Elternratgeber

zum Schulbeginn 2007

Schulamt für den
Landkreis Göppingen

Städtische Jugendmusikschule **Göppingen**

Friedrich-Ebert-Straße 2, 73033 Göppingen
Tel.: 07161 / 960 99 13 oder 15
Fax: 07161 / 960 99 23
E-Mail: jms@goeppingen.de
Internet: www.jms.goeppingen.de

Schurwald-
Musikschule

Schlossmarkt 5, 73098 Rechberghausen
Tel.: 07161 / 953 17 10
Fax: 07161 / 951 415
E-Mail: schurwald-musikschule@t-online.de

Jetzt anmelden!
Beginn: September 2007

Kolping-Musikschule
der Stadt **Süßen**

Bachstraße 44, 73079 Süßen
Tel.: 07162 / 933 02-0
Fax: 07162 / 933 02-20
E-Mail: Musikschule@suessen.de
Internet: www.suessen.de

Städtische Musikschule
Geislingen

Karlsstraße 24, 73312 Geislingen
Tel.: 07331 / 24278
Fax: 07331 / 241278
E-Mail: musikschule@geislingen.de
Internet: www.musikschule-geislingen.de

Musikschule
Ebersbach/Schlierbach e.V.

Bahnhofstraße 15, 73061 Ebersbach
Tel.: 07163 / 532-932
Fax: 07163 / 533 138
E-Mail: info@musikschule-ebersbach.de
Internet: www.musikschule-ebersbach.de

Jugendmusikschule
Eislingen

Ebertstraße 24, 73054 Eislingen
Tel.: 07161 / 804 270 oder 271
Fax: 07161 / 804 299
E-Mail: Jugendmusikschule@eislingen.de
Internet: www.eislingen.de/stadtverwaltung/jms

Elternratgeber
zum Schulbeginn 2007

Branchenverzeichnis 4

Vorwort 5

1 Das Ende der Kindergartenzeit 6

2 Vor dem Schulbeginn 8
2.1 Der Stichtag 8
2.2 Was bedeutet Schulfähigkeit? 8
2.3 Was ein Schulkind können sollte 9

3 Tipps für einen guten Start 10
3.1 So unterstützen Sie Ihr Kind richtig 10
3.2 Das erste eigene Geld 11
3.3 Buchtipps für Vorschulkinder und Eltern 12
3.4 Der künftige Schulweg 13
3.5 Auch Buskinder müssen üben 13
3.6 Mit dem Fahrrad in die Schule 14

4 Vorsorge und Sicherheit 15
4.1 Versicherungsschutz für Ihr Kind 15
4.2 Schutz vor hohen Sachschäden 15

5 Was Ihr Kind für die Schule braucht 16
5.1 Kinderbekleidung 16
5.2 Schulsport: Turnschuhe und -kleidung 17
5.3 Kinderfüße in Schuhen 17
5.4 Der richtige Schulranzen 18
5.5 Der Arbeitsplatz Ihres Kindes 19
5.6 Stifte und Mäppchen 22
5.7 Linkshänder? So geht's leichter 23

6 Jetzt geht's los – der erste Schultag 24
6.1 Ein ganz besonderer Tag 24
6.2 Die Schultüte und was sie in sich birgt 25

7 Der Alltag in der Grundschule 26
7.1 Was lernt mein Kind? 26
7.2 Wie lernt mein Kind? 28
7.3 Hausaufgaben 29
7.4 Lernprobleme 31
7.5 Hochbegabung 33
7.6 Betreuungsmöglichkeiten 33

8 Die Gesundheit Ihres Kindes 34
8.1 Gesunde Ernährung 34
8.2 Sieht mein Kind wirklich gut? 35
8.3 Zahnarztbesuch – ein Kinderspiel? 36
8.4 Kieferorthopädie: Für ein gesundes Lächeln 38
8.5 Hörprobleme bei Schulkindern 40
8.6 Was tun bei einem Schulunfall/Krankheit 41

9 Was neben der Schule wichtig ist 42
9.1 Der freie Nachmittag – Stressabbau 42
9.2 Kinder und Haustiere 43
9.3 Musik, Sport und Freizeitangebote 44

Impressum U 3

U = Umschlagseite

HERMANN PEIFFER

Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie
Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin
Schwerpunkt Antroposophische Medizin
Behandlung und Beratung bei allen das kindliche Verhalten, die Entwicklung, Gesundheit und Krankheit betreffenden Fragen und Problemen.

Wo?: in Boll, direkt neben dem Penny-Markt, Hauptstraße 25
Wann?: nach Vereinbarung: Telefonsprechstunde 8.30–9.00 und 12.00–12.30 Uhr
Telefon 0 71 64/55 88 • Fax 0 71 64/13 04 57

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.

Bastelwaren	22
Buchhandlungen	12, 22
Büroeinrichtungen	21
Ergotherapie	31
Geschenkideen	22
Jugendmedizin	3
Jugendmusikschule	U 2
Kieferorthopäden	36, 37, 39
Kinderarzt	3
Kindermöbel	21
Logopädie	31
Nachhilfe	29
Schreibtische	21
Therapien	31
Zahnärzte	37

U = Umschlagseite

Vorwort

Liebe Eltern,

die meisten Kinder können den Tag der Einschulung kaum erwarten. Mit Vorfreude und Spannung fiebern sie dem Tag entgegen, an dem sie zum ersten Mal als Schulkind eine für sie neue Welt betreten dürfen.

Auch für Eltern ist die kommende Zeit ein neuer Abschnitt, verbunden mit der Frage, wie sie ihr Kind begleiten und unterstützen können.

Oftmals ändert sich mit Eintritt in die Schule der gesamte Tagesablauf der Familie. Viele neue Eindrücke und Aufgaben müssen verarbeitet und bewältigt werden. Um diese Umstellung bestmöglich zu meistern, ist eine enge und vertrauensvolle Zusammenarbeit zwischen Elternhaus und Schule eine wichtige Grundlage. Ein regelmäßiger Austausch über die Entwicklung Ihres Kindes durch die gesamte Schulzeit hindurch stellt eine optimale Förderung Ihres Kindes dar.

Auch auftauchende Probleme können so frühzeitig zum Wohle des Kindes gelöst werden. Der vorliegende Elternratgeber bietet Ihnen zur Einschulung Ihres Kindes im Herbst 2007 Wissenswertes rund um das Thema Schule.

In den verschiedenen Beiträgen bekommen Sie Tipps und Ratschläge, wenn es z. B. um Hausaufgaben, Anschaffung von Materialien, Schulwegsicherheit, aber auch Freizeitgestaltung Ihres Kindes geht.

Wir wünschen Ihnen und Ihrem Kind einen guten Start und eine erfolgreiche Schulzeit.

Mit freundlichen Grüßen

Landratsamt Göppingen
– Schulamt –
Burgstraße 14
Telefon: (0 71 61) 2 02 922
Internet: www.landkreis-goeppingen.de

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 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 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:

Abschied 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 ihm 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 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.

Tipp!
Schaffen Sie einen Ort, an dem Ihr Kind ungestört ist.

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 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.

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?

2.1 Der Stichtag

Um einen ungefähren Anhaltspunkt zu haben, ab welchem Alter ein Kind als schulfähig zu betrachten ist, wurde ein sogenannter Stichtag eingeführt. Mit der neuen Stichtagsregelung und der „Stichtagsflexibilisierung“ erfolgt bis zum Schuljahr 2007/08 eine stufenweise Verschiebung des Stichtags auf den 30. September.

Die Möglichkeit, Kinder ohne weitere Formalitäten zum Schulbesuch anzumelden, wird bis 2007 für Kinder ausgedehnt, die bis zum 30. Juni des Folgejahres geboren sind.

Gültigkeit	Stichtag	Stichtagsflexibilisierung
seit 1998	30. Juni	1. Juli bis 30. September
ab dem Schuljahr 2005/06	Verlegung auf den 31. Juli	erweitert bis zum 30. Juni des Folgejahres
ab dem Schuljahr 2006/07	Verlegung auf den 31. August	
ab dem Schuljahr 2007/08	Verlegung auf den 30. September	

2.2 Was bedeutet Schulfähigkeit?

INFO!
Bei der Beurteilung der Schulfähigkeit wird die individuelle Entwicklung Ihres Kindes berücksichtigt.

In der Fachliteratur wird schon seit Langem nicht mehr von Schulreife gesprochen, sondern von Schulfähigkeit. Während man früher glaubte, man müsse nur abwarten, bis ein Kind schulreif 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.

2.3 Was ein Schulkind können sollte

INFO!
Der Schulalltag stellt Ihr Kind vor neue Anforderungen.

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, entdecken, 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
- 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 Lehrer(inne)n 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

2.3.4 Lebensumstellung

- Abends rechtzeitig und zur gleichen 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

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.

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 Lehrer(innen) 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 Erzieher(innen) über kurz oder lang genügend Zeit hatten. 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 des Lehrers und die der Mitschüler in Anspruch nimmt.

TIPP!
So üben Sie mit Ihrem Kind, sich auf den Schulalltag vorzubereiten.

Für Eltern ist es wichtig, sich dieser Schwierigkeit bewusst zu sein. Schon zu Hause kann man sich nur immer wieder ins Gedächtnis rufen, wie es ist, Lehrer) von 25 Schüler(inne)n 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.
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 alles Negative für sich. Auch unbewusste Wertungen können Ihr Kind stark verunsichern und ängstigen. Schauen Sie stattdessen lieber gemeinsam mit Spannung und Freude einem neuen Lebensabschnitt entgegen.

RISIKO!
Mit Ihren Äußerungen beeinflussen Sie die Einstellung Ihres Kindes zur Schule.

3.2 Das erste eigene Geld

Um Verantwortung für sich selbst übernehmen zu können, ist es wichtig, früh zu lernen, auch mit Geld verantwortungsbewusst umzugehen. Der Schulbeginn oder ein Geburtstag bieten dazu die richtige Gelegenheit.
Legen Sie vorher einen Betrag für das Taschengeld fest: Kleine Einkäufe müssen damit möglich sein, zumindest, wenn sich das Kind etwas zusammengespart hat. 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: Für was das Kind das Geld ausgeben will, ist letztlich seine eigene Entscheidung.
Früher oder später kann das Schulkind auch sein eigenes Girokonto erhalten. Einige Banken bieten kostenlose Schülerkontos an. So können auch größere Beträge (etwa von den Großeltern zum Geburtstag) vom Kind selbst „verwaltet“ werden.

3.3 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:
Grundschulwörterbuch 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 (KinderbuchVerlag, Neuausgabe, 2. Auflage 2005).

Bücher gibt es ohne Zahl
und man hat die Qual der Wahl.
Ob für Hobby oder Sport,
ob für Liebe oder Mord.

Ob für Wissenschaft und Technik,
unsere Auswahl ist beträchtlich.
Ob was Frommes oder Heitres,
alles gibt es ohne Weitres.

Staufen-Buchhandlung
Marktstraße 31 • 73033 Göppingen
Tel. 0 71 61 / 7 41 75 • Fax 0 71 61 / 1 37 43
www.staufen-buch.de
e-mail: staufen-buch@t-online.de

3.4 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 man sich zusammen mit seinem Kind vorbereitet. Wichtig dabei ist, nicht bis zur letzten Minute damit zu warten.

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

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.

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

An den ersten Schultagen sollten Sie Ihr Kind noch zur Schule begleiten. Wenn Sie das Gefühl haben, dass Ihr Kind den Weg relativ sicher bewältigt, können Sie sich nach anderen Erstklässlern in Ihrer Nachbarschaft umschauen. 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.

3.5 Auch Buskinder müssen üben

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.

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

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. 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 Erwachsene selbstverständlich sind, für die zukünftigen Buskinder neu sind. Alle Schritte des Ein- und Aussteigens sollte man genau besprechen und einüben.

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 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.

3.6 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.

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 zurzeit 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 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, 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 auch nachträglich angebracht werden.

Tipp!
Stellen Sie Sicherheit und Qualität in den Vordergrund.

Achten Sie zusätzlich auf die Funktionalität der Kleidung. Kinderkleidung muss oft viel aushalten. Jacken und Hosen zum Toben sollten auf jeden Fall wasserdicht sein – Kinder denken nur selten an einen Regenschirm! In den Übergangszeiten sollten Sie Ihr Kind nach dem „Zwiebelprinzip“ kleiden: Wird es warm, kann das Kind selbst entscheiden, ob es eine Jacke oder einen Pulli ausziehen will. Beim Kauf neuer Kleidung sollten Sie auch immer im Hinterkopf haben, welche Sachen Ihr Kind in der Schule und der Freizeit tragen kann.

Tipp!
Akzeptieren Sie auch die Wünsche Ihres Kindes und schließen Sie Kompromisse.

Gleichzeitig werden Sie feststellen, dass Ihr Kind ein eigenes Modebewusstsein entwickelt: Dies ist ein ganz normaler Entwicklungsschritt, auch wenn die Vorstellungen von Eltern und Kindern dabei oft kollidieren. Auch wenn es schwerfällt: 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 Lieblingspulli Ihres Kindes, wenn Ihr Kind im Gegenzug die Regenstiefel 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 binden, ist es sinnvoller, Slipper oder Schuhe mit Klettverschlüssen zu kaufen.

5.2 Schulsport: Turnschuhe und -kleidung

Besonders im Sportunterricht ist die Ausstattung für Ihr Kind wichtig: Unfälle können so vermieden werden. Achten Sie bei der Wahl der Kleidung darauf, dass sie Bewegungsfreiheit bietet, aber nicht zu weit ist, da sonst die Unfallgefahr erhöht wird. Das Material sollte angenehm auf der Haut sein, atmungsaktiv und Nässe schnell abgeben. So verkühlt sich Ihr Kind nicht so schnell.

Für den Unterricht im Freien empfiehlt sich ein Pullover aus Fleece zum Überziehen. In der Halle reichen ein kurzärmliges Hemd und eine Gymnastik- oder Sporthose aus. Nasse Kleidung sollte auf jeden Fall nach dem Unterricht gewechselt werden: Der Turnbeutel bringt getragene Kleidung zum Waschen nach Hause und bewahrt ein Paar Socken zum Wechseln auf. Geben Sie Ihrem Kind Waschzeug mit, damit es nicht verschwitzt ins Klassenzimmer muss.

Alle Arten von Schmuck sind beim Sport hinderlich, vor allem Ohrringe sollten Sie Ihrem Kind schon vorher abnehmen. Wählen Sie die Kleidung so, dass Ihr Kind sie alleine wechseln kann. Klettverschlüsse an den Schuhen sind dabei oft hilfreich.
Für den Sport werden besondere Schuhe benötigt: Lassen Sie sich im Fachgeschäft über Fußbett, dämpfende Fersenpolster und die Belastbarkeit des Schuhs beraten. Nur ein Schuh, der sicher am Fuß sitzt, kann Bänder, Sehnen und Gelenke Ihres Kindes schützen. Universalsportschuhe eignen sich für Sport im Freien und in der Halle. Gymnastikschläppchen sind nur zum Geräteturnen geeignet.

5.3 Kinderfüße in Schuhen

Beim Schuhkauf sollte man darauf achten, dass das Material beweglich ist, weich und atmungsaktiv. Das gilt nicht nur für Straßen- und Turnschuhe, sondern gerade auch für die Hausschuhe. Die Schuhe sollten flach sein und die Gesamtlänge sollte zwölf Millimeter länger sein als die längste Zehe. Auch für Breite und Höhe muss ausreichend Luft bleiben.
Es ist empfehlenswert, sich in einem Schuhfachgeschäft beraten zu lassen. Ihr Kind kann den Schuh anprobieren und es wird geprüft, ob er wirklich passt. Ein Tipp: Schuhe nachmittags kaufen, weil die Füße im Tagesverlauf wachsen. Aber das Kind wächst und der Schuh nicht. Vor allem wenn die Schuhe in der Schule sind und man so nicht jeden Tag Turn- oder Hausschuhe sieht, ist eine regelmäßig Kontrolle der Schuhgröße angebracht.

5.4 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 Lehrer(innen) 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.

RISIKO!
Ein ungeeigneter oder schlecht eingestellter Schulranzen kann Haltungsschäden verursachen.

Die Einstellung der Tragegurte sollte folgendermaßen sein:

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

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.
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.

5.5 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.

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

Tipp!
Eine geneigte Arbeits- und Sitzfläche beugt Haltungsschäden vor.

Tipp!
Spezielle Kinderschreibtische wachsen mit und sparen so auf lange Sicht Geld.

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.

Oft möchte das Kind zu Beginn 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.

Es sei jedoch gesagt, dass Sie nach Möglichkeit einen ruhigen Platz für den Schreibtisch Ihres Kindes finden sollten. Die Konzentration wird durch jede Ablenkung beeinträchtigt. Früher oder später bleibt kaum Alternative zu einem eigenen Arbeitsplatz.

Tipp!
So richten Sie den Arbeitsplatz Ihres Kindes nach ergonomischen Gesichtspunkten optimal aus.

So passen Sie Tisch- und Stuhlhöhe optimal an:

Körpergröße des Schülers	Tischhöhe	Sitzhöhe
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)

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.

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 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.

5.6 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 sogenannten 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.

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 Schlampermäppchen für weitere Hilfsmittel wie Schere oder Kleber sinnvoll. Legen Sie Wert auf einen Erstklassfüller: Im Fachgeschäft können Sie aus einer Vielzahl von Füllern einen speziell für Schreibanfänger wählen. Das erste richtige Schreibgerät prägt die spätere Handschrift wie kein anderes!
Wie das Mäppchen ausgestattet sein muss, erfahren Sie zu Schulbeginn von den Lehrern. Das Mäppchen nach und nach weiter auszustatten (mit einem Zirkel, Geodreieck etc.), ist sinnvoller, als es von Anfang an mit nicht benötigtem Schreibzeug zu überlasten. Achten Sie stattdessen lieber auf die Qualität der Stifte. 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. Sie erlauben auch mehr Kreativität als beispielsweise Filzstifte, die zudem der Umwelt schaden. Auch beim späteren Kauf von Heften, Blöcken und weiteren

Schreibutensilien sollten Sie auf den Umwelt-Aspekt achten. Ihr Kind lernt, auf seine Umwelt zu achten, und hat das Gefühl, selbst etwas dafür tun zu können.

5.7 Linkshänder? So geht's leichter

Das Wissen, dass man Linkshänder nicht umerziehen soll, ist mittlerweile Allgemeingut. Allerdings haben Linkshänder es nicht immer leicht. Scheren, Stifte oder Hefte, die für Rechtshänder konzipiert sind, machen ihnen das Leben schwer. In einem auf den Einsatz der rechten Hand ausgerichteten Alltag bedeutet Linkshändigkeit 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 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. Und die Computermaus (mit umgepolter Tastenbelegung) sollte links neben der Tastatur liegen.

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 Kindergartentag – ein wirklich außergewöhnlich spannender Tag. Eltern und Kinder sind an ihrem ersten Schultag sehr aufgeregt und voller Erwartungen. Schon einige Zeit vorher überlegen sich die Eltern, wie man diesen Tag gebührend feiert. Es ist schön, dass inzwischen fast alle Elternteile, 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. 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. 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. Ob die Familie zusammen Essen geht, in einen

Freizeitpark fährt oder einen Ausflug in der Umgebung macht, hängt auch von Ihrem Kind ab. Was dabei sicher nicht fehlen darf, sind Erinnerungsfotos dieses unwiederbringlichen ersten Schultages. Fotos vom Profi werden noch in vielen Jahren im Fotoalbum bewundert.

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. 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 vorsichtig in die Schule und wieder nach Hause zum Auspacken.

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 Eltern sehr viel Liebe und Zeit in ein individuell gestaltetes Unikat, das noch lange nach dem ersten Schultag einen Ehrenplatz erhält.

Tipp!
Basteln Sie gemeinsam mit Ihrem Kind eine individuelle Schultüte.

Nun wäre da noch die Frage nach dem Inhalt der Schultüte. Früher wurde eine Schultüte vollgestopft mit Süßigkeiten, heute gehen Eltern zu einer gesundheitsbewussten Variante über. Der Inhalt besteht aus einer Mischung von (gesunden) Süßigkeiten oder Obst und 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, 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

Sie kennen sicher noch die Aussage: „Wenn du in die Schule kommst, beginnt der Ernst des Lebens". Den Erfolgsdruck, der mit dieser Aussage verbunden ist, will die moderne Grundschule umgehen. Sie ist deshalb ausgerichtet auf eine allmähliche Hinführung der Kinder von den spielerischen Formen auf die schulischen Formen des Lernens und Arbeitens.

Die organisatorischen Voraussetzungen dafür wurden mit der Einführung des „Anfangsunterrichts" geschaffen. Dieser umfasst die 1. und 2. Klasse, die beiden ersten Schuljahre bilden also eine Einheit und sind durchlässig. Ihr Kind kann so entsprechend seinen individuellen Voraussetzungen, Erfahrungen und Begabungen gefördert und an das schulische Lernen herangeführt werden.

Ihr Kind soll „lernen und nicht „pauken". Es wird durch kindgemäße Aufgabenstellungen, durch Üben und Wiederholen das Lernen mit Freude lernen.
Die Fächer Deutsch, Mathematik, Mensch, Natur und Kultur, Bewegung – Spiel – Sport und Religionslehre stehen nicht unabhängig voneinander, sondern werden ergänzt durch übergreifende Projekte. Im freien Arbeiten und projektorientierten Lernen wird Ihr Kind seine Erfahrungen einbringen und mit Freude lernen.

Wie oft haben Sie sich schon geärgert, dass Ihre Sprachkenntnisse im Urlaub nicht ausreichen? Ihrem Kind wird das später einmal nicht so gehen. Kindern im Grundschulalter fällt das Lernen von Fremdsprachen noch leicht. Deshalb wird Ihr Kind von Beginn an eine Fremdsprache lernen – Englisch / Französisch (kein Französisch im Kreis).

Ihr Kind wird in der Grundschule individuell gefordert und gefördert und bringt sich so mit seinen Kompetenzen und Erfahrungen in die Klassengemeinschaft ein. Also keine Angst vor den Anforderungen, die selbstverständlich mit dem Lernen verbunden sind.

INFO!
Der heutige Schulalltag unterscheidet sich deutlich von Ihren eigenen Erfahrungen.

7.1 Was lernt mein Kind?

Fragen Sie Ihr Kind, warum es in die Schule gehen will, wird es zumeist antworten. „Ich will Lesen und Schreiben lernen!"
Im Deutschunterricht soll bei den Kindern die Freude am Umgang mit der Sprache geweckt und gesteigert werden. Ihr Kind soll sich von Anfang an als gut und erfolgreich erleben. Hier sind auch Sie als

wichtige Partner gefordert. Lassen Sie sich vorlesen, lesen Sie mit Ihrem Kind gemeinsam, loben Sie es für Fortschritte.
Das Lesen ist die wichtigste Voraussetzung für selbstständiges Lernen nicht nur im Deutschunterricht.

Für alle Lernbereiche in den beiden ersten Schuljahren gilt: Das Ziel ist für alle gleich. Am Ende des ersten Schuljahres sollen die Kinder Sätze und kurze Texte „erlesen" können. Im zweiten Jahr sollen sie einfache Texte bereits flüssig lesen.
Seien Sie nicht ungeduldig, wenn Sie die Methoden der Lehrkraft nicht nachvollziehen können. Es sind sicher andere als Sie aus Ihrer Schulzeit kennen.

Kinder lernen am besten Lesen und Schreiben, wenn beides aufeinander bezogen ist und das eine das andere unterstützt. Die klassische Reihenfolge Lesen lernen – Schreiben lernen – Rechtschreiben lernen – Aufsatz schreiben gilt so nicht mehr.
Zum Ende des ersten, manchmal auch zu Beginn des zweiten Schuljahres lernt Ihr Kind nach der Druckschrift eine Schreibschrift. Das ist meist mühselig und anstrengend. Unterstützende Bewegungsübungen für die Hand sind dabei hilfreich.
Akzeptieren sollten Sie die Neigung Ihres Kindes mit der rechten oder der linken Hand zu schreiben. Ungefähr fünf Prozent der Kinder sind Linkshänder, einige können auch bei Schulbeginn noch unentschieden sein.

Jedes Kind hat sein eigenes Lerntempo. Die Unterschiede sind nie größer als zu Beginn der Schulzeit. Das sollten Sie akzeptieren.

Kinder denken ganzheitlich und nicht in Schulfächern, deshalb ist in der Grundschule fächerverbindendes Arbeiten Grundprinzip.

Aktives Lernen durch Entdecken ist sowohl in der Mathematik als auch im Fächerverbund „Mensch, Natur und Kultur" sehr wichtig. Kinder sind Entdecker, Erfinder, Forscher, Künstler und kleine Philosophen. Das mag Ihnen hochtrabend erscheinen, entspricht aber dem Wesen Ihres Kindes. Es lernt durch Umgang mit Materialien der Umwelt oder ausgewählten Arbeitsmitteln. Ihr Kind setzt sich mit seiner Lebensumwelt auseinander und findet so Probleme, die mathematisch gelöst werden können.

Im Fächerverbund „Mensch, Natur und Kultur" wird der bisherige Heimat- und Sachkundeunterricht mit Musik, Kunst und Werken vernetzt.

So ist ein Fach entstanden, das Ihrem Kind Chancen für aktiv-entdeckendes und anwendungs- und problemorientiertes Lernen eröffnet.

Das Lernen von Sprachen, egal ob es sich um die Muttersprache oder eine Fremdsprache handelt, ist eine grundlegende Qualifikation.Vielleicht kennen Sie Kinder, die zweisprachig aufwachsen, und bewundern, wie leicht diesen das Lernen der „fremden" Sprache fällt. Kindern bis zum zehnten Lebensjahr fällt das Lernen einer Sprache noch leicht. Ihr Kind wird im Englischunterricht (Französisch nicht im Kreis) vor allem das Hören, Verstehen, Nachsprechen und Sprechen lernen und erst im 3. Schuljahr an das Lesen und Schreiben der Fremdsprache herangeführt.

7.2 Wie lernt mein Kind?

INFO!
Das freie Arbeiten fördert die Selbstständigkeit und Teamfähigkeit der Schüler.

Im Mittelpunkt des Unterrichts steht das Kind mit seinem eigenen Erleben, seinen Ideen und Erfahrungen. Die Lehrkraft unterstützt es darin, sich mit der Umwelt und dem Umfeld kreativ und fragend auseinanderzusetzen und sie zu erkunden. Der Unterricht geht weg von Belehrungen und reiner Wissensvermittlung. In offenen Unterrichtsformen wie dem „freien Arbeiten" werden die Kinder einzeln gefördert und gefordert. Sie können sich ihre Partner im Klassenverband wählen und im eigenen Lerntempo vorgehen. Die Lehrkraft begleitet das Lernen und bietet Hilfe an.
Tages- und Wochenpläne bieten einen Überblick über das, was an einem Tag oder in einer Woche gearbeitet werden soll. Die Kinder können mit entscheiden, wie sie ihre Arbeit einteilen wollen. Ein Teil beginnt also mit der Sprache, ein anderer mit Mathematik oder „Mensch, Natur und Kultur". Die Aufgaben können in „Pflichtaufgaben" und „Zusatzaufgaben" aufgeteilt sein. Die Pflichtaufgaben werden von allen Kindern erledigt.
Die Kontrolle der Tages- und Wochenarbeit übernehmen die Kinder weitgehend selbst. Aber auch Mitschülerinnen und Mitschüler können Beurteilungen abgeben.

In Projekttagen und Projektwochen werden Themen aus dem Leben der Kinder erschlossen. Dazu werden alle oder fast alle Schulfächer genutzt, um das Thema von mehreren Seiten zu erfahren und zu verstehen.
Ihr Kind erfährt in der Schule, dass es Regeln und Verpflichtungen einhalten soll. Es erlebt Lob und Freude, aber auch Enttäuschungen und Misserfolge. Keine Sorge, die Lehrkraft wird behutsam mit Bewertungen von Leistungen umgehen. Sie wird darauf achten, die Fähigkeit und Bereitschaft Ihres Kindes, etwas zu leisten, zu erhalten und zu stärken.

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.

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.

TIPP!

Veranschlagen Sie rund 30 Minuten für die täglichen Hausaufgaben.

Selbstbewusst durch gute Noten

- Motivierte und erfahrene Nachhilfelehrer
- Individuelles Eingehen auf die Bedürfnisse der Kinder
- Regelmäßiger Austausch mit den Eltern

Göppingen	Poststr. 40	Tel.: 0 71 61 / 1 94 18
Eislingen	Ebertstr. 8	Tel.: 0 71 61 / 8 84 00
Uhingen	Zeppelinstr. 6	Tel.: 0 71 61 / 35 29 67

Beratung: Mo. - Fr. 15.00 - 17.30 Uhr
0800/19 4 18 08 gebührenfrei
www.schuelerhilfe.de

Schülerhilfe!®

TIPP!
Lassen Sie Ihr Kind über den richtigen Zeitpunkt für die Hausaufgaben mitentscheiden.

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 Experiment ein, dass Ihr Kind den Zeitpunkt selbst bestimmen kann. Je nach Typ wird es die Sache etwas nach hinten verschieben oder alles möglichst schnell erledigen. Sehr schnell wird Ihr Kind feststellen, dass der Abend nicht die beste Zeit zum Hausaufgaben machen ist.

Erstens kann es sich dann schlecht konzentrieren und zweitens ist in den meisten Familien um diese Uhrzeit sehr viel los, sodass 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. Dabei kann ein Hausaufgabenheft hilfreich sein. Viele Lehrkräfte führen die Kinder schon zu Beginn an das systematische Aufschreiben der Hausaufgaben heran: Selbst wenn das Kind noch nicht schreiben kann, werden Bilder und Symbole von der Tafel abgezeichnet. So kann es sich an alle Aufgaben erinnern. 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.

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.

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!

Für alles, was Menschen offenbar begeistert, scheint ihr Konzentrationsreservoir beinahe unerschöpflich. Bei anderen Aufgaben und Tätigkeiten hingegen lässt die Konzentrationsbereitschaft schnell nach. Doch Konzentration lässt sich trainieren – durch Konzentrations- und Gedächtnisspiele etwa. Dieses Training kommt dann auch bei weniger interessanten Aufgaben (die ja durchaus im Schulalltag vorkommen sollen) zum Tragen.

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.

TIPP!
Nehmen Sie die Sorgen und die Ängste Ihres Kindes ernst.

7.4 Lernprobleme

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

ergo:
Praxis für Ergotherapie
Kerstin Hampel
Staatlich anerkannte Ergotherapeutin
Wiesachweg 12, 73087 Boll, Tel.: 0 71 64 / 14 68 19

Über kassenärztliche Verordnung hinaus bieten wir folgende Kurse an:
- Marburger Konzentrationstraining
- Triple P®
- Yoga für Kinder

Markus Glatzle
Quäkerstraße 18
73033 Göppingen
Tel 07161-6586086
Fax 07161-6586087

Logopädie Praxis

Hilfe bei:
- Sprachentwicklungsverzögerung
- Ausspracheproblemen
- Grammatischen Auffälligkeiten
- Störung der Mundmotorik

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 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.

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.

Tipp!
Diese Tricks helfen Ihrem Kind bei Lese- und Rechenproblemen.

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.

7.5 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 jeden einzelnen Begabten zu finden. Erste Anlaufstellen für Eltern sind in diesem Zusammenhang der Klassenlehrer und der Schulpsychologe oder einer der bundesweit agierenden Interessenverbände.

7.6 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.

INFO!
Kümmern Sie sich frühzeitig um einen Betreuungsplatz – am besten zeitgleich mit der Schulanmeldung.

Die meisten Schulen bieten die sogenannte Mittagsbetreuung bis etwa 14 Uhr an. Hierüber werden Sie bei der Schuleinschreibung genauer informiert. Für eventuell auftretende Lücken in der Betreuung sollten Sie unbedingt in Ihrer Planung vorgesorgt haben.

Wenn Sie ganztags berufstätig sind, sollten Sie sich schon ein halbes Jahr vor Beendigung der Kindergartenzeit nach einem geeigneten Hortplatz für Ihr Kind umschauen.
Im Hort wird Ihr Kind außerhalb der Schulstunden betreut, es erhält darüber hinaus Hausaufgabenbetreuung, Mittagessen und Freizeitgestaltung mit gleichaltrigen Kindern. Vor allem die Ferienzeit ist in den meisten Horteinrichtungen bis auf drei Wochen im Sommer vollständig abgedeckt.
In den Ferienzeiten werden in vielen Einrichtungen besondere Projekte oder Ausflüge angeboten.

Es gibt auch noch andere Betreuungsmöglichkeiten: zum Beispiel durch eine Tagesmutter (über das Jugend- und Sozialamt zu erfahren) 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.

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.

Tipp!
Kinder sollten pro Tag mindestens einen Liter Flüssigkeit zu sich nehmen.

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 Pausenbrotes auf eine abwechslungsreiche Kost.

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 danebengehen, ohne dass die Hefte beschmutzt werden.

8.2 Sieht mein Kind wirklich gut?

Tipp!
Lassen Sie die Sehfähigkeit des Kindes regelmäßig überprüfen.

Lernschwächen können mit dem schlechten Sehen Ihres Kindes 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. Folgend 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.

Was sind Anzeichen für Sehprobleme?

- häufiges Augenreiben, Blinzeln oder Stirnrunzeln
- schnelles Ermüden beim Lesen oder Schreiben
- Unlust beim Malen, Schreiben oder bei Feinarbeiten
- unsichere Feinmotorik (unsauberes Schriftbild, Tollpatschigkeit)
- langsames, flüchtiges oder fehlerhafter Lesen
- häufiges Verrutschen in der Zeile
- geringer Augenabstand zu Buch oder Fernseher
- Lichtempfindlichkeit
- häufiges Stolpern oder Balancestörungen
- auffälliges Schriftbild (Wortabstände oder Linienführung)
- Probleme beim Bällefangen

Sehfehler sollten so früh wie möglich erkannt und behandelt werden. Geschieht das nicht, kann eine normale Sehentwicklung nicht mehr erfolgen und eine lebenslange Schwachsichtigkeit bleibt.

Es wird außerdem dringend angeraten, an den gesetzlich empfohlenen Vorsorgeuntersuchungen für Kinder 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.

8.3 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 Unbewussten durch Wiederholungen weiter verankert.

Dr. Hans-Joachim Schwarz
Kieferorthopäde
Nördliche Ringstraße 51 · 73033 Göppingen
Telefon (0 71 61) 60 69 384 · Fax (0 71 61) 60 69 385
info@spangenprophy.de · www.spangenprophy.de

- 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.

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

Für ein strahlendes Lächeln

Zahnarztpraxis
Dr. Andreas Eggenweiler
Stuttgarter Str. 35
73061 Ebersbach/Fils
Tel.: 07163/910400

Gemeinschaftspraxis

Dr. Elmar Litz
Fachzahnarzt für Kieferorthopädie
Dr. Beate von der Heide
Zahnärztin

Haupstraße 36-1
73312 Geislingen/Steige
Tel: 07331 94 16 90

Kieferorthopädie
für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

- Abgewöhnen schädlicher Gewohnheiten
- Korrektur von Zahn- und Kieferfehlstellungen
- Der Wunsch nach „geraden Zähnen“ lässt sich auch fast unsichtbar verwirklichen
- Schnarch-Therapie

TIPP!
Gesunde Zähne müssen nicht gezogen werden, wenn Problemstellungen früh korrigiert werden können!

8.4 Kieferorthopädie: Für ein gesundes Lächeln

Kinder und Jugendliche befinden sich in einem rasanten Entwicklungsprozess. Betroffen sind auch Kiefer und die Zähne. Bereits ab Beginn des Zahnwechsels kann es zu Zahnfehlstellungen und Funktionsbehinderungen der Kiefer kommen. Schiefe Zähne und falscher Biss beeinflussen langfristig die Gesundheit. Oft resultieren daraus Sprachstörungen, erhöhte Kariesanfälligkeit, Magen-Darm-Erkrankungen und vieles mehr.

8.5.1 Was macht ein Kieferorthopäde?

Der Zahnarzt für Kieferorthopädie ist Spezialist für Zahn- und Kieferfehlstellungen. Er erkennt den richtigen Zeitpunkt für eine Zahnspange und korrigiert damit Störungen im Wachstum der Kiefer und der Stellung der Zähne. Die Behandlung erstreckt sich oft über einen langen Zeitraum.

8.5.2 Ist der Mundraum fit, kann das Kind wachsen

Atmung, Ernährung (Saugen/Kauen/Schlucken) und Bewegung (Sprache, Mimik) sind wichtige Lebensfunktionen des Menschen. Während ein Kind heranwächst, haben diese Einfluss auf seine gesamte Körper- und Persönlichkeitsentwicklung. Folgende Anzeichen für gestörte Mundraum-Funktionen sollten frühzeitig in einer kieferorthopädischen Praxis vorgestellt werden:

- schlaffe Lippen, meist geöffnet, offener Mund beim Essen
- Mundatmung
- Schnarchen, Knirschen und Zähnepressen
- Sprach- und Lautbildungsstörungen
- Lutschen an Daumen, Schnuller, Gegenständen
- Kau-„Faulheit“, verweigert harte Nahrung
- 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 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 guter Konzentrationsfähigkeit beiträgt.

Lachen ist Leben – wir machen es schöner...

Moderne Kieferorthopädie für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Am Anfang steht das ausführliche Gespräch. Unser Anspruch ist es, für junge und erwachsene Patienten kieferorthopädische Spitzenergebnisse zu erzielen – in möglichst kurzer Zeit, mit möglichst schonenden Verfahren und möglichst wenigen Behandlungsterminen. Viel Erfahrung sowie fortschrittliche, effiziente Techniken sichern unseren Patienten kurze Behandlungszeiten.

dr. dr. (ro) friedrich **widu**
und partner
fachzahnärzte für kieferorthopädie

Hauptstraße 56 ■ 73054 Eislingen
Tel. 07161- 816505 ■ Fax 07161- 816654
Email: info@dr-widu.de

www.dr-widu.de

INFO!

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

8.5 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.

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 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 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.

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
Internet: www.forumbesserhoeren.de

8.6 Was tun bei einem Schulunfall/Krankheit

Wenn Ihr Kind am Morgen krank ist und nicht in die Schule gehen kann, müssen Sie die Schule das wissen lassen. Dazu reicht ein einfacher Anruf im Sekretariat vor Unterichtsbeginn. 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.

Passiert Ihrem Kind während des Unterrichts ein Unfall, sei es beim Toben auf dem Pausenhof oder im Schulsport, so ist für alles gesorgt: Sie als Erziehungsberechtigte werden zu Hause oder in der Arbeit verständigt und ein zuständiger Schularzt steht zur Verfügung.

INFO!

Vordrucke für schriftliche Entschuldigungen gibt es oft im Sekretariat.

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 Nachbarskindern 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.

INFO!
Eine aktive Freizeitgestaltung ist die Grundlage für eine gute schulische Entwicklung.

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 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.

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.

INFO!
Haustiere fördern die Entwicklung. Die Pflege müssen aber die Eltern übernehmen.

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 aber letztendlich immer bei den Eltern.

TIPP!
Musikerziehung fördert die Entwicklung Ihres Kindes nachhaltig.

9.3 Musik, Sport und Freizeitangebote

9.3.1 Musik, Tanz und Rhythmik

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 und kann bei frühzeitiger spielerischer Heranführung eine Bereicherung für das ganze spätere Leben sein.

Tanzerziehung greift die natürliche Spiel- und Bewegungsfreude der Kinder auf. Viele Kinder leiden unter Bewegungsarmut, die zu schwerwiegenden körperlichen und seelischen Defiziten führen kann. Im Tanzunterricht wird die Muskulatur gekräftigt und Kondition und Geschicklichkeit gesteigert. Außerdem weckt Tanz die Vorstellungskraft und fördert die gestalterischen Fähigkeiten im Ausdruck und in der Darstellung. Er trägt daher wesentlich zur Persönlichkeitsbildung bei.
Musik und Rhythmus regen die tänzerische Gestaltung an und lassen sie zu einem intensiven Erlebnis werden.

Rhythmik bietet eine ganzheitliche Musik und Bewegungserziehung und hält dadurch ein weitreichendes Bildungspotential bereit. Kreative Spielformen, die eine Kombination aus verschiedenen Methoden mit Musik, Sprache und gestalteter Bewegung sind, regen auf spielerische Weise viele Sinne an. Gerade durch die Ansprache vieler Sinne wird das innere Erleben vertieft und die musikalische und tänzerische Ausdrucksfähigkeit reicher. Die natürliche Lust und Freude der Kinder an Musik und Bewegung kann sich schöpferisch entfalten.

9.3.2 Sport hält fit

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.
Eine besondere Bedeutung kommt dem Fahrrad zu: Das Kind bekommt frische Luft, Bewegung und der Gleichgewichtssinn wird geschult. Zugleich bekommt Ihr Kind zum ersten Mal das Gefühl von eigener Mobilität: es kann zu Freunden in der Nachbarschaft oder mit Ihnen auf einen Ausflug fahren.

TIPP!
Viele Vereine bieten ein spezielles Sportkonzept für Grundschulkinder.

9.3.3 Freie Zeit ist Freizeit

Ausgleich zum neuen, aber anstrengenden Schulalltag 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.
In der Freizeitgestaltung werden auch die Gleichaltrigen immer wichtiger. Einen Ort, um betreut, aber ohne Eltern mit Freunden zusammen zu sein und die Freizeit zu verbringen, bieten Kinderzentren und Jugendtreffs.

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, Daten-Erfassung, Datenträger oder Online nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Titelfoto: www.photocase.de

Redaktion

73012035/4. Auflage/2007

WEKA info verlag gmbh
Lechstraße 2
D-86415 Mering

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

4
+2
4
+3
A
B
C