

## Elterntipps für Schulanfänger

Mit dem Schulstart strömen eine Vielzahl **neuer Eindrücke** auf Ihr Kind ein und es muss in einer neuen Umgebung seinen Platz finden und **stundenlang sitsitzen**. Stillsitzen ist für die Kleinen mit das Schwierigste, das sie aber bis zum Ende der ersten Klasse können sollten. Während die Kinder lernen, sich in einer neuen sozialen Gruppe zurechtzufinden, müssen die **Eltern lernen, zuzuhören**.

Aber manche Kinder erzählen zuhause kaum etwas. Hier einige Fragen mit denen Sie ihr Kind aus der Reserve locken können. Fragen Sie nicht "Hat es Dir gefallen? - Ja.", sondern stellen Sie offenen Fragen: "Wen fandest Du besonders nett? Was hat dich geärgert? Was hat euch die Lehrerin heute gezeigt?" Bei Problemen sollten die Eltern nicht gleich Ratschläge geben, sondern besser nachhaken, zum Beispiel indem sie fragen: "Wie stellt es denn dein Banknachbar an, dass er in der Pause nicht alleine spielen muss?" Wenn dann das Kind selbständig auf eine Lösung kommt, ist das tausendmal mehr wert.

Ihr Kind braucht einen **geregelten Tagesablauf und Schlaf**. Sechs- bis Siebenjährige Schulanfänger haben ein Schlafbedürfnis von 9½ bis 12 Stunden. Das Ziel ist, das ihr Kind morgens um 7 Uhr ausgeschlafen ist.

### Welche Fertigkeiten sollte ein Schulkind beherrschen:

Schulung der Hand – ist nur durch praktisches Tun zu erreichen:

- durch den Umgang mit Schere, Stiften, Papier
- durch falten, malen, kleben, schneiden

Ihr Kind sollte:

- Beziehungen im Raum herstellen (oben, unten, links, rechts...)
- Mengen bis 5 sicher erkennen
- Zusammenhänge erkennen

Wichtige Voraussetzungen dafür sind:

- genaues Beobachten/Hinschauen (Vergleichen, unterscheiden von Formen)
- genaues Hören (bei ähnlichen Buchstaben)

Ihr Kind sollte

- sich verständlich in ganzen Sätzen ausdrücken
- einfache Arbeitsanweisungen verstehen und ausführen
- sich sachlich und realistisch mit der Umwelt auseinander setzen
- sich drei Dinge merken können

Im Prinzip ist jede Art der gezielten Bewegung, bei der **Grob- oder Feinmotorik** gefordert wird, hilfreich. Dazu könne es reichen, einfach mal Ball zu spielen oder die Schuhe zu binden, Luftballons aufzublasen oder Seifenblasen zu machen. Kognitiv sei es für Kinder wichtig, mit allen Sinnen gut wahrnehmen zu können, auch das lasse sich in Spielen trainieren: Vorlesen, Ratespiele (was rieche, höre, schmecke oder fühle ich?), Puzzle, Memory oder Geschicklichkeitsspiele förderten nicht nur das bewusste Erfahren, sondern auch Gedächtnis und Konzentration.

## **Motivation**

Sie sollten diese Faktoren bei Ihrem Kind schulen:

- Durchhaltevermögen
- Konzentration
- Selbstständig sein
- an- und ausziehen
- auf die Toilette gehen
- Verschlüsse öffnen und schließen
- Taschentuch benutzen
- Schulranzen schultern

Lernen mit Problemen umzugehen: Schon ab der 1. Schulklasse können Kinder von der Schule gestresst und frustriert sein. Oft liegt es daran, dass sie es noch nicht gelernt haben, mit Schwierigkeiten umzugehen. Auch hierzu müssen Eltern ihr Kind nicht strapazieren, es reicht aus, das Kind Dinge einfach selbst erleben zu lassen und ihm nicht jedes Hindernis aus dem Weg zu räumen. „Was ein Kind selbst tun kann, das sollte es selbst tun.“ So lernten Kinder, dass man auch mal Zeit oder wiederholte Versuche braucht, um zu erreichen, was man möchte. Auch Gesellschaftsspiele wie „Mensch-ärgere-dich-nicht“ würden helfen zu lernen, dass es das Spiel selbst ist, das den Spaß bringt und nicht bloß der Erfolg.

## **Der Schulranzen:**

An den Schulranzen erinnert man sich auch noch im Erwachsenenalter. Er sollte gut sichtbar sei, bequem sein und sich auch mit kleinen Kinderhänden leicht öffnen lassen.

Gewicht - Die Faustregel lautet lange: Der gefüllte Ranzen darf nicht mehr als 10 Prozent des Schüler-Körpergewichts wiegen.

Üben Sie mit Ihrem Kind vom ersten Schultag an das "Ranzenpacken".

## **Ein gutes Frühstück**

Auch ein gutes Pausenbrot, Wasser als Getränk und Obst/Gemüse gehören in den Tornister. Den Grundstein für einen erfolgreichen Schulstart legen Sie schon morgens vor Schulbeginn: Untersuchungen zeigen - Wer gut gefrühstückt hat, lernt leichter und wird langsamer müde. Frühstück Ihr Kind zu Hause nur ein wenig, sollte das Pausenbrot etwas reichhaltiger sein.

## **Schulweg - Sicher zur Schule: Übung macht den Meister**

Üben Sie den Schulweg, den Ihr Kind gehen muss, das gilt auch für Wege, die mit dem Bus zurückgelegt werden. Denken Sie daran, dass Ihr Kind alles aus einer anderen Perspektive sieht und von anderen schlechter gesehen werden kann.

### Wenn Ihr Kind zu Fuß geht gilt:

Üben Sie, wie Ihr Kind sich an Kreuzungen, großen Straßen oder anderen Gefahrenstellen verhalten sollte.

Erklären Sie Ihrem Kind, dass es die Ampel nur bei grün überqueren darf und auch dann noch vor Überqueren der Straße nach links und rechts schauen muss.

Gehen Sie auf Gehwegen möglichst weit innen.

Erklären Sie Ihrem Kind, wie es sich beim Überqueren eines Zebrastreifens verhalten soll.

Vorsicht: Gerade hier werden Kinder aufgrund Ihrer geringen Körpergröße häufig von Autofahrern übersehen.

### Wenn Ihr Kind mit dem Bus fährt gilt:

Es wird nicht gedrängt und geschubst.

Beim Einfahren des Busses gilt besondere Vorsicht.

Erklären Sie Ihrem Kind, wo es einsteigen sowie wann und wo es aussteigen muss und wie es sich dies merken kann (z.B. durch bekannte Gebäude auf dem Weg).

Zeigen Sie Ihrem Kind, wo es sich im Bus festhalten kann, wenn kein Sitzplatz mehr frei ist.

Machen Sie Ihrem Kind klar, dass es niemals vor einem stehenden Bus die Straße überquert.

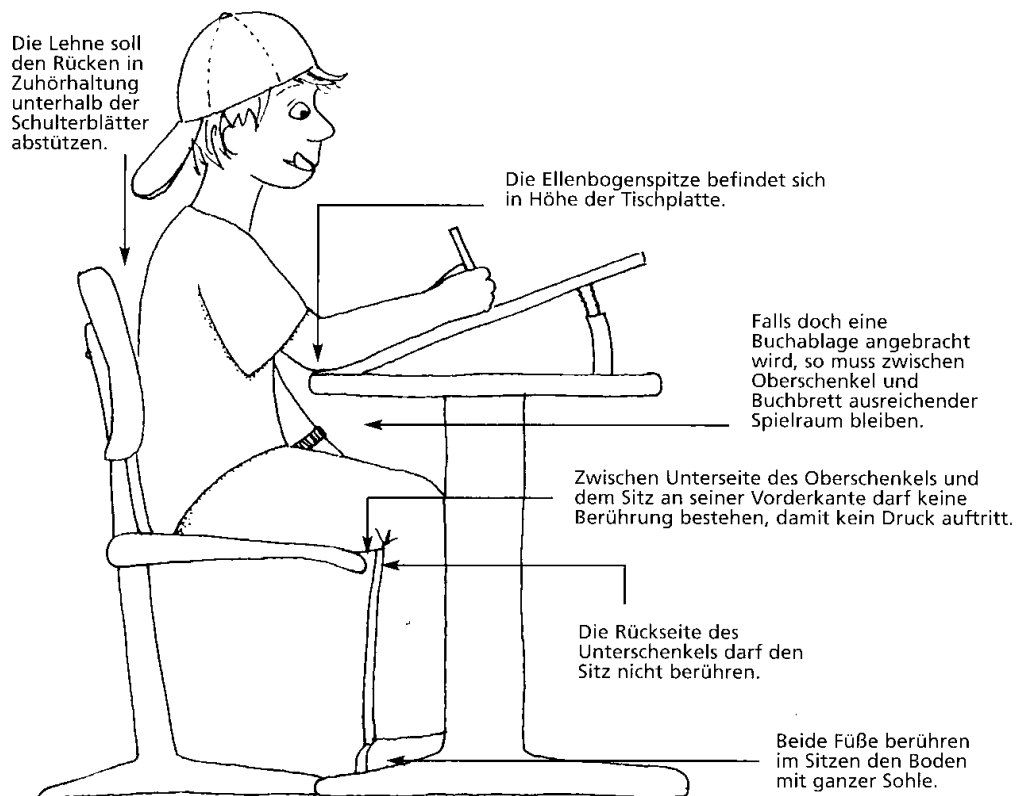
## Schreibtisch und Stuhl: Das muss sitzen!

Kinder brauchen einen Arbeitsplatz, an dem Sie ungestört lernen und ihre Hausaufgaben machen können. Zu Beginn der Schulzeit können die Hausaufgaben im Beisein der Eltern am Küchentisch erledigt werden, doch am eigenen Schreibtisch kommt kein Kind vorbei. Ihr Kind muss sich an seinem Arbeitsplatz bewegen können – Schreibtisch und Stuhl müssen somit verschiedene Sitzpositionen erlauben.

Achten sie als Eltern auch auf eine gute Körperhaltung beim Arbeiten.

### Schulmöbelmaße und Ergonomie der DIN EN 1729-1: 2006-09

Körpergrößen (in cm)	108–121	119–142	133–159	164–176,5	159–188
Sitzhöhe (in cm)	31	35	38	43	64
Tischhöhe (in cm)	53	59	64	71	76



## Vertrauen Sie Ihrem Kind und in Ihr Kind

Schenken Sie Ihrem Kind Vertrauen! Von Schulbeginn an sollten Sie es vermeiden, Ihr Kind wegen schulischer Leistungen unter Druck zu setzen. Auch wenn etwas mal nicht so gut

läuft, unterstützen Sie Ihr Kind und seien Sie optimistisch. So tragen Sie dazu bei, dass Ihr Kind nicht die Freude an der Schule verliert.

Interessieren Sie sich für die neuen Erfahrungen, die Ihr Kind in der Schule macht. Dazu zählen auch negative Erlebnisse mit Lehrern, Mitschülern oder bestimmten Fächern. Gegenüber Lehrern und der schulischen Einrichtung sollten Eltern bereit sein, einen Vertrauensvorschuss zu leisten. Informationen zwischen Schule und Eltern weiter geben – schauen Sie auch mal im ins Klassenzimmer vorbei!

## **Schule macht Spaß!**

Ein verhasstes Schulfach, ein ebenso verhasster Lehrer – beinahe jeder hat negative Erinnerungen an die eigene Schulzeit. Lassen Sie dies auf keinen Fall Ihr Kind spüren. Erzählen Sie ihm vielmehr von Ihren positiven Erfahrungen: neue Freundschaften, spannende Fächer, tolle Ausflüge zu Theaterstücken oder ähnlichem. Gerade am Anfang der Schulzeit ist die Euphorie besonders hoch, und das soll sie auch so lange wie möglich bleiben – Ihrem Kind zuliebe!