

Elternratgeber

CHAM

zum Schulbeginn

2004

Branchenverzeichnis	2
Impressum	2
Vorwort	3
1. Das Ende der Kindergartenzeit	4
Kurz vor Schulstart	4
2. Vor dem Schulbeginn	5
2.1 Was bedeutet Schulfähigkeit?	5
2.2 Wie wird Schulfähigkeit festgestellt?	6
2.3 Was ein Schulkind können sollte	6
3. Die besten Tipps für einen guten Start	10
3.1 So unterstützen Sie Ihr Kind richtig	10
3.2 Buchtipps für Vorschulkinder und Eltern	11
3.3 So wird Ihr Kind verkehrssicher	11
4. Vorsorge und Sicherheit	15
Der richtige Versicherungsschutz für Ihr Kind und Ihre Familie	15
5. Was Ihr Kind für die Schule braucht	16
5.1 Kinderbekleidung	16
5.2 Der richtige Schulranzen	17
5.3 Der Arbeitsplatz Ihres Kindes	19
5.4 Stifte und Mäppchen	21
6. Jetzt geht's los – der erste Schultag	21
6.1 Der erste Schultag – ein ganz besonderer Tag	21
6.2 Die Schultüte und was sie in sich birgt	23
7. Der Alltag in der Grundschule	24
7.1 Was lernt mein Kind in der ersten Klasse?	24
7.2 Der Tagesablauf	25
7.3 Hausaufgaben	26
7.4 Mittagsbetreuung, Schülerhort und Hausaufgabenbetreuung	28
7.5 Lernprobleme	29
7.6 Schulpsychologie im Landkreis Cham	32
7.7 Sprechzeiten der Schulpsychologen und Beratungslehrkräfte	33
8. Die Gesundheit Ihres Kindes	41
8.1 Gesunde Ernährung	41
8.2 Sieht mein Kind wirklich gut?	43
8.3 Zahnarztbesuch – ein Kinderspiel?	45
8.4 Hörprobleme bei Schulkindern	49
9. Was neben der Schule jetzt wichtig ist	50
9.1 Der freie Nachmittag – Stressabbau	50
9.2 Kinder und Haustiere	51
9.3 Musikerziehung für Kinder	51
9.4 Museen und Galerien im Landkreis Cham	53

Aktionskreis	31
Akutklinik zur Behandlung von Hautkrankheiten.....	U 3
Apotheke	44
Augenarzt	42
Bewegungstherapie.....	7
Ergotherapie	46
Familienrestaurant	44
Familientherapie.....	U 2
Fitness	U 3
HNO-Ärzte	48
Kinderarzt	44, 46
Klinik für Traditionelle Chinesische Medizin	U 4
Krankenhaus.....	40
Lern- und Entwicklungstherapie	7
Logopädie	U 2, 7
Motopädagogik.....	7
Naturheilpraxis.....	U 2
Optiker.....	42
Pädagogische Schülerförderung.....	30
Praxis für Osteopathische Behandlungen	9
Praxis für Sprachtherapie	48
Private Augenklinik	42
Rechtsanwälte	14
Steuerberater	60
Versicherung	14
Wirtschaftsberatung.....	60

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: Andrea Braun

93413035/1. Auflage / 2004



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

Vorwort

Liebe Eltern,

in wenigen Monaten ist es so weit. Ihr Kind kommt in die Schule. Damit beginnt für Sie und Ihr Kind ein neuer und aufregender Lebensabschnitt.

Sicher fiebert auch Ihr Kind schon voller Spannung dem ersten Schultag entgegen und kann es kaum erwarten, lesen, schreiben und rechnen zu lernen und endlich zu den „Großen“ zu gehören.

Auch Sie selbst werden sich vermutlich schon intensiv mit dem Thema Schule befassen, angefangen bei ganz praktischen Dingen wie der Suche nach dem richtigen Schulranzen oder dem richtigen Schreibtisch. Darüber hinaus gehen Ihnen sicherlich aber auch andere Dinge durch den Kopf: Wahrscheinlich überlegen auch Sie insgeheim, ob ihr Kind den Anforderungen in der Schule gewachsen sein wird oder wie Sie Ihr Kind in den Wochen und Monaten vor und nach Schulbeginn optimal unterstützen.

Auf diese und andere Fragen möchten wir Ihnen mit dem Ratgeber „Schulbeginn 2004“ eine Antwort geben:

So finden Sie zahlreiche Ratschläge, wie Sie Ihr Kind optimal auf die Schulzeit vorbereiten. Sie erfahren alles Wissenswerte rund um die richtige Ausstattung Ihres zukünftigen Schulkindes und erhalten zahlreiche Tipps, wie Sie den ersten Schultag zu einem unvergesslichen Erlebnis machen. Außerdem lernen Sie den Alltag in der Grundschule kennen und erfahren, wie Sie am besten mit dem Thema Hausaufgaben umgehen und was Sie tun können, wenn mal nicht alles perfekt klappt. Nicht zu vergessen die Freizeit Ihres Kindes. Denn die erste Klasse stellt einen enormen Wandel für Kind und Familie dar. Um so wichtiger ist es, dass Ihr Kind sich am Nachmittag erholen, entspannen und austoben kann.

Wir wünschen Ihnen viel Freude bei der Lektüre und Ihrem angehenden Erstklässler einen guten Start in das „Abenteuer Schule“.

1. Das Ende der Kindergartenzeit

Kurz vor Schulstart



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 und der Kindergarten wird immer häufiger als langweilig und „babyhaft“ empfunden.

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 nicht mehr als „klein“ gelten. **„Ich bin doch schon groß“**, geben diese Kinder zu verstehen, wenn sie Desinteresse am Kindergarten zeigen und vieles, was ihnen vor gar nicht allzu langer Zeit großen Spaß bereitet hat als „babyhaft“ abtun.

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 Phantasien, 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!

Fördern Sie die spielerische Annäherung Ihres Kindes an den Schulstart.

1. Kinder im letzten Kindergartenjahr wollen kleine Aufgaben und Verantwortung übernehmen:

Am einfachsten ist es hierauf Rücksicht zu nehmen, indem Sie Ihrem Kind kleine Arbeiten im Haushalt übertragen, z.B. das Haustier regelmäßig zu füttern oder den Briefkasten zu leeren.

2. 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, z.B. eigenständig kochen oder zum Kaufmann um die Ecke gehen, um Omas Geldgeschenke in Süßes umzusetzen.

3. Die künftigen Schulkinder 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..

4. 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 auseinander setzen, 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 usw. Im Spiel kann das Kind seine Vorfreude auf diesen neuen Lebensabschnitt ausleben.



2. Vor dem Schulbeginn

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

2.1 Was bedeutet Schulfähigkeit?

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 nicht immer in gleichförmigen Zeitabschnitten und Bahnen. **Jedes Kind hat seinen eigenen Rhythmus und besondere Stärken**. Das eine Kind ist z.B. schon sehr

INFO!

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

weit in der Fähigkeit, sich zu konzentrieren, ein anderes ist Meister in der Körperbeherrschung und kann gut turnen, malen und schneiden. Weil man die Reife eines zukünftigen Schulanfängers aus oben genanntem Grund nicht in Rastern messen kann, wird deshalb vor Schuleintritt bei verschiedenen Gelegenheiten (Anmeldung, Kennenlerntag, schulärztliche Untersuchung, etc.) 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 in ihrer Schule vorgestellt werden. Die Anmeldung jüngerer Kinder kann auch bei der Schulanmeldung erfolgen. Mit einem oder mehreren der folgenden Angebote versuchen sich die Schulen ein Bild von den zukünftigen Schulanfängern zu machen.

2.2.1. 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.

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

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

INFO!

Stichtag ist der 30. 06. Wer davor Geburtstag hat, ist ab dem sechsten Lebensjahr schulpflichtig. Kinder, die zwischen dem 01.07. und dem 31.12. geboren sind, können auf Antrag der Erziehungsberechtigten schulpflichtig werden.

2.3 Was ein Schulkind können sollte

Die besten Voraussetzungen für einen erfolgreichen Start haben Kinder, die sich für ihre Umwelt interessieren und auf die Schule freuen. Folgendes wird außerdem von den Schulkindern erwartet:

Der Schulalltag und seine geistigen Anforderungen:

- **Logisches Denken:** Unterschiede und Gemeinsamkeiten erkennen und benennen bzw. umsetzen können, logische Schlüsse ziehen können



**Pädagogische Praxis
für Kindesentwicklung**

**Entwicklungs- und
Lerntherapie nach PÄPKI®**

Praxis für Logopädie

Klaus Dirscherl

Dipl.-Ing. · Logopäde



Böhmerstraße 3

92444 Rötz

Termine nach Vereinbarung

Telefon 09976/20 05 80

Kennen Sie das?

Konzentrationsstörungen, Bewegungsdefizite, Gleichgewichtsstörungen, Lern- und Verhaltensauffälligkeiten, Schwierigkeiten beim logischen Denken, Ängste, Geräuschempfindlichkeit, starke Anhänglichkeit, Lese- und Rechtschreibschwäche, Dyskalkulie (=Rechenschwäche), Hyperaktivität.

Mit diesen Problemen werden Eltern, Erzieher, Lehrer und Mediziner immer häufiger konfrontiert. Diese Probleme können den Alltag von Kindern und ihren Eltern sehr anstrengend werden lassen.

Die langjährige Erforschung des neuromotorischen Aufrichtungsprozesses (=frühkindliche Bewegungsentwicklung), den jedes Kind normalerweise im ersten Lebensjahr durchläuft, hat Zusammenhänge zwischen Defiziten in der frühkindlichen Bewegungsentwicklung und den später als Verhaltens- und Lernauffälligkeiten bezeichneten Schwierigkeiten aufgedeckt.

Dieser neuromotorische Aufrichtungsprozess bildet das Fundament für die nachfolgende Wahrnehmungs-, Lern- und Verhaltensentwicklung des heranwachsenden Kindes.

Der Schwerpunkt der Entwicklungs- und Lerntherapie liegt im:

- Diagnostizieren von Aufrichtungsdefiziten
- Erkennen noch vorhandener frühkindlicher Reaktionen
- Beheben und Ausgleichen von Bewegungsdefiziten

Gezielte motorische Übungen, die täglich zu Hause durchgeführt werden, führen dazu, daß die Lern- und Verhaltensauffälligkeiten verringert oder zum Teil behoben werden können.

Ablauf: Nach der Erstuntersuchung finden je nach Alter des Kindes und Ausprägung der Entwicklungsprobleme weitere Kontroll- und Anpassungstermine im Abstand von 4-8 Wochen statt. Die Therapiedauer liegt erfahrungsgemäß (bei regelmäßigem häuslichem Training) je nach Alter des Ki. und Ausprägung der Probleme bei ca. 9 bis 15 Monaten, das entspricht etwa 6-10 Terminen.

Wir fördern alle mehr Bewegung für unsere Kinder - das ist auch wichtig! Es fällt jedoch in der Schule manche Kinder auf, die auf der Suche nach Bewegungserfahrungen oft ängstlich, unruhig, hyperaktiv, störrisch, weinlich, aggressiv oder träumerisch sind. Dann können auch Kinder andere, Art meilen aber können sie sich selbst. Sie fallen auf und grenzen sich aus. Motopädagogik richtet sich hauptsächlich an diese Kinder. Sie leistet einen Beitrag, Kinder auf dem Weg zu sich selbst zu unterstützen und die gesunde Entwicklung zu fördern.

Spielend Entwickeln

in

**Mobile Praxis für Motopädagogik
und Bewegungstherapie**

im Landkreis Cham



Motopädagogische Gruppentherapie

- Fit for Kids - Präventive Bewegungsförderung
- Bewegtes Lernen - Rechnen und Schreiben mit dem ganzen Körper
- Cool down - Bewegte Entspannung
- Kinderrückenschule

Marion Lüftner · Diplomsporthelehrer/Motopädagogin · Mobil: 0179/7793110

- **Konzentration und Merkfähigkeit:** sich auf etwas ganz und gar einlassen können, Gehörtes und Gelerntes wiedergeben und verarbeiten
- **Ausdauer, Durchhaltevermögen und Anstrengungsbereitschaft:** sich mit einer Arbeit auseinandersetzen, auch wenn es nicht immer leicht fällt
- **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 größtenteils über die Sprache abgewickelt; Rückmeldungen erfolgen auf gleicher Ebene; Lesen, Schreiben, Mathematik, Sachunterricht usw., alles baut auf Sprache auf; falsches Sprechen wirkt sich auf das Schreibenlernen besonders negativ aus. Zuhören können ist wichtig.
- **Zeitliche Orientierung und Umgang mit Zeit:** in der Lage sein, gestellte Aufgaben in einem zugeteilten Zeitraum zu erfüllen und sich selbst die Zeit einzuteilen

Der Schulalltag und seine sozialen Anforderungen:

INFO!

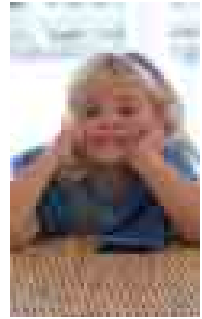
Der Schulalltag stellt Ihr Kind vor neue Anforderungen.

- **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 der Lehrerin bzw. dem Lehrer zusammenarbeiten, neue Kontakte knüpfen
- **Gemeinschaftsgefühl:** sich in eine (neue) Gruppe einfügen, sie mitgestalten, 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 usw.

Der Schulalltag und seine körperlichen Anforderungen:

- **Still sitzen können:** sich über einen längeren Zeitraum auf ein und demselben Platz kaum bewegen und dazu auch noch lernen müssen

- **Körperbeherrschung:** balancieren, verschiedene Formen der Fortbewegung und des Hüpfens (z.B. auf einem Bein, mit geschlossenen Beinen usw). 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



Der Schulalltag bringt eine weit reichende Lebensumstellung mit sich:

- abends rechtzeitig und möglichst immer zur gleichen Uhrzeit ins Bett gehen
- morgens früher aufstehen
- sich waschen, anziehen und innerhalb eines bestimmten **Zeitrahmens** fertig machen, um pünktlich zur Schule zu kommen
- den **Schulweg selbstständig** zurücklegen, nach Möglichkeit zu Fuß und allmählich auch ohne Begleitung durch Erwachsene
- die Pausensituationen bewältigen
- sich in den Gebäuden und auf dem Schulgelände zurechtfinden
- sich die Zeit für Hausaufgaben und Spielen (ein-)teilen
- sich zurechtfinden in den **unterschiedlichen Tagesabläufen** während der Schultage und der Wochenenden bzw. Ferientage



Osteopathische Praxis

Rudi Amberger

Dr.-Adam-Voll-Str. 1
93437 Furth im Wald

Telefon 0 99 73 / 500 190
Fax 0 99 73 / 500 191

e-mail: info@osteopathie-amberger.de
www.osteopathie-amberger.de

Osteopathie: Neue Wege - neue Chancen

Die Osteopathie macht keine Altersunterschiede. Dennoch ist sie gerade und vor allem bei **Kindern** angezeigt. Die Osteopathie ist eine **ganzheitliche Form der Medizin**. Sie dient vorwiegend dem Erkennen und Behandeln von **Funktionsstörungen**. Einige der häufigsten Symptome sind: **Schrei- und Spuckkinder, Schiefhals, Bauchkrämpfe, Schlafstörungen, Konzentrationsstörungen.**

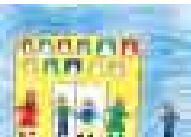


3. Die besten Tipps für einen guten Start

3.1 So unterstützen Sie Ihr Kind richtig

Dinge, die das soziale Miteinander betreffen, und das Verständnis dafür, dass man nicht immer sofort zum Zug kommen kann, **können Eltern schon lange im Voraus vermitteln**. Denn gerade damit haben Lehrer immer wieder zu tun. So fällt es nicht wenigen Erstklässlern schwer, sich in einen großen **Klassenverband zu integrieren**. Häufig bereitet es ihnen z.B. auch Probleme zu warten, bis sie an der Reihe sind. Sie fühlen sich aufgrund ihres eigenen Verständnisses von (bisher erlebter familiärer) Zuwendung oft benachteiligt und sind noch sehr auf sich bezogen.

Bisher konnte das Kind sicher sein, dass die Eltern oder die Erzieherin über kurz oder lang genügend Zeit für es 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 des Lehrers in Anspruch nimmt.



Spätestens mit der Schulanmeldung lernen Eltern und Kinder erstmals den zukünftigen "Arbeitsplatz" Schule kennen. Meist hat Ihr Kind aber bereits zuvor mit dem Kindergarten bei einem Schnupperbesuch die Schule kennen gelernt. Während dieser Schnupperstunde erleben die Kinder erstmals, wie es ist, sich über einen Zeitraum von einer halben bis dreiviertel Stunde konzentrieren zu müssen.

TIPPI!

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

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, ein Lehrer von 25 Schülern 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. Manchen Kindern fällt das weniger schwer, andere müssen dies noch lernen.

An dieser Stelle sei auch darauf hingewiesen, wie sehr **die eigene Einstellung gegenüber der Schule die des Kindes prägt**.

Vermeiden Sie deshalb alle negativen Äußerungen bezüglich Ihrer eigenen Schulzeit. Auch wenn Sie selbst nicht nur positive Erfahrungen gemacht haben, behalten Sie diese für sich, da Sie mit Ihren Äußerungen stark das kindliche Denken und die Einstellung Ihres Kindes gegenüber der Schule beeinflussen.

Seien Sie also vorsichtig, was und wie Sie sich in Bezug auf die Schule Ihrem Kind gegenüber äußern. Die unbewussten Wertungen können es stark verunsichern und ängstigen. Schauen Sie stattdessen lieber gemeinsam mit Spannung und Freude einem neuen Lebensabschnitt in Ihrer Familie entgegen.

ACHTUNG!

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

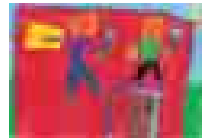
3.2 Buchtipps für Vorschulkinder und Eltern

Zu empfehlen sind dabei unter anderem die folgenden Bücher:

Grundschul-Wörterbuch und Kinderduden

Das sind zwei Bücher, die Ihrem Kind beim Hausaufgabenmachen helfen können:

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.



3.3 So wird Ihr Kind verkehrssicher

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.

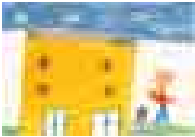
TIPPI!

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 nun relativ sicher bewältigt, können Sie sich nach anderen Erstklässlern in Ihrer Nachbarschaft umschaun. Die Kinder können den Schulweg gemeinsam gehen. Auch diese Gruppe sollte man noch einmal begleiten und auf problematische Stellen hinweisen.

So unterstützen Sie die Sicherheit Ihres Schulkindes:

- Vor allem in den dunklen Jahreszeiten ist eine **helle Kleidung mit Reflektorstreifen** wichtig.
- **Ausgeschlafene Kinder sind fitter** für den Straßenverkehr als Morgenmuffel und Zuspätkommende. Gerade gehetzte Schüler sind im Straßenverkehr erheblich stärker gefährdet.
- Schreiben Sie **lieber eine Entschuldigung**, als Ihr Kind dazu anzuspornen, den Schulweg etwas schneller zu gehen.
- Kinder mit **leerem Magen sind unkonzentrierter** – auch auf der Straße!



Auch Buskinder müssen üben:

INFO!

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

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.

1. Üben an der Haltestelle

Üben Sie 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.



2. Einsteigen

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.

3. Aussteigen

Die folgenden Schritte sollten Sie möglichst oft mit Ihrem Kind in der Praxis üben:

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, ihm Beispiele von Unfällen geben, denn die genannte 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.

TIPPI!

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

ACHTUNG

GEFAHR!

Gerade das Ein- und Aussteigen sollten Sie intensiv üben!

Mit dem Fahrrad in die Schule:

Sie sollten Ihr Kind erst nach der Radfahrausbildung, die in der Regel im vierten Schuljahr stattfindet, 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. Ihr Kind sollte erst nach der Fahrradausbildung mit dem Fahrrad in die Schule fahren.

Bei der **Radfahrausbildung** werden die Kinder durch Verkehrspolizisten geschult. Daran schließt sich eine Prüfung an. In viele Schulen kommen die Polizisten dazu eigens in die Schule.



Alle Schüler aufgepaßt!



Haben Sie für Ihr Kind vorgesorgt?

Schon harmlose Erkrankungen können bei Kindern zu schweren Folgeschäden führen und somit zum Schicksalsschlag für Sie und Ihr Kind werden. Zudem sind Kinder nur in der Schule und auf direkten Wegen hin und zurück gesetzlich unfallversichert. In der Freizeit und zu Hause nicht. Und gerade hier ereignen sich die meisten Unfälle. Für diese Fälle sollten Sie zumindest finanziell vorgesorgt haben. Denn die Gesetzliche Rentenversicherung zahlt keine Unterstützung bei krankheitsbedingter Invaldität im Kindes- und Jugendalter.

Mit dem Biene Maja Schutz Brief sichern Sie bereits ab dem Schulalter die finanzielle Zukunft Ihres Schützlings!

Beatrix Aumer · Am Mühlbühl 1 · Radling, 93489 Schorndorf
Telefon (0 99 71) 86 29 00 · Telefax 86 29 96
Funk (01 71) 3 13 66 25 · eMail: beatrixaumer@t-online.de

Ein Leistungsbeispiel

Der elfjährige Schüler Robert wird beim Spielen im Wald von einer Zecke gebissen. Er bekommt leichtes Fieber und seine Haut rötet sich. Die Behandlungsversuche des Hausarztes schlagen nicht an. Es kommt zu einer schweren Hirnhautentzündung. Robert fällt nach mehreren Wochen ins Koma. Schon jetzt ist klar, daß er voraussichtlich in den nächsten sechs Monaten nicht wie gewohnt in die Schule gehen kann.

Seine Eltern erhalten aus der NÜRNBERGER Schulunfähigkeitsversicherung bis zur Genesung die vereinbarte Rente von 750 EUR, um einen Nachhilfelehrer zu bezahlen.

Schutz und Sicherheit im Zeichen der Burg



WANNINGER & KOLLEGEN

Wanninger Schumann Wanninger Mangold

RECHTSANWÄLTE STEUERBERATER WIRTSCHAFTSPRÜFER FACHANWÄLTE

Rechtsberatung und Prozessführung

Rechtsgestaltungsberatung, Beratung in Rechtsfragen,
gerichtl.- und außergerichtliche Vertretung, Prozessführung

Steuern und wirtschaftliche Beratung

Laufende Steuerberatung, Deklarations- und Durchsetzungsberatung,
Steuerliche Gestaltungsberatung

Wirtschaftsprüfung

Prüfung von Jahresabschlüssen, Sonderprüfungen,
Unternehmensbewertungen und Transaktionsberatung

Auf der Schanze 20 · 93413 Cham · Tel. 0 99 71/85 73-0

4. Vorsorge und Sicherheit

Der richtige Versicherungsschutz für Ihr Kind und Ihre Familie

Auch wenn Sie mit Ihrem Kind den Schulweg schon vor Schulstart intensiv trainiert haben und Ihr Kind sich sicher im Verkehr bewegt, Kinder gehören 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.

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.

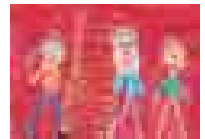
Versicherungsschutz bei Sachschäden:

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

Die Haftpflicht 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.

INFO!

Die gesetzliche Unfallversicherung zahlt nicht in jedem Fall!



5. Was Ihr Kind für die Schule braucht

5.1 Kinderbekleidung



Mit dem Übergang vom Kindergarten in die Grundschule gewinnt auch das Thema Bekleidung zusätzlich an Bedeutung, da die Selbstständigkeit Ihres Kindes immer weiter zunimmt.

Es ist wichtig, dass Ihr Kind möglichst früh und schon von weitem im Straßenverkehr gesehen werden kann.

Je auffälliger die Kleidung Ihres Kindes ist, desto eher kann es von anderen Verkehrsteilnehmern wahrgenommen werden.

Verzichten Sie daher insbesondere im Winter auf dunkle Bekleidungsstücke und achten Sie darauf, dass an Jacken und Mäntel **reflektierende Streifen oder Aufnäher** angebracht sind. Diese Applikationen erhalten Sie in jedem Fachgeschäft. Sie erhöhen deutlich die Sicherheit Ihres Kindes und können ohne Probleme nachträglich angebracht werden.

Allerdings werden Sie dabei feststellen, dass spätestens mit Beginn der Schulzeit Ihr Kind ein eigenes Modebewusstsein entwickelt:

Während Kinder während der Kindergartenzeit zumeist ohne größere Klagen die von ihren Eltern ausgesuchten Kleiderstücke anziehen, werden Sie jetzt bemerken, dass Ihr Kind immer genauere Vorstellungen entwickelt, welche Kleidungsstücke ihm gefallen und welche nicht. Da haben Sie beispielsweise extra warme Fäustlinge für Ihr Kind gekauft. Aber Ihr Kind besteht darauf, entweder gar keine oder die abgetragenen Fingerhandschuhe aus dem Vorjahr zu tragen. Grundsätzlich ist dieses wachsende Modebewusstsein ein ganz normaler Entwicklungsschritt im Leben Ihres Kindes. Nicht selten kollidieren dabei allerdings die Vorstellungen von Eltern und Kindern.

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 Regenstiefel mit Reflektoren akzeptiert.

Wichtig ist, darauf zu achten, dass Ihr Kind dem Wetter und der Jahreszeit angepasste Kleidung trägt und Jacken, Schuhe usw. ohne Probleme **selbstständig an- und ausziehen** kann. Falls Ihr Kind beispielsweise noch Probleme hat, eine Schleife zu machen, ist es sinnvoller, Ihrem Kind Slipper oder Schuhe mit Klettverschlüssen zu kaufen.

TIPPI

Akzeptieren Sie auch die Wünsche Ihres Kindes und machen Sie Kompromisse.

5.2 Der richtige Schulranzen

Endlich kann die erste greifbare Vorbereitung auf die Schule in Angriff genommen werden. Eltern und Großeltern freuen sich darauf, die Schultaschen anzuschaffen. Besonders spannend wird es jetzt für das angehende Schulkind. 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 gleich mit in den Kauf einzubeziehen. Schon beim **Schulranzenkauf** kann sich ein Kind dadurch weiter auf die zukünftige Lebenssituation einlassen. Es identifiziert sich dann stärker mit seiner neuen Rolle. Nehmen Sie sich also einen Nachmittag für einen Bummel durch die Fachgeschäfte Zeit. Es gibt Familien, die die Auswahl des „schönsten“ Schulranzens auf mehrere Tage verteilen, da sie gerne in Ruhe Preise und Qualität vergleichen wollen.

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 Markenranzen entscheiden. Auch Lehrer bestätigen immer wieder, dass Billigprodukte oft die Grundschulzeit kaum bis zur Mitte überstehen.



Am besten wählen Sie eine Schultasche mit **geringem Eigengewicht** aus. Als Faustregel dafür gilt: **10 % des Körpergewichtes** dürfen nicht überschritten werden (der Inhalt des Ranzens wird dabei mitgerechnet). 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!

Haltungsschäden drohen bei schlecht oder falsch eingestelltem Schulranzen.

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
- Der Ranzen sollte auf dem Boden stabil stehen können
- Zusatzfächer für das Pausenbrot und die Trinkflasche sind sinnvoll

Und noch ein paar Tipps:



- Achten Sie nach dem **Jahreszeiten- und Jackenwechsel** auf eine veränderte Tragegurteinstellung.
- Prüfen Sie einmal pro Woche gemeinsam mit Ihrem Kind in der Schultasche nach, ob sich **unnötiger Ballast** im Ranzen ansammelt, denn auch dieser trägt zu einer unnötigen Belastung Ihres Kindes bei.
- Wenn nicht ohnehin schon zahlreich vorhanden, sollte man noch **zusätzlich 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.
- Der neue Ranzen und das Mäppchen sollten vor dem Schulanfang nicht zum Spielen benutzt werden. Wie schön ist es, die Schulzeit mit dem nagelneuen Schulzubehör zu beginnen.

TIPP!

Stellen Sie Sicherheit und Qualität in den Vordergrund. Ein billiger Ranzen muss oft schnell ersetzt werden.

5.3 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 individuelle Platzsituation abstimmen kann.



INFO!

Spezielle Kinderschreibtische wachsenden mit und sparen so auf lange Sicht Geld.

Zu empfehlen ist ein Schreibtisch mit geeigneter 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°**.

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, so dass die Schüler ihre Bücher, Stifte, Kuscheltiere und anderen Krimskrams auf den geraden Flächen ablegen können. Diese Kombination kommt dem Bedürfnis der Kinder sehr entgegen. 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 oder ein Schreibpult aus dem Baumarkt erfüllen. Sie benötigen lediglich ein **geneigtes Auflagepult** (42 x 50 cm). 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.

So passen Sie Tisch- und Stuhlhöhe optimal an die Bedürfnisse Ihres Kindes an:

INFO!

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

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)

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.

TIPPI!

Eine geneigte Arbeits- und Sitzfläche beugt Haltungsschäden vor.

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 bzw. 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.

5.4 Stifte und Mäppchen

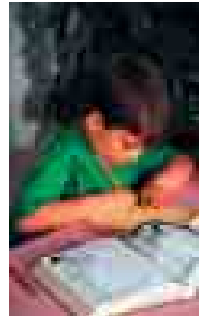
Hier darf man nicht nach dem Motto „Je mehr, desto besser“ verfahren, sondern man sollte genau überlegen, was sinnvoll ist. So genannte „Doppeldeckermäppchen“ brauchen zum einen viel Platz auf dem Arbeitstisch, zum anderen ist es für die Kinder schwierig, in solch einem großen, unübersichtlichen Mäppchen 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 **Schlamerpmäppchen** für weitere Hilfsmittel wie Schere, Kleber usw. 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 Stifthalterung erleichtern.

INFO!

Frühestens ab der zweiten Klasse wird mit dem Füller geschrieben.



5.5 Materiallisten

An vielen Schulen gibt es Materiallisten, aus denen die Eltern ersehen können, was für den Unterricht gebraucht wird.

6. Jetzt geht's los – der erste Schultag

6.1 Der erste Schultag – 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 Mütter, 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.

Manche von ihnen werden sich fragen, **wie so ein erster Schultag in der Grundschule wohl abläuft.**

Zu Beginn des ersten Schultags versammeln sich Eltern und Kinder in der Aula oder Turnhalle der Schule. Häufig haben die vergangenen ersten und zweiten Klassen ein kleines Programm vorbereitet. Es werden Lieder gesungen, Gedichte über den Schulalltag vorgetragen und viele aufmunternde Worte von Lehrern und der Schulleitung gesprochen.

Danach gehen die Kinder mit ihrer Lehrerin oder ihrem Lehrer in den neuen Klassenraum. Waren die Eltern bis dahin dabei, müssen sie nach einer kleinen Ansprache das Klassenzimmer verlassen.

DER ERSTE SCHULTAG!

Ein neuer Lebensabschnitt beginnt – für Kinder und Eltern.

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 z.B. 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. Später können die Eltern ihre Sprösslinge wieder von der Schule abholen.

Danach liegt es in der Hand der Eltern, einen geruhsamen, einen ereignisreichen oder feierlichen Tag für den Schulanfänger und die Familie zu gestalten.

Tipps für den ersten Schultag:

- Versuchen Sie **so wenig Unruhe und Hektik wie möglich** in diesen Tag zu bringen.
- Überlegen Sie zusammen mit dem Schulanfänger und den anderen Familienmitgliedern schon einige Zeit im Voraus, was Sie am ersten Schultag nach Schulende unternehmen wollen.
- Der Erstklässler steht an diesem Tag natürlich im Mittelpunkt und sollte seine bevorzugten Wünsche einbringen.
- **Stopfen Sie den Tag nicht zu voll**, es zählt nicht die Anzahl der Highlights. Für Ihr Kind waren die erste Schulstunde und die Schultüte das Wichtigste!

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.

Schultüten gibt es in den Monaten vor der Einschulung in fast jedem Kaufhaus und in allen Papierwarenläden zu kaufen. In allen Formen und Farben bis hin zum Design passend zum Schulranzen wird alles angeboten, was das Herz begehrt.

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.

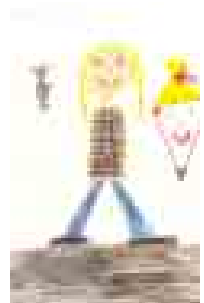
Meist stecken (größtenteils) die Mütter sehr viel Liebe und Zeit in ein **individuell gestaltetes Unikat**, das noch lange nach dem ersten Schultag einen Ehrenplatz erhält. Für Kinder ist es eine gute Erfahrung, dass nicht alles nur gekauft und später wieder weggeworfen werden kann, sondern sich vieles 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 lieber zu einer gesundheitsbewussten Variante über. Der Inhalt besteht aus einer Mischung von (gesunden) Süßigkeiten und kleinen Schultensilien oder Spielsachen.

Nach dem Grundsatz „Weniger ist oft mehr“ ist es sehr sinnvoll, auch in diesem Fall die Kinder nicht mit Geschenken zu überschütten, sondern ihnen stattdessen **eher etwas Sinnvolles in die Tüte zu stecken**. Es muss keine Fülle von Geschenken vorhanden sein, damit sich der Erstklässler an diesem Tag im Mittelpunkt fühlt. Deshalb sollten Sie ruhig auch Verwandte bremsen, wenn es Ihnen mit den Zusatzgeschenken zu viel wird. Es ist schließlich nicht Weihnachten.

TIPP!

Basteln Sie gemeinsam mit Ihrem Kind eine individuelle Schultüte.



Beliebt und geeignet sind:

INFO!

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

- Schreib- oder Buntstifte
- Ein Konzentrationsspiel
- Mal- oder Bilderbuch
- T-Shirt oder anderes Wunschkleidungsstück
- Ein bis zwei Holzwürfel (später kann man damit Rechenaufgaben besser veranschaulichen)
- Hörspielkassetten
- Eine hübsche Brotdose und/oder Trinkflasche
- Eine Lieblingssüßigkeit Ihres Kindes
- Gutschein für Ausflug, Zoobesuch o. ä.
- Als Füllmaterial für die Tütenspitze kann man entweder Zeitungspapier oder eine Tüte Popcorn verwenden



7. Der Alltag in der Grundschule

7.1 Was lernt mein Kind in der ersten Klasse?

VERGLEICHEN SIE EINMAL!

Der heutige Schulalltag unterscheidet sich sicherlich deutlich von Ihren eigenen Erfahrungen.

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.

Außerdem lernt Ihr Kind einiges, was Sie auf den ersten Blick gar nicht greifen oder sehen können. Anfangs werden die Schulanfänger und die Lehrkraft vom sozialen Lernen und dem **Erlernen von Arbeitstechniken** gefordert.

Viele Arbeitstechniken, die grundlegend für das gesamte Lernen und Arbeiten verwandt werden, müssen nun in kleinsten Schritten mit viel Geduld seitens der Lehrkraft mit den Schülern eingeübt werden, zum Beispiel der Umgang mit den Heften und das Ein- und Ausräumen des Schulranzens geübt werden. Manche Kinder brauchen viel Zeit und Geduld, bis sie selbstständig ihren Arbeitsplatz aufräumen können.

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

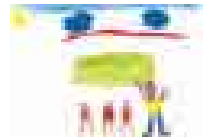
7.2 Der Tagesablauf

Nicht nur in den ersten Wochen nach dem Schulbeginn ist der Morgenkreis für viele Schulanfänger die erste Orientierung und Sammlung in der Gemeinschaft. Finden sich die Kinder am Morgen zusammen, wird über den Schulweg gesprochen und darüber, was am Vortag in der Schule gewesen ist oder was an diesem Tag auf dem Programm steht. Oft wird ein **Begrüßungslied** gesungen. Manchmal beginnt die Lehrerin den Tag mit einer Geschichte oder einem Gespräch. Hierbei kann viel Stoff vermittelt werden und die Kinder lernen die nötigen Gesprächsregeln kennen.



Ebenso regelmäßig findet die **Kontrolle der Hausaufgaben** statt. Diese Kontrolle ist notwendig, um zu sehen, ob die Kinder das Lernziel des Vortages erreicht haben. Sie ist zudem eine gute Gelegenheit, die Kinder zu loben, sie zu unterstützen und Fehler zu korrigieren.

Phasen der starken Anspannung und Konzentration werden anschließend wieder durch Bewegung und Singen ausgeglichen. In einigen Klassen wird verstärkt Wert auf **Freiarbeit** gelegt. Sie unterscheidet sich vom so genannten **Frontalunterricht** (bei dem die Lehrkraft vor den Schülern steht bzw. sitzt und diese zuhören) darin, dass individuelle Arbeitsaufgaben in Kleingruppen erarbeitet werden. Hierbei kann ein und derselbe Schulstoff in jeder Gruppe unterschiedlich aufgearbeitet und vertieft werden. Das Ergebnis wird oft allen wieder zugeführt. Diese Art des Lernens hat den Vorteil, dass der Unterricht aufgelockert wird, die Schüler neu motiviert sind, Bewegung entsteht und der Umgang mit den Mitschülern geübt wird. Bei der Freiarbeit lernen die Kinder ihre Mitschüler ganz natürlich im Arbeitsprozess kennen. Außerdem kann die Lehrkraft gezielt auf schwache oder sehr gute Schüler mit ihnen eigens zgedachten Aufgaben eingehen. Sie steht während der gesamten Zeit mit Rat und Hilfe zur Seite.



Nicht in allen Klassen wird die Freiarbeit gleichermaßen angewandt, jedoch werden alle Lehrer Elemente der Freiarbeit für die Lebendigkeit ihrer Arbeit mit den Erstklässlern einsetzen.

In vielen Klassenräumen gibt es eine **Lese- und Spielecke**. Darin befindet sich meistens ein Regal mit Lern- und Gesellschaftsspielen sowie eine kleine Bücherei mit Erstlese- und Bilderbüchern. Hier kann sich jedes Schulkind morgens vor Schulbeginn oder nach Beendigung des Unterrichts, allein oder mit einem Freund zurückziehen und selbst auswählen, was es lesen oder spielen will.

INFO!

Das freie Arbeiten fördert die Selbstständigkeit und Teamfähigkeit der Schüler.

Der Schulalltag wird meist mit einem kurzen Gespräch, einer **Verabschiedung** und einem Abschiedslied beendet.

7.3 Hausaufgaben

Es ist müßig, über Sinn oder Unsinn der Hausaufgaben zu diskutieren. Es gibt keinen Schultyp, in dem auf die Hausaufgabe verzichtet wird. Weder Montessori- noch Waldorf- oder Regelschulen wollen auf die Übung zu Hause verzichten. Deshalb sollten Sie diesen Teil der Schule als unverrückbaren Faktor akzeptieren.

Warum sollen Kinder auch zu Hause für die Schule arbeiten??

Dafür gibt es viele gute Gründe:

- zu Hause findet das Kind mehr Ruhe zur Arbeit
- es übt und vertieft das in der Schule Gelernte in einer anderen Atmosphäre
- es arbeitet alleine und lernt dabei, sich seine Arbeit sinnvoll einzuteilen
- es beginnt, Verantwortung für das eigene Lernen zu übernehmen
- es gibt sich selbst und der Lehrkraft damit Rückmeldung über sein Wissen oder eventuelle Lernprobleme

Wie lange sollte ein Erstklässler für die Hausaufgaben 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 frisch gebackene Schüler muss in den ersten Wochen noch lernen, sich auf seinen Arbeitsplatz zu konzentrieren und die gestellte Aufgabe ohne Unterbrechungen zügig zu bewältigen. Aufgrund kleiner Pausen wie z.B. kurzer Spielphasen zwischen der Arbeit werden aus einer 15-minütigen Hausaufgabe am Ende schnell 45 Minuten.

Vielleicht haben Sie aber auch einen Sohn oder eine Tochter, der/die alles schnell bewältigen möchte und nicht eher ruht, bis alles abgehakt ist. Dann haben Sie wirklich Glück. Diese Kinder werden ganz sicher innerhalb der vorgegebenen halben Stunde bleiben.

Wenn Sie das Gefühl haben, dass dieser Richtwert **immer wie-**

der um einiges überschritten wird, schauen Sie sich das Pensum genau an, es ist sehr gut möglich, dass nicht Ihr Kind zu langsam ist, sondern zu viel Hausaufgaben anstehen. Es ist sinnvoll, einmal andere Eltern anzurufen (Telefonliste vom Elternabend) und bei ihnen anzufragen, wie ihre Kinder die Aufgabe bewältigen. Wenn Sie das Gefühl haben, die Mehrheit hat damit Probleme, können Sie dieses Thema in einem Gespräch selbst oder über die Klassenelternsprecher mit der Lehrkraft erörtern.

Wie lernt man, Hausaufgaben zu machen?

Eigentlich wird man als Eltern in diese Materie einfach nur hineingeworfen. Ganz vage kann man sich die eigene Hausaufgabenzeit, manchmal mit Grausen, ins Gedächtnis rufen.

Als Erstes müssen Sie zusammen mit Ihrem Kind herausfinden, **welche Zeit wohl die passendste** in Bezug auf seine Leistungsfähigkeit und Konzentration ist.

Eltern hätten die Hausaufgaben am liebsten gleich im Anschluss an die Schule erledigt, denn so kann man für den Rest des Tages etwas planen, unternehmen oder hat einfach nur das herrliche Gefühl, für heute alles erledigt zu haben.

Aber nicht für alle Kinder ist dieser Zeitpunkt genau der richtige. Die Erstklässler kommen nach Hause und haben vier bis fünf Schulstunden hinter sich gebracht. Darüber hinaus hatten Sie auch noch wenig Bewegung und haben daher meist überhaupt keine Lust auf Hausaufgaben.

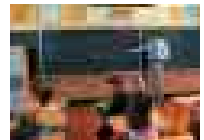
Lassen Sie **Ihr Kind über den Zeitpunkt für die Hausaufgaben selbst entscheiden** und es ausprobieren. Bei dieser einmal gewählten Uhrzeit sollte es zunächst bleiben und die Arbeit regelmäßig am selben Ort und zur gleichen Zeit ausgeführt werden.

Lehrer sagen, dass Kinder ihre Aufgaben möglichst bald selbstständig ausführen sollten. Doch in der Praxis sind Kinder anfangs oft unsicher. In der ersten Klasse wünschen sich Eltern und Kinder einen guten Start in dieses neue Aufgabenfeld. Deshalb empfiehlt es sich, das **Hausaufgabenmachen regelrecht einzuführen**.

Am besten erzählt das Kind zuerst, was es heute alles zu erledigen hat. In den ersten Tagen oder Wochen kann man bei unsicheren Kindern noch etwas helfen, sollte es danach aber immer weiter in das eigenständige Arbeiten entlassen. Sie sollten Ihrem Kind zeigen, dass es **selbst überlegen und handeln** soll. Signalisieren Sie ihm Hilfe, wenn es wirklich nicht mehr weiterkommt. Diese wird dann

TIPPI!

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



WICHTIG!

Ihr Kind sollte möglichst schnell lernen, die Hausaufgaben weitgehend selbstständig zu erledigen.

sinnvoll, wenn man sich die Aufgabenstellung und Denkschritte vom Kind erklären lässt, um dann vorsichtige Einwürfe zu machen, die den Erstklässler selbst wieder auf die Spur bringen. Nur Lösungen aufzuzeigen würde die Kinder in die Unselbstständigkeit führen. Sie würden sich auf ihren „Komplizen“ verlassen. 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!

INFO!

Veranschlagen Sie ca. 30 Minuten pro Tag für die Hausaufgaben.

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.

Manchmal erinnern sich Kinder gerade bei den Hausaufgaben an **Probleme** mit Mitschülern oder ärgern sich über die Lehrkraft oder die „vielen“ Hausaufgaben. In einem solchen Moment braucht Ihr Kind Ihre Hilfe und Ihr Mitgefühl. An wen, wenn nicht an Sie, soll sich das Kind mit seiner Wut, seiner Enttäuschung oder dem Ärger wenden? Manche Kinder müssen sich nur einmal „ausmotzen“.

Hinter anderen Dingen verbergen sich wirkliche Probleme und Sorgen, die man miteinander lösen kann, auch wenn das Empfinden Ihres Kindes möglicherweise sehr subjektiv ist.

Wenn Sie Ihr Kind ernst nehmen, verarbeitet es das Angestaute und kann am nächsten Tag wieder neu anfangen.



INFO!

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

7.4 Mittagsbetreuung, Schülerhort und Hausaufgabenbetreuung

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

Für **eventuell auftretende Lücken in der Betreuung** sollten Sie unbedingt in Ihrer Planung vorgesorgt haben.

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.

7.5 Lernprobleme

Fast jedes Kind hat auf die eine oder andere Weise Probleme mit Teilbereichen der Schulanforderung. Sei es das hoch motivierte Einzelkind, das die ganze Zeit 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 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 (die eine gewisse, zeitlich begrenzte Dauer hat) auch nach längeren Anstrengungen nicht heraus, dann sollten Sie sich weitere Hilfe suchen. Vielleicht hat es eine Lernblockade, die ohne fremde Hilfe selten zu bewältigen ist.

Wenn Sie annehmen, dass Ihr Kind den Schulanforderungen über einen längeren Zeitraum nicht entsprechen kann und auch schon in seiner bisherigen Entwicklung bestimmte Probleme auftraten (z.B. 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 die (schulischen) Probleme des Kindes auszutauschen.

TIPP!

Seien Sie bei anfänglichen Lernproblemen nicht gleich besorgt. Meist löst sich der Knoten schneller als Sie denken.

Gemeinsam mit der Lehrkraft, den Eltern sowie später mit der entsprechenden Facheinrichtung (z.B. Diagnose- und Förderschulen, ebenso Ergotherapeuten und Motopäden) werden Sie zum Wohle Ihres Kindes sicher einen Weg finden, um ihm die tägliche Lernfrustration zu ersparen. 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 dann erraten müssen. Auch Sandpapierbuchstaben, die die Kinder mit den Fingern nachfahren, werden auf einer ganz anderen Ebene erlebt, als wenn sie nur im Lesebuch gesehen werden.

TIPPI!

Diese Tricks helfen Ihrem Kind bei Lese- und Schreibproblemen.

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.

In der Schule **besser** werden?

Bei Schulproblemen hilft unser spezielles Unterrichtskonzept: Maßgeschneiderte Nachhilfe, optimal auf jeden einzelnen Schüler abgestimmt. Damit Ihr Kind weiterkommt. Wir informieren Sie gern. Rufen Sie an: Mo.–Fr. 14–17 Uhr



**PÄDAGOGISCHE[®]
SCHÜLER-
FÖRDERUNG**

Cham, Hafner Straße 10

Tel. 0 99 71/80 21 48

Kötzing, Holzapfelstraße 4

Tel. 0 99 41/90 48 95

Furth i. Wald, Stadtplatz 10

Tel. 0 99 73/50 07 82

Roding, Falkensteiner Straße 4

Tel. 0 94 61/91 08 89

www.schueler-foerderung.de

Notizen



Beste Aussichten... für Mädchen in technischen Berufen

Nimm es selbst in die Hand!

Landratsamt Cham, Rachelstraße 6, 93413 Cham, Telefon 0 99 71/78-4 36

The advertisement features a woman in a yellow shirt and green pants sitting on a desk with a computer monitor, keyboard, and printer. The background is a light blue and white gradient.

www.landkreis-cham.de
www.berufswahltag.de



7.6 Schulpsychologie im Landkreis Cham

Hurra, Schule ! Kinder freuen sich auf ihren ersten Schultag. Sie sind voller Neugier, Interesse und Energie. Aber dennoch können in der Schullaufbahn bei unseren ABC Schützlen die verschiedenartigsten Probleme auftauchen.

Ihr Kind will bzw. kann nicht lernen

Ihr Kind geht nur sehr unwillig in die Schule

Ihr Kind hat große Schwierigkeiten in einigen Fächern

Bei solchen und ähnlichen Fällen bietet das Staatliche Schulamt im Landkreis Cham im Rahmen seiner Fachberatung die schulpsychologische Beratung an.

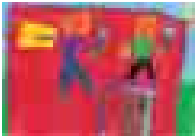
Der Schulpsychologe berät sie bei Lern- und Leistungsstörungen, Teilleistungsstörungen, Motivationsproblemen und Arbeitsverhalten, um nur einige Beispiele aufzuzählen. Ebenso unterstützt er sie bei speziellen Schullaufbahntscheidungen - besondere Förderbedürfnisse und Begabungen.

Sollte das Kind mit plötzlichem Leistungsabfall oder Schulverweigerung, Disziplinproblemen, Mobbing oder Aggressionen zu kämpfen haben, berät sie der Schulpsychologe in diesen akuten Krisen. Dabei erfolgt auch häufig eine testologische Abklärung bezüglich Fertigkeiten und Fähigkeiten der Schülerin/des Schülers. Auf dieser Basis werden Unterstützungsmöglichkeiten gemeinsam mit Betroffenen und Beteiligten geplant und umgesetzt.

Oft vollzieht sich schulpsychologische Beratung in einem länger dauernden Prozess - mit Erfolgen, Rückschlägen und Umwegen - bis die Beteiligten ohne Hilfe des Schulpsychologen weiterarbeiten können. Im Rahmen der Beratungsgespräche erfolgt eine ständige Rückmeldung über Änderungsversuche in die gewünschte Richtung.

Hauptaugenmerk des Schulpsychologen bei seiner Tätigkeit muss die Unterstützung des Zusammenlebens und der Zusammenarbeit aller an der Schule Beteiligten (Schüler, Eltern, Lehrkräfte) durch psychologische Erkenntnisse und Methoden sein. Er arbeitet mit dem Ziel, zu Persönlichkeitsentwicklung, Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden in der Schule beizutragen, wozu auch bei abweichendem Schülerverhalten der gezielte Einfluss zur positiven Verhaltensänderung des Kindes zählt. Zu gute kommt dem Schulpsychologen dabei seine Doppelqualifikation als Psychologe und Lehrer. Er ist sowohl mit der Schulpraxis aus Lehrerperspektive als auch aus Schüler- und Elternperspektive vertraut. Durch die Verschwiegenheitspflicht gemäß §203 StGB ist er gleichzeitig ein zuverlässiger Partner seiner Klienten/innen.

Ebenso verfügt der Schulpsychologe über viele Kooperationskontakte zu inner- und außer- schulischen Einrichtungen (z.B. Schulen und Schulverwaltung, Beratungslehrkräften, Jugendsozialpädagogen in



der Schule, Erziehungsberatungsstellen, Ärzten, Kinderpsychologen, Kliniken, Jugendamt, Einrichtungen der Kinder und Jugendhilfe). Deshalb verweist er die Eltern gezielt an die Stellen, an denen sie die ihren Bedürfnissen und Problemlagen angemessene Hilfe erhalten.

Wie finde ich eine Schulpsychologin/Schulpsychologen?

Der erste Ansprechpartner und damit unmittelbarer Berater bzw. Beraterin von Schülern, Schülerinnen und Eltern ist die Lehrkraft bzw. der Beratungslehrer/in. Bei komplexeren Fragestellungen oder Problemen ist es jedoch notwendig, die Kompetenz von Schulpsychologen/innen in Anspruch zu nehmen.

Neben dem Weg über die Lehrkräfte oder Beratungslehrkräfte der Schule können sich Eltern und Schüler/innen selbstverständlich direkt an die Schulpsychologen/innen wenden.

Die Adresse des für die jeweilige Schule verbindlich zuständigen Schulpsychologen ist auf dem Plakat „Schulberatung“ zu finden, das in jeder Schule aushängt. Auf die absolute Vertraulichkeit, die bei einer schulpsychologischen Beratung auf Grund gesetzlicher Vorgaben sicher gestellt ist, sei nochmals verwiesen. Auch ist schulpsychologische Beratung kostenlos.

Wir wünschen Ihrem Kind viel Erfolg in der Schule
Ihre Fachberatung Schulpsychologie

7.7 Sprechzeiten der Schulpsychologen und Beratungslehrkräfte

Die Schulpsychologen und Beratungslehrkräfte sind zuständig für

- Fragen zur Schullaufbahn, z.B. Übertritt;
- Lern-, Leistungs- und Verhaltensschwierigkeiten;
- Fragen zum Wechsel der Schulart oder der Ausbildungsrichtung;
- Fragen zum Schulabschluss und zur Wahl eines Berufes;

Sie werden ferner hinzugezogen

- bei der Aufnahme in die Grundschule, d. h. bei der Frage nach einer vorschulischen Förderung oder einer Zurückstellung des Kindes und
- bei der Betreuung schwieriger Schüler, z.B. bei Lernproblemen, Leistungshemmungen oder Sprachstörungen.

Erster Ansprechpartner der Eltern in Fragen der Ausbildung und Erziehung ihrer Kinder ist die Klasseleitung.

Es gibt mehrere Möglichkeiten, wie Sie mit uns in Kontakt kommen können: Entweder weist Sie der Klassenlehrer auf Lern- oder Leistungsprobleme Ihres Kindes hin und rät Ihnen, es dem Beratungslehrer vorzustellen. (siehe oben)



Sie können aber auch jederzeit selbst den Beratungslehrer anrufen.

D.-Bez.	Name, Vorname	Qualifikation
BR	Ernst, Wolf	Dipl. Psych.
L	Lobmeyer, Michael	Schul- psych.
Beratungsbereich I		
L	Baumgartner, Ludwig	Beratungs- lehrkraft (SJB)
Beratungsbereich II		
Lin	Frank Anna	Beratungs- lehrkraft

Beratungsbereich; Schulname Sprechzeiten

Telefonnummer:
 o 99 71/73 83
 oder
 o 99 71/4 02 02
 an der Johann-Brunner-
 Volksschule Cham

Telefonsprechstunden:
 Dienstag: 08.45 - 11.30 Uhr
 Donnerstag: 10.00 - 12.15 Uhr

Persönliche Beratungsstunden:
 Montag, Mittwoch und
 Freitag:
 vormittags nach Vereinbarung

GTH1 Schorndorf-Sattelbogen
 Tel.: o 94 67/71 11 3-0

michael.lobmeyer@scha.landkreis-cham.de

Schulberatungsstelle
 Kleemannstraße 36
 93413 Cham
 Tel.: o 99 71/84 35 51
 Fax: o 99 71/84 35 72

Telefonsprechstunden:
 Montag: 12.00 - 14.00 Uhr
 Mittwoch: nach Vereinbarung
 Freitag: 12.00 - 14.00 Uhr
 Persönliche Beratungsstunden:
 Montag: 14.00 - 16.00 Uhr
 Dienstag: 14.00 - 16.00 Uhr
 Mittwoch: nach Vereinbarung
 Donnerstag: 14.00 - 16.00 Uhr

Telefonnummer der
 Stammschule
 o 99 44/5 33

ludwig.baumgartner@vr-web.de

GTH1 Miltach
 GS Kötzting
 GS Cham
 GTH1 Chamerau

Montag: 09.45 - 13.00 Uhr
 Dienstag: 12.15 - 13.00 Uhr
 Mittwoch: 12.15 - 13.00 Uhr

Telefonnummer der
 Stammschule
 o 94 61/91 07-92

bfrank@freenet.de

GS Mitterdorf
 GTH1 Wilting
 VS Stamsried
 GTH1 Chammünster
 GS Windischbergedorf

Montag: 10.35 - 12.15 Uhr
 Dienstag: 08.00 - 10.35 Uhr



D.-Bez. Name, Vorname Qualifikation

Beratungsbereich III

L Riepl, Josef Beratungs-
lehrkraft

Beratungsbereich IV

Lin Marquardt, Gabriele Beratungs-
lehrkraft

Beratungsbereich V

Rin Kiowski, Anna Maria Beratungs-
lehrkraft

Beratungs-
fachkraft
am SchA

Beratungsbereich VI

KR Ziesler Hans Beratungs-
lehrkraft

Beratungsbereich VII

L Aumann, Michael Beratungs-
lehrkraft



Beratungsbereich; Schulname Sprechzeiten

Telefonnummer der Stammschule o 94 67/7 11 13-0	riepl.bl@vsschorndorf.de	
GTH1 Schorndorf-Sattelbogen	Montag:	10.45 - 11.30 Uhr
VS Roding	Donnerstag:	08.10 - 09.40 Uhr
GTH1 Pemfling	und	10.00 - 10.45 Uhr
GS Untertraubenbach		
GTH1 Weiding		

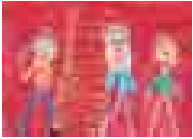
Telefonnummer der Stammschule o 94 64/2 16	cmarquar@tcrz.net	
VS Walderbach	Montag:	10.45 - 11.30 Uhr
VS Wald	Donnerstag:	08.15 - 12.30 Uhr
GTH1 Zell		
VS Falkenstein		
VS Rettenbach		

Telefonnummer der Stammschule o 99 77/4 53	anna-maria.kiowski@gmx.de	
GTH1 Arnschwang	Mittwoch:	11.30 - 13.00 Uhr
VS Tiefenbach	Freitag:	10.30 - 13.00 Uhr
GS Geigant		
GTH1 Schönthal		
GS Waldmünchen		
GTH1 Waffenbrunn-Willmering		

Telefonnummer der Stammschule o 99 73/6 55	joziesler@t-online.de	
HS Furth im Wald	Montag:	09.50 - 13.00 Uhr
GS Furth im Wald	Freitag:	11.30 - 13.00 Uhr
VS Neukirchen b. Hl. Blut		

Telefonnummer der Stammschule o 99 71/4 02 02	michael.aumann@t-online.de	
THS II Cham	Montag:	11.30 - 13.00 Uhr
HS Waldmünchen	Dienstag:	08.00 - 09.30 Uhr
VS Rötz	Donnerstag:	10.35 - 11.15 Uhr
	und	12.15 - 13.00 Uhr





D.-Bez.	Name, Vorname	Qualifikation
---------	---------------	---------------

Beratungsbereich VIII

Lin	Trum, Monika	Beratungs- lehrkraft (W)
-----	--------------	--------------------------------

Beratungsbereich X

KR	Simmel, Manfred	Beratungs- lehrkraft (W)
----	-----------------	--------------------------------

TIPPS ZUR EINSCHULUNG:

Wenn bei der Schuleinschreibung Fragen zur Schulfähigkeit aufgetaucht sind, oder wenn Sie schon im Kindergarten auf eventuelle Probleme hingewiesen worden sind, fragen Sie nach dem zuständigen Beratungslehrer.

Scheuen Sie sich nicht, uns anzurufen. Stellen Sie uns Ihr Kind vor. In Gesprächen mit Ihnen und über Tests können wir feststellen, welche Basisfähigkeiten für das Lernen noch nicht so gut ausgebildet sind. Entweder weisen wir Sie auf Fachstellen oder Spezialisten hin (Ärzte, Ergotherapie, etc.) oder wir geben Ihnen Hinweise, Spiele und Möglichkeiten an die Hand, wie Sie mit Ihrem Kind üben können. Somit wird das knappe halbe Jahr bis zum Schulbeginn sinnvoll genützt.

Wir wünschen Ihren Kindern einen guten Schulstart!

Beratungsbereich; Schulname Sprechzeiten

Telefonnummer der Stammschule
o 99 43/94 16-o
VS Lam
GS Lohberg
VS Hohenwarth-Grafenwiesen
GTH1 Haibühl-Arrach
GTH1 Eschlkam

volksschulelam@compuserve.de

Montag: 11.30 - 12.15 Uhr

Telefonnummer der Stammschule
o 94 67/3 54
VS Michelsneukirchen
THS I Cham
GTH1 Runding
GTH1 Arnschwang
HS Kötzing
GTH1 Rimbach

simmel.mane@yahoo.de

Dienstag: 10.35 - 11.20 Uhr
Mittwoch: 10.35 - 11.20 Uhr
Freitag: 9.30 - 12.15 Uhr





Ambulante Logopädie für Kinder

Die Logopädie im Kreiskrankenhaus Roding besteht bereits seit über 6 Jahren und seit mehr als 4 Jahren bietet die Abteilung für Logopädie zusätzlich die **ambulante Behandlung von Kindern** an.

Durch die Sprache können Kinder Gedanken, Wünsche und Gefühle ausdrücken, somit stellt die Sprache eine elementare Grundlage der menschlichen Lebensgestaltung und des Wohlbefindens dar. Die eigentliche Bedeutung der Sprache wird den meisten Menschen erst dann bewusst, wenn sie mit Störungen der Sprache, des Sprechens, Stimme und des Redeflusses konfrontiert werden.

Aufgrund ihrer Ausbildung und ihrer langjährigen Erfahrungen verfügen die am Kreiskrankenhaus Roding tätigen Logopädinnen über die Kompetenz entsprechende Störungen im Bereich der Sprache, des Sprechens und der Stimme – nach ärztlicher Anordnung – zu therapieren.

Dabei werden folgende Störungsbilder diagnostiziert und therapiert:

- Lautfehlbildung (Das Kind kann einen oder mehrere Laute nicht sprechen, ersetzt die Laute oder lässt sie aus)
- Sprachentwicklungsstörung (Probleme mit der Grammatik, dem Satzbau, der Anwendung der Präpositionen usw.)
- Myofunktionelle Störungen (z. B.: Unterspannte Zungen-, Lippen und Wangenmuskulatur)

Die Beratung der Eltern ist ebenfalls ein Teil der Therapie.

Das Ziel der sprachtherapeutischen Arbeit mit den Kindern ist, die krankheits- oder behinderungsbedingt eingeschränkten kommunikativen Funktionen und Fähigkeiten möglichst frühzeitig wieder herzustellen.

Termine nach telefonischer Vereinbarung mit den Logopädinnen Frau Lydia Eichler oder Frau Manuela Obermeier unter der Telefonnummer 09461/400645 oder 09461/4000.

Ambulante Ergotherapie für Kinder

Die Ergotherapie ist im Kreiskrankenhaus Roding bereits seit mehr als 3 Jahren fest etabliert.

Seit November 2003 bietet die Abteilung für Ergotherapie zusätzlich die **ambulante Behandlung für Kinder** an.

Das neue Angebot richtet sich an Kinder vom Kleinkind- bis ins Jugendlichenalter, wenn ihre Entwicklung verzögert ist, sie in ihrer Selbstständigkeit eingeschränkt oder von Behinderungen betroffen sind.

Ursachen dafür können z.B. angeborene oder früh erworbene Störungen des Bewegungsablaufes, der Wahrnehmungsverarbeitung infolge von Hirnschädigungen oder Entwicklungsstörungen sein.

Übergeordnetes Ziel der Behandlung durch die Therapeuten ist immer die größtmögliche Selbstständigkeit des Kindes.

Dazu gehören z.B.:

- Verbesserung/Koordination der Bewegungsabläufe
- Verbesserung von Körperwahrnehmung
- Verbesserung/Entwicklung verschiedener Fähigkeiten wie Konzentration, Ausdauer

Alle in der Behandlung angebotenen Aktivitäten richten sich nach dem tatsächlichen Entwicklungsstand des Kindes. Dafür müssen die unterschiedlichen Fähigkeiten und Defizite des Kindes anhand einer ergotherapeutischen Diagnostik erfasst werden.

Termine nach telefonischer Vereinbarung mit den Ergotherapeutinnen Frau Andrea Schmidt oder Frau Stefanie Diewald unter der Telefonnummer 09461/400644 oder 09461/4000.



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, dass ausreichend Flüssigkeit vor allem in leistungs- oder stressbetonten Situationen erforderlich ist. Gemeint sind damit keineswegs süße Sprudel und Mixgetränke, sondern stilles Wasser, Mineralwasser oder Saftmischungen.

Zu Hause sollte man schon einmal ein großes Glas Wasser oder mit Wasser gemischten Saft trinken und für die Schule eine Flasche zum Mitnehmen bereit stellen.

Mit einer gut verschließbaren Trinkflasche und einer Brotdose mit genügend Platz für ein Brot und etwas Obst oder Rohkost achten Sie gleichzeitig auf eine umweltgerechte Verpackung und vermeiden in den Schultonnen wahre Müllberge.

TIPPI!

Kinder sollten mindestens 1 Liter Flüssigkeit pro Tag zu sich nehmen.



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.

Der Spezialist für gutes Sehen. Von Anfang an!

93413 Cham
Auf der Schanze 9
Tel.: 0 99 71/80 10 60



93449 Waldmünchen
Stefanstraße 1
Tel.: 0 99 72/30 02 78

Wir führen auch Kinderbrillen von



Dr. (cs) Magda Rau

Fachärztin
für Augenheilkunde



PRIVATKLINIK DR. RAU

Janahof 2 · 93413 Cham
Telefon 0 99 71/86 10 78
Telefon 0 99 73/80 38 48
www.privatklinik-Dr-Rau.de

PRAXIS

Von-Müller-Straße 12
93413 Furth im Wald
Telefon **0 99 73/24 88**
Telefon 0 99 73/80 12 42
Telefax 0 99 73/43 43
e-mail: Dr.MagdaRau@t-online.de

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.

TIPPI

Lassen Sie die Sehfähigkeit regelmäßig überprüfen.

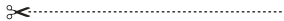
Daran erkennen Sie Sehprobleme bei Ihrem Kind:

- 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.

Heutzutage gibt es so viele unterschiedliche Brillenmodelle, dass es Ihnen nicht schwerfallen dürfte, gemeinsam mit Ihrem Kind eine Brille zu finden. 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.



Neue Apotheke

Dr. Ernst Skalla

Von-Müller-Str. 12 Furth im Wald
Telefon (099 73) 80 11 56



In der Zeit vom
14.9. bis 18.9. 04
erhält jeder
ABC-Schütze gegen
diesen **Gutschein** eine
kleine Überraschung
von uns.

www.apotheke-furth.de

Dr. med. Hans Mank

Kinder- und Jugendarzt · Hausärztliche Versorgung

Bahnhofstraße 4 · 93449 Waldmünchen

Telefon/Fax 0 99 72/37 77



Cham

Mo - Do 7⁰⁰ - 1⁰⁰

Fr, Sa 7⁰⁰ - 3⁰⁰

So 8⁰⁰ - 1⁰⁰

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 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.
- 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 ständige Wiederholungen weiter verankert.
- Spielmaterialien (Doktorkoffer, Spiegel, Handschuhe) besorgen und mit Freunden die Behandlungssituation positiv durchspielen.
- Auf den Ressourcen und Fähigkeiten der Kinder aufbauen, z.B. „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.

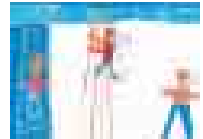
Hildegard Markwart, Zahnärztin und Pädagogin, Landsberg
 „Schleckis und Schlampis Abenteuer mit der Zahnfee vom blauen Fluss. Ein Lern- und Spaßbuch zur Zahngesundheit“.

Gesunde Zähne – gesunde Kinder

Mit diesem Motto macht die Bayerische Landesarbeitsgemeinschaft Zahngesundheit e.V. (LAGZ) darauf aufmerksam, dass die Vermeidung von Krankheiten durch gezielte Vorbeugemaßnahmen schon ab dem Kindergartenalter eine wichtige Rolle spielen muss! So kann z.B. die bakterielle Infektionskrankheit „Karies“ ganz einfach vermieden werden, wenn Kinder und Eltern richtig aufgeklärt sind!

INFO!

So nehmen Sie Ihrem Kind die Angst vor dem Zahnarzt.



Gemeinschaftspraxis

Dr. med. Sami Habash

Kinder- und Jugendarzt, Allergologie, Sportmedizin, Belegarzt

Dr. med. Thomas Habash

Kinder- und Jugendarzt, Neonatologie

Telefon: 0 99 71/28 00

Fax: 0 99 71/7 93 80

e-mail: praxis@doktor-habash.de

Internet: www.doktor-habash.de



Sprechstunden: Montag bis Freitag:

8.00 Uhr bis 11.00 Uhr



Montag, Donnerstag, Freitag: 14.00 Uhr bis 16.30 Uhr
und nach Vereinbarung



Ergotherapeutische Praxis

ANNEMARIE SCHLEICH

Auf der Schanze 9 · 93413 Cham

Tel. 0 99 71/80 45 05 · Fax 0 99 71/80 45 06

Staatl. anerk. Ergotherapeutin

BEFUND / THERAPIE / BERATUNG

- Ganzheitliche Ergotherapie
- Sensorische Integration
- ADS-Konzentrationsstörungen
- Teilleistungsstörungen
- Händigkeitsabklärung
- Verhaltenstraining
- Autogenes Training

- Motorisch-Funktionell
 - Sensorisch-Perzeptiv
 - Neuropsychologisch
 - Psychosozial
- zur Förderung von
Entwicklung der
Selbständigkeit im Alltag

Zusammenarbeit Schule – Zahnarzt

Die LAGZ ist ein Zusammenschluss der zahnärztlichen Körperschaften in Bayern und aller gesetzlichen bayerischen Krankenkassenverbände und ist vom Gesetzgeber beauftragt, die zahnärztliche Gruppenprophylaxe flächendeckend durchzuführen.

Ehrenamtliche LAGZ-Zahnärztinnen und -Zahnärzte besuchen alle Schulklassen (bis zur Jahrgangsstufe 6) einmal jährlich. Sie motivieren und instruieren die Schüler. Wichtig ist die Einbindung auch der Eltern, der Lehrkräfte und Elternbeiräte. Grundlage für eine stabile Mundgesundheit sind die vier Säulen:

1. **perfekte Mundhygiene,**
2. **zahngesunde Ernährung,**
3. **Verwendung einer fluoridhaltigen Zahncreme**
4. **halbjährlicher Vorsorgebesuch beim Hauszahnarzt**

Ziel ist die Stärkung der Eigenverantwortung der Schüler für die eigene Gesundheit und damit die Verbesserung der Zahngesundheit der bayerischen Kinder. Im Lehrplan ist die Zahngesundheitsvorsorge verankert.

Prävention lohnt sich! Um die halbjährlichen von den Krankenkassen finanzierten Vorsorgeuntersuchungen beim Hauszahnarzt zu fördern, wurde gemeinsam mit dem Bayerischen Kultusministerium seit dem Schuljahr 1997/1998 für alle bayerischen Grund- und Förderschulen die **Aktion „Löwenzahn“** ins Leben gerufen. Die Aktion ist so erfolgreich, dass mit Stolz behauptet werden kann, dass Bayerns Kinder in ganz Deutschland die gesündesten Zähne haben. Um diesen Erfolg zu halten und noch weiter zu verbessern, wird die Aktion auch im laufenden Schuljahr fortgeführt.

Ablauf: Alle Schulkinder erhalten am Beginn des Schuljahres von der Schule einen Eltern-Motivationsbrief mit zwei „Löwenkarten“ für zwei halbjährliche Zahnarztbesuche. Die Eltern werden gebeten und aufgefordert, mit ihren Kindern zweimal jährlich zu ihrem Hauszahnarzt zur Untersuchung zu gehen. Die „Löwenkarten“ werden beim Zahnarztbesuch in der Praxis (einmal halbjährlich) von den Kindern bzw. deren Eltern vorgelegt und von Ihnen nach der Untersuchung abgestempelt. Die Kinder nehmen diese Karten wieder mit in die Schule und werfen sie dort in eine Sammelbox, die in jeder Klasse hängt. Die Schulen mit den meisten gesammelten Karten im Verhältnis zur Schülerzahl erhalten Geldpreise.

Bayerische Landesarbeitsgemeinschaft Zahngesundheit e.V. (LAGZ), Fallstraße 34, 81369 München, Zahnärzthehaus, Tel. o 89/7 23 39 81, Fax o 89/7 23 57 01, E-Mail: LAGZ-Bayern@t-online.de, Internet: www.LAGZ-Bayern.de

Hals-Nasen-Ohren-Gemeinschaftspraxis

Dr. med. Hans Hartl

Dr. med. Stephan J. Laufer

Hals-Nasen-Ohrenärzte · Allergologie

Belegärzte der HNO-Abteilung am Krankenhaus Roding
Telefon 0 94 61/40 00

Hafnerstraße 1 · 93413 Cham
Telefon 0 99 71/60 01 oder 60 02 · Telefax 0 99 71/4 03 12

**Unsere ambulanten und stationären Operationen
führen wir an unserer HNO-Belegabteilung im
Kreiskrankenhaus Roding durch.**

NEU!

E-Mail-Adresse: praxis@hno-cham.de
Internet-Adresse: www.hno-cham.de
www.hno-roding.de

Praxis für Sprachtherapie für Kinder und Jugendliche



Simone Julia Gribl
Sprachheilpädagogin

Kellnergasse 5
93437 Furth im Wald
Tel. 0 99 73/80 48 87
Fax 0 99 73/80 48 91

Termine nach telefonischer Vereinbarung

Individuelle Therapie:

- Früher Spracherwerb
- Sprachentwicklung bei Kindern und Jugendlichen
- Artikulation
- Myofunktionelle Therapie
- Redefluss
- Stimme
- Auditive Diskrimination
- Lese-Rechtschreib-Kompetenz

www.eulenspiegel-sprachtherapie.de

8.4 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“, so Dr. Marianne Wiedenmann, Fachbuch-Autorin, Sprachheillehrerin und –Therapeutin 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 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
 Tel: 040/284013-50
 Fax: 040/284013-40
 EMail: info@forumbeeserhoeren.de
 Internet: www.forumbesserhoeren.de

9. Was neben der Schule jetzt wichtig ist

9.1 Der freie Nachmittag – Stressabbau

INFO!

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



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.

Der Erstklässler ist zum Schulbeginn bereits mit vielen neuen Eindrücken und Anforderungen beschäftigt. Deshalb sollte mit dem Erlernen eines Instruments nicht gleichzeitig mit dem Schuleintritt begonnen werden, sondern einige Zeit vor oder nach der Einschulung.

ACHTUNG!

Verzichten Sie in der ersten Klasse auf allzu viele außerschulische Aktivitäten.

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.

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 anspannenden 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 auch 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 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.

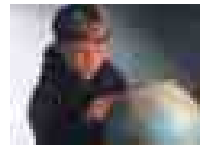
9.3 Musikerziehung für Kinder

Kinder haben Spaß an Musik. Nicht selten findet bereits im Kindergarten eine musikalische Früherziehung statt. Die meisten Eltern wollen daher ihrem Kind die Möglichkeit geben, ein Musikinstrument zu erlernen. Zumal erwiesen ist, dass das Musizieren einen **deutlich positiven Einfluss** auf die Entwicklung Ihres Kindes hat.

Eine mehrjährige Untersuchung des Frankfurter Musikpädagogen Prof. Dr. Hans Günther Bastian an Berliner Grundschulen kommt beispielsweise zu dem Ergebnis, dass durch Musikerziehung Kreativität, Konzentration sowie die Team- und allgemeine Leistungsfähigkeit steigen.

INFO!

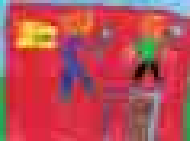
Haustiere fördern die Entwicklung. Die Pflege muss aber meist von den Eltern übernommen werden.



INFO!

Musikerziehung fördert die Entwicklung Ihres Kindes nachhaltig.

Im Vordergrund der Musikerziehung steht die **Freude des Kindes am Musizieren**. Zeitgemäße pädagogische Konzepte sorgen dafür, dass das Kind auf spielerische Art und Weise an die Musik herangeführt wird. Der spielerische Umgang mit Musik bildet einen idealen Ausgleich beim Einstieg in die Schulzeit, die mit vielen neuen Eindrücken und Anforderungen verbunden ist.



Wichtig ist, dass das Kind bereits in sehr jungen Jahren mit dem Erlernen eines Musikinstruments beginnt. Selbstverständlich ist hier die Anleitung einer künstlerisch und musikpädagogisch qualifizierten Fachkraft unerlässlich.

Nach der Musikalischen Früherziehung im Vorschulalter bildet die Blockflöte den idealen Einstieg in die Instrumentalbildung. Gemäß den Neigungen und Wünschen des Kindes kann dann schon bald auf ein Hauptfachinstrument, zum Beispiel ein Streich- oder Blasinstrument umgestiegen werden. Eine große Motivation bietet auch die 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, Halt und Hilfe bedeuten.



9.4 Ausflugs- und Freizeittipps in der Umgebung

Museen & Galerien im Landkreis Cham

Museen und Galerien im Landkreis Cham im Internet:
www.landkreis-cham.de/servicenetzkultur/

Altrandsberg – Replikate der Welt-Kunst im Schloss

Kunst und Kultur des Abendlandes von der Steinzeit zum Barock
in Kopie aus den Museen der Welt

Geöffnet: Mai – Oktober So und Feiertage 14 – 17 Uhr
und für Gruppen nach Vereinbarung

93468 Miltach, Altrandsberg, Schlossweg 1, Tel. o 99 44/34 15 14

Arnschwang – Atelier Pia Mühlbauer

Tel. o 99 77/2 55

Arnschwang – Atelier Anton Scheubeck, Bildhauer

93473 Arnschwang, Hauptstraße 1, Tel. o 99 77/16 74

Arrach – Bayerwald-Handwerksmuseum

Geöffnet: Mo – Fr 14 – 17 Uhr und nach Vereinbarung

93474 Arrach, Lamer Str. 94, Tel. o 99 43/36 40, Fax: o 99 43/24 32
r.drexler@t-online.de

Cham – Kunstatelier

Verkaufs-Ausstellung mit Arbeiten der
Behindertenwerkstätten Oberpfalz

Geöffnet: Do, Fr 14 – 18 Uhr, Sa 9 – 16 Uhr

und nach Vereinbarung, Tel. o 99 71/8 82-1 42

93413 Cham, Schulstr. 2, Tel. o 99 71/76 99 70

Cham – Städtische Galerie im Cordonhaus

Wechselnde Kunstausstellungen

Geöffnet: Mi – So und Feiertage 14 – 17 Uhr, Do 14 – 19 Uhr
und nach Vereinbarung

93413 Cham, Propsteistraße 46, Tel. o 99 71/80 34 96

www.cham.de, tourist@cham.de

Cham – Privatgalerie Einblicke

Wechselnde Kunstausstellungen regionaler Künstler

Geöffnet: Di – So 15 – 18 Uhr und nach Vereinbarung

93413 Cham, Helterhofstr. 6, Tel. o 99 71/14 41

Cham – Galerie Profil

Wechselnde Kunstaussstellungen

Geöffnet: Do 16 – 19 Uhr, So und Feiertage 14 – 17 Uhr
93413 Cham, Propsteistraße 10, Tel. o 99 71/45 42

Cham – Museum SPUR

Arbeiten der Gruppe SPUR (Fischer – Prem – Sturm – Zimmer)

Geöffnet: Mi, Sa, So und Feiertage 14 – 17 Uhr
(12. Januar – 9. April geschlossen)

93413 Cham, Schützenstraße 7, Tel. o 99 71/4 07 90 und 7 82 18
www.cham.de, kultur@lra.landkreis-cham.de

Chammünster – Sankt-Anna-Kapelle

Dauerausstellung „Religiöse Kunst aus der Pfarrei Chammünster“

Geöffnet nach Vereinbarung

93413 Cham, Chammünster, Kath. Pfarramt, Tel. o 99 71/3 02 88

Eschlkam – Waldschmidt-Ausstellung

Aus Leben und Werk des Dichters Maximilian Schmidt
gen. Waldschmidt

Geöffnet: So 14 – 16 Uhr (im Gasthof „Zur Post“)
und nach Vereinbarung

93458 Eschlkam, Waldschmidtplatz 14, Tel. o 99 48/7 51
www.markt-eschlkam.de

Falkenstein – Museum Jagd und Wild auf Burg Falkenstein

Trophäen, Tierpräparate, Falknerei, Jagdamulette, -waffen u.a.
wechselnde Sonderausstellungen

Geöffnet: Juni – September Mi, Sa, So und Feiertage 13 – 17 Uhr,
Oktober – Mai So und Feiertage 13 – 16 Uhr
und Gruppenführungen nach Vereinbarung

93167 Falkenstein, Burgstraße 10 – 12, Tel. o 94 62/94 22 20
www.markt-falkenstein.de, tourist@markt-falkenstein.de

Falkenstein – Alter Lokschuppen

Wechselnde Ausstellungen

Geöffnet: April – Oktober
Sa 14 – 18 Uhr, So und Feiertage 14 – 18 Uhr
und nach Vereinbarung

93167 Falkenstein, Am Bahndamm 2, Tel. o 94 62/51 35
www.lokschuppen-falkenstein.de, frank@lokschuppen-falkenstein.de

Fronau – Schulmuseum

Dorfschule aus dem 18. Jahrhundert in einem Waldlerhaus

Geöffnet: April – Oktober So 14 – 17 Uhr
und nach Vereinbarung

93426 Roding/Fronau, Kirchplatz, Tel. o 94 65/3 44

Info: LRA Cham, Tel. o 99 71/78-2 18

Furth im Wald – Die Museen am Stadtturm

Das Landestormuseum beherbergt neben seinen Sammlungen zu Vor- und Frühgeschichte, Grenzgeschichte, religiöser Volkskunst, Hinterglasbildern sowie bäuerlichem und bürgerlichem Leben in der Stadt mehrere Spezialsammlungen:

Deutsches Drachentmuseum

Mythologie der Drachen, Drachen und Drachentöter, Geschichte des „Further Drachenstich“, des ältesten deutschen Volksschauspiels. Sonderausstellungen im „Georgssaal“.

Heimatkreismuseum Bischofteinitz

Volkskundliche Sammlungen der Heimatvertriebenen aus dem Kreis Bischofteinitz.

Glas und Glasstraße

Die Glashütten diesseits und jenseits der bayerisch-böhmischen Landesgrenze. Spezielle Kindererlebnis-Abteilung.

Geöffnet: Sommer: 04.04. – 02.11.2004, Di – So 10.15 – 17 Uhr

Winter: Di, Do 14 – 17 Uhr, Sa, So 11 – 13 Uhr

Sonderöffnungszeiten für Gruppen auf Anfrage

93437 Furth im Wald, Schlossplatz 4, Tel. o 99 73/5 09 93

Museumskasse Tel. o 99 73/80 25 85

www.drachentmuseum.de, kultur@furth.de

Furth im Wald – Atelier und Galerie Alexander Costa

Geöffnet: Di, Fr 17 – 19 Uhr und nach Vereinbarung

93437 Furth im Wald, Lerchenstraße 16, Tel. o 99 73/50 07 25

www.costa-art.de

Furth im Wald – Galerie Kunst und Golf

Saison für Ausstellungen: Mai – September

Geöffnet: Di – So ab 10 Uhr

Golfclub Furth im Wald e. V

93437 Furth im Wald, Voithenberg 3, Tel. o 99 73/20 89

www.gc-furth.de

Furth im Wald – Freiraum Verein für Kunst und Kultur e.V.

Info: Tel. o 99 77/90 25 20 oder 01 71/7 45 32 37

93437 Furth im Wald, Arnschwang, Pfarrer Retzer Str. 8

„Altes Rathaus“ – Furth im Wald

Wechselnde Kunstaussstellungen

93437 Furth im Wald, Stadtplatz 1, Tel. o 99 73/5 09 90 (Kulturamt)
www.furth.de

Further „Flederwisch“

Historische Druckerei, Waffenschmiede und Waffenladen

Führungen: Mai – September Mo 10.30 Uhr, Mi, Fr 14 Uhr

Oktober – April Mo 10.30 Uhr und für Gruppen

ab 15 Personen nach telefonischer Vereinbarung

Fa. Schüler, Am Lagerplatz 5, 93437 Furth im Wald, Tel. o 99 73/12 29
www.flederwisch.de

Furth im Wald – Sengenbühl – Waldmuseum

Flora und Fauna des Waldes, Mineralien,

Werkzeuge zur Holzbearbeitung, Uhrenmuseum

Geöffnet: täglich 9 – 17 Uhr

93437 Furth im Wald, Sengenbühl, Steinbruchweg 9, Tel. o 99 73/44 76
www.steinbruchsee.de

Furth im Wald – Voithenberghütte

Wasserradgetriebene Hammerschmiede von 1823.

Schmiedevorführungen, Ausstellungsraum, Gaststätte

Geöffnet: Mai – Oktober So 14 – 16 Uhr, Gruppen auf Anfrage

93437 Furth im Wald, Voithenberghütte 26, Tel. o 99 73/5 09 80
www.furth.de

Gibacht – Glashüttengalerie

(zwischen Waldmünchen und Furth im Wald)

Herstellung von Glasperlen, Ausstellung Glasobjekte und Bilder

Geöffnet: täglich 11 – 20 Uhr

Tel. und Fax o 99 72/90 39 83

Hohenwarth – Mineralien-Sammlung

Geöffnet nur nach Vereinbarung

93480 Hohenwarth, Hauptstraße (Kindergartengebäude),

Tel. o 99 46/2 29

Kötzing – Galerie Waldschmidt-Haus

Verschiedene Ausstellungen

Geöffnet: Mo, Mi, Do, Fr, Sa, So 11 – 22 Uhr

93444 Kötzing, Regenstein 12

Tel. o 99 41/40 01 54, Fax o 99 41/94 99 48

Kötzing – Pfingstrittmuseum in der Kirchenburg

Geschichte des Kötztinger Pfingstritts in der Kirchenburg

Geöffnet: Juni – Oktober

Sa, So und Feiertage 10 – 12 und 14 – 16 Uhr,

November – Mai So 10 – 12 und 14 – 16 Uhr

93444 Kötzing, Kirchenburg (Herrenstraße 11)

Info: Stadt Kötzing, Tel. o 99 41/60 21 50

www.koetzing.de

Kötzing – Schnapsmuseum

Ausstellung alter Geräte zur Schnapsherstellung u.v.m.

Bärwurzerei Drexler,

Geöffnet: Januar – April Mo – Fr 9 – 18 Uhr, Sa 9 – 13 Uhr,

Mai – Dezember Mo – Fr 9 – 18 Uhr, Sa 9 – 16 Uhr

93444 Kötzing, Pfingstreiterstraße 44, Tel. o 99 41/32 51

www.baerwurzquelle.de

Kötzing – „Töpferei im Zellertal“

Geöffnet: Mi, Fr 13 – 18 Uhr und nach Vereinbarung

93444 Kötzing, Leckern 61, Tel. o 99 41/39 35

Kötzing/Wetzell – Galerie Woferlhof

Wechselnde Ausstellungen zeitgenössischer Kunst

Geöffnet: Mi, Do 10 – 18 Uhr, Sa, So und Feiertage 10 – 16 Uhr

und nach Vereinbarung

93444 Kötzing, Wetzell 207, Tel. o 99 41/90 53 15

Lam – Mineralienmuseum

Mineralien aus Deutschland und Europa, Grubenwerkzeuge

Geöffnet: täglich 9 – 18 Uhr

93462 Lam, Daxenhöhe 2, Tel. o 99 43/5 57

Lohberg – Sellner Glashütte

Entstehung erlesener Gläser im Ambiente der

„Alten Kirche Lohberg“

Jeden Mittwoch Brauerei- und Glashüttenführung mit Bierprobe –

Anmeldung erforderlich

Geöffnet: Mo – Fr 10 – 17 Uhr, Sa, So 10 – 16 Uhr

93470 Lohberg, Brennesstr. 1, Tel. o 99 43/90 28 30

www.sellner.info

Lohberg – Galerie Bayerischer Wald im Schwarzaer Haus

Bilder, Gläser, Keramik, Bildhauerei, Skulpturen
-Bauernladen-

Jeden Donnerstag von 14 – 17 Uhr Aquarell-Malkurs

Geöffnet: Mi – So 11 – 17 Uhr

93470 Lohberg, Weideweg 5, Tel. o 99 43/90 22 11

Miltach – Galerie „Kunst ab Werk“

Präsentation von Gemälden, Objekten und Skulpturen
des Künstlers Andreas Pregler

Geöffnet nach telefonischer Anmeldung

93468 Miltach, Unterer Hochweg 5, Tel. o 99 44/30 53 22

apregler@tcrz.net

Schloss Miltach

Schlossbesichtigung; Dauerausstellung Ernst Straßner
(Mythologische Gemälde, Stillleben, Landschaftsbilder);

Dauerausstellung Hermann Leber

(Marmorskulpturen, Portraits, Landschaftsbilder);

wechselnde Kunstausstellungen;

Ausstellung und Verkauf von Kunsthandwerk:

Geöffnet: Mo – Fr 10 – 18 Uhr und Sa 10 – 14 Uhr,

Schlosstöpferei (ebenfalls zu besichtigen):

Mo – Do 10 – 18 Uhr

93468 Miltach, Chamer Straße 9, Tel. o 99 44/30 50 44

www.schloss-miltach.de

Neukirchen b. Hl. Blut – Wallfahrtsmuseum

Geschichte der Neukirchener Wallfahrt, Volksfrömmigkeit,

Hinterglasbilder, regelmäßig Sonderausstellungen

Geöffnet: Di – Fr 9 – 12 Uhr und 13 – 17 Uhr

Sa, So 10 – 12 Uhr und 13 – 16 Uhr

93453 Neukirchen b. Hl. Blut, Marktplatz 10, Tel. o 99 47/94 08 22

www.neukirchen-online.de, tourist@neukirchen-online.de

Roding – Feuerwehrmuseum

Sammlung historischer Feuerwehrgeräte

Geöffnet: Fr 18 – 20 Uhr, Gruppen auf Anfrage

93426 Roding, Feuerwache am Ziehinger Weg 1, Tel. o 94 61/6 33

Roding – Kulturhaus Fronfeste

Wechselnde Ausstellungen

93426 Roding, Königspergerstraße 5, Tel. o 94 61/14 50

Rötz-Hillstett – Oberpfälzer Handwerksmuseum

Dokumentation verschiedener Handwerke,
Waldlerhaus „Salzfriedlhof“ (Museumsgaststätte),
Seebarnhammer (Schmiede 14. Jh., mit Hammervorführung),
regelmäßig Sonderausstellungen, Jahresprogramm
Geöffnet: April – Oktober Di – So und Feiertage 14 – 17 Uhr
und nach Vereinbarung
92444 Rötz, Hillstett 52, Tel. o 99 76/14 82 und 90 20 73
www.roetz.de/handwerksmuseum, poststelle@roetz.de

Runding – Alte Kirche

Ausgrabungsfunde von Burg Runding,
Geöffnet: täglich 8 – 17 Uhr
Tel. Gemeinde Runding o 99 71/8 56 20 und
Schlossbrauerei Runding o 99 71/16 15
www.burg-runding.de

Tiefenbach – Ludwig Gebhard Museum

Linolschnitte von Ludwig Gebhard
Geöffnet: jeden 1. Sonntag im Monat, 14 – 16 Uhr
93464 Tiefenbach, Hauptstraße 23, Tel. o 96 73/9 22 10
www.tiefenbach-opf.de, poststelle@tiefenbach-opf.de

Tiefenbach – Museum ehemalige Klöppelschule

Geschichte der Klöppelschule, Spitzen, Klöppelbriefe
Geöffnet: Mo – Fr 8 – 12 Uhr, Mo – Do 13 – 17 Uhr
November – März jeden 1. So im Monat 13 – 16 Uhr,
April – Oktober jeden So 13 – 16 Uhr
und nach Vereinbarung
93464 Tiefenbach, Hauptstraße 33, Tel. o 96 73/9 22 10
www.tiefenbach-opf.de, poststelle@tiefenbach-opf.de

Walderbach – Kreismuseum

Geschichte des Klosters Walderbach, volkskundliche Sammlungen,
Erdstall-Museum, Festsaal
regelmäßig Sonderausstellungen
Geöffnet: April – Oktober: Mi, Sa, So und Feiertage 14 – 17 Uhr
93194 Walderbach, Kirchstraße 5, Tel. o 94 64/6 76
Info: Landratsamt Cham, Tel. o 99 71/7 82 18
www.kreismuseum-walderbach.de, kultur@lra.landkreis-cham.de
www.festliche-konzerte.de

Waldmünchen – Grenzland- und Trenckmuseum

Stadtgeschichte, Geschichte des Grenzlandes um Waldmünchen, Glas, Freilicht-Festspiel „Trenck der Pandur vor Waldmünchen“
Geöffnet: 15. März – 31. Oktober und 15. Dezember – 15. Januar
Di, Sa, So und Feiertage 14 – 17 Uhr
93449 Waldmünchen, Schlosshof 4,
Tel. o 99 72/3 07 12 oder o 99 72/90 32 74
www.waldmuenchen.de/museum, poststelle@waldmuenchen.de

Waldmünchen – Stadtturm

Besichtigung des Stadt-/Kirchturms mit Türmerstube
Führungen: Oktober – März Do 14 – 16 Uhr
April – September Do 16 – 18 Uhr,
93449 Waldmünchen, Marktplatz, Tel. o 99 72/3 07 25
www.waldmuenchen.de

Zandt – Bienenmuseum

Mai – August jeden Donnerstag 11.30 Uhr Vorführung,
nur nach Anmeldung
Sonderöffnungszeiten für Gruppen auf Anfrage
93499 Zandt, Wolfersdorfer Str. 30, Tel. o 99 44/5 14
info@weiss-natur-idee.de, www.weiss-natur-idee.de

Wir nehmen uns Zeit für Sie!

Uwe Bruckner

Steuerberatung – Wirtschaftsberatung

Stadtplatz 3 · 93437 Furth im Wald

Telefon 0 99 73/84 59 0

E-Mail: info@bruckner-stb.de

Internet: www.bruckner-stb.de

Allergien, Haut- und Umwelterkrankungen

Seit mehr als 17 Jahren leistet die

SPEZIALKLINIK NEUKIRCHEN



ein komplexes Diagnose- und Therapiekonzept zur dauerhaften Beschwerdefreiheit bei

- Neurodermitis
- Psoriasis (Schuppenflechte)
- Allergisches Asthma
- Vitiligo (Weißfleckenkrankheit)
- Hyperaktivität bei Kindern
- Umwelterkrankungen durch Schwermetalle und andere Schadstoffe
- MCS- und chronischem Müdigkeitssyndrom
- chronischen Darmflorastörungen verbunden mit Nahrungsmittelunverträglichkeiten

Das wissenschaftlich dokumentierte, ganzheitsmedizinische Behandlungskonzept der Klinik stützt sich auf ein aufwendiges Diagnoseprogramm mit

- umweltanalytischen Tests (Pestizide, Holzschutzmittel, Formaldehyd, Schwermetalle, u.a.)
- mikrobiologischer Diagnostik der Haut- und Darmflora
- ausführlicher Untersuchung von Nahrungs- und Inhalationsallergenen
- Auswertung der humoralen und zellulären Immunfunktion sowie
- Stoffwechsel- (Vitamine/Spurenelemente) und hormonellen Tests, die in den eigenen Labors durchgeführt werden.

Therapie: Aufgrund der gewonnenen Ergebnisse werden entsprechende individuelle schadstoffausleitende, darmsanierende, diätetische, abwehrstimulierende und psychologische Therapieansätze eingeleitet, die in der Regel eine langfristige Beschwerdefreiheit gewährleisten. Das kortison- und bestrahlungsfreie Therapiekonzept unserer Akutklinik ist von allen Krankenkassen anerkannt. Die Patientenaufnahme erfolgt durch einfache ärztliche Einweisung.

Für ausführliche Informationen: **SPEZIALKLINIK NEUKIRCHEN GmbH & Co. KG,**

93453 Neukirchen · Telefon 0 99 47/28-0 · Fax 0 99 47/28-109 · Internet: www.spezialklinik-neukirchen.de

93413 Cham - neben ATU - Tel.: 09971/ 39 24 82 - Fax: 09971/ 76 18 60 - Mobil: 0173/ 57 84 070

Warum besuchen Sie kein Fitnessstudio?

Unser Angebot:

Keine Zeit - **45 Minuten-Trainingsprogramme**

Vertragsbindung - **Auf Wunsch auch ohne!**

Schlechte Betreuung - **Wir helfen Ihnen gerne!**

Immer das gleiche - **Wechselnde Trainingspläne!**

Ich und Fitness - **Kostenloses Probetraining!**

Ausdauertraining, Bindegewebestraining, Dr. Wolff-Trainingsgeräte, Fettreduktion, Figurstraffung, gesunde Ernährung, Gewichtsabnahme, Herz- Kreislauftraining, Muskelaufbau, Rückenfitness, Stressabbau...

Dr. Wolff Vitaltestung, Stresstestung, Blutdruckmessung, Körperfettmessung, Herz- Kreislauftestung

neben ATU

93413 Cham

Warum kommen Sie nicht zu uns?



gesundheitsorientiertes

Fitnessstraining

mit Vitaltestung



Ich, Christian Marquard, arbeite seit 16 Jahren in der Fitnessbranche, berate Leute in Sachen Gesundheit, Fitness und Leistungssport und würde mich sehr auf ein Probetraining mit Ihnen im Invita freuen.

93413 Cham - neben ATU - Tel.: 09971/ 39 24 82 - Fax: 09971/ 76 18 60 - Mobil: 0173/ 57 84 070

Naturheilpraxis Silvia Schötz



Trad. Chinesische Medizin
Herzopatia - Darmanierung
Ernährungsberatung

Heckenstraße 5
93415 Cham-Buchberggöding

Telefon: 0 99 71-99 43 43

Telefax: 0 99 71-99 43 30

Termine nach Vereinbarung



Lisa Deutsch

Familientherapeutin – systemische Therapie / DGSF - Familienstellen u. Systemstellen

Beratung für Einzelpersonen, Eltern und Familien

bei familiären Problemen, Schulschwierigkeiten, Krisen u. Konflikten

Gesundheitshaus Wilting-Traitsching

Tel.: 0 99 71/3 16 70 oder 3 14 00 Termine nach Vereinbarung



Praxis für Logopädie

Wolfgang Staudinger

*Behandlung von Sprach- Sprech- und Stimmstörungen
(auch Lese- und Rechtschreibstörungen)*

Marktplatz 11 · 93449 Waldmünchen

Telefon 0 99 72/300 939 · Fax 0 99 72/300 940

www.logopaedie-staudinger.de / praxis@logopaedie-staudinger.de



TCM-KLINIK KÖTZTING

Erste Deutsche Klinik für
Traditionelle Chinesische Medizin

In der TCM-Klinik wird mit den jahrtausende alten Heilmethoden der Traditionellen Chinesischen Medizin und mit der wissenschaftlichen „schulmedizinischen“ Therapie behandelt.

Diese Medizin beinhaltet neben der chinesischen Arzneimitteltherapie und der Akupunktur, die chinesische Kräftige Massage-technik (TIGUA-Therapie), eine komplementäre Atmungs- und Bewegungstherapie (QIGONG-Therapie) sowie eine ausgewogene Diätetik (Ernährung).

Die Klinik steht unter deutscher ärztlicher Leitung.
Die stationäre Behandlung erfolgt auf Absterbewertung.

Behandlungen:

Einschränkungen
des Stütz- und
Bewegungsapparats

Schmerzsyndrome

Einschränkungen
der Atmung

Nerven-
schmerzen

Einschränkungen
des Magen-
Darm-Traktes

Nier- und Kreis-
laufstörungen

Rheumabehandler

Die TCM-Klinik behandelt:

Patienten mit:

- akuten Erkrankungen
- chronischen Erkrankungen
- funktionellen Störungen
- Schmerzsyndromen

In diesem neuen

Sanatorium steht die
Station zur Verfügung.

Bestehen nach Erhalt der
Sensibilität und Haltung.

Alle Informationen zur
ambulanten und stationären Behandlung,
Diagnostik und Therapie

TCM-KLINIK KÖTZTING

Ludwigstraße 2
93444 Kötzing / Bayer. Wald
Telefon: (0 99 41) 6 09-0
Telefax: (0 99 41) 6 09-499
E-Mail: Klinik@tcm.info

www.tcm.info

