnissen aller Familienmitglieder gerecht werden. Erholung wird aus unterschiedlichen bewusst ausgewählten Aktivitäten geschöpft. Radtour, Museumsbesuch, Freibad, Wanderung, Ausflug. Wählen Sie aus den vielfältigen Möglichkeiten jene aus, die dem Bedürfnis nach Erholung gerecht wird. Auch in unmittelbarer Nähe finden sich zahlreiche Erholungsmöglichkeiten.

### TIPP!

*Viele Vereine bieten ein spezielles Sportkonzept für Grundschul Kinder*





A series of 20 horizontal yellow lines for taking notes, arranged in a column on the right side of the page.



$$\begin{array}{r} 4 \\ + 2 \\ \hline \end{array}$$



ABC  
 $2+1=3$

$$\begin{array}{r} 4 \\ + 3 \\ \hline \end{array}$$

