



Gesunder Schulstart

Das Ende der Kindergartenzeit und der Start als Schulkind sind aufregende und sehr bedeutsame Schritte.

Um in der Schule gut anzukommen, ist es nicht nur wichtig, Fertigkeiten wie Lesen, Schreiben und Rechnen zu erlernen.

Ein guter Start in die Schule gelingt den Kindern gut, die ...

- ... mit Neugier und Selbstvertrauen auf das neue Umfeld zugehen.
- ... sich angstfrei neuen Herausforderungen stellen.
- ... offen neue Kontakte knüpfen.
- ... die bei möglichen Misserfolgen die Lernfreude und das Vertrauen in die eigene Leistungsfähigkeit nicht verlieren.

Sie können diese Fähigkeiten bei Ihren Kindern ganz einfach im Alltag im Blick behalten und unterstützen. Diese kleine Broschüre bietet Ihnen einige Anhaltspunkte.

Über uns

Das Projekt **Wupperhelden** ist ein Präventionsprojekt zur Stärkung der psychischen Gesundheit bei Vorschulkindern und wird gefördert vom Verband der Ersatzkassen e.V. (vdek).

Die Arbeit erfolgt durch:

- Kursangebote in Kindertagesstätten
- Zusammenarbeit mit Eltern und Erzieher*innen
- Vernetzungsangebote im Stadtteil
- Sprechstunde im Gesundheitsamt im Rahmen der Schuleingangsuntersuchung



So erreichen Sie uns

Ansprechpartner:
Kristina Helmes und Jakob Scharf

Telefon:
0157/ 52651991

E-Mail:
wupperhelden@ikm-wuppertal.de



So unterstützen Sie eine gesunde Entwicklung ihres Kindes vor dem Schulstart:

1. Selbstvertrauen und Selbstständigkeit fördern

Sie sind die wichtigste Bezugsperson für Ihr Kind!

Allein Ihre Aufmerksamkeit gibt Ihrem Kind Sicherheit.

Ermutigen und loben Sie Ihr Kind!

Trauen Sie Ihrem Kind im Alltag kleine Aufgaben zu und sagen Sie ihm, was es gut gemacht hat. Achten Sie darauf, es nicht für selbstverständlich zu halten, wenn Ihr Kind Aufgaben selbstständig umgesetzt hat.

Bleiben Sie ruhig, wenn etwas nicht gelingt!

Helfen Sie Ihrem Kind, mit Enttäuschung umzugehen und ermutigen Sie Ihr Kind, Dinge noch einmal neu zu versuchen.

2. Neugier fördern

Lassen Sie Ihr Kind viel spielen!

Im Spiel versteht Ihr Kind viele Zusammenhänge. Es benötigt dazu Material und Zeit. Wichtig sind Erfahrungen: Matschen, bauen, experimentieren.

Helfen Sie Ihrem Kind, beim Spiel zu bleiben und es zu Ende zu bringen!

So erlernt Ihr Kind Konzentration und Ausdauer.

Finden Sie heraus, was Ihr Kind interessiert!

Versuchen Sie, zu diesem Thema Spiele und Bücher zu finden.

3. Bewegung fördern

Durch Bewegung lernt ihr Kind sich selbst kennen!

Es lernt sich selbst und seine Kraft einzuschätzen.

Bewegung ist die Grundlage für viele Lernschritte!

Für: Konzentration, Feinmotorik, Lesen und Schreiben

Unterstützen Sie ihr Kind in der Bewegungsentwicklung!

Spielplatz, Rollerfahren, Radfahren, Ballspielen sind ganz einfache Möglichkeiten dazu.



4. Freundschaften finden

Ermöglichen Sie Ihrem Kind das Zusammenspiel mit anderen Kindern!

Zu Freundschaft gehört, mit anderen zusammen zu sein – aber auch, sich mal zurückzuziehen.

Beim Streiten und vertragen benötigt Ihr Kind noch Hilfe.

Unterstützen Sie Ihr Kind dabei, Konflikte zu verstehen und zu lösen. Negative Gefühle wie Ärger und Wut müssen erst gelernt werden; genau wie Kompromisse und Teilen.



5. Zuhören lernen

Sie sind ein Vorbild für Ihr Kind!

Von Ihnen lernt Ihr Kind, wie man Kontakte knüpft und mit anderen ins Gespräch kommt.

Schenken Sie Ihrem Kind Aufmerksamkeit!

So wie Sie Ihrem Kind zuhören, lernt es anderen Personen zuzuhören.

Schaffen Sie Erzählzeiten!

Lesen Sie z.B. regelmäßig Bilderbücher vor! Unterhalten Sie sich mit Ihrem Kind – bei den Mahlzeiten; vor dem Schlafengehen; beim Busfahren ...

Textquellen:

Timm, Adolf; Hurrelmann, Klaus; Stark in die Schule; BELTZ; 2015
Jensen, Heidi; Die Bedeutung des Spiels für die Entwicklung des Kindes;
www.kindergartenpaedagogik.de/fachartikel/freispiel-spiele/die-bedeutung-des-spiels-fuer-die-entwicklung-des-kindes, 10/21
Im Gleichgewicht – die psychische Entwicklung des Kind stärken; www.kindergesundheit-info.de, 10/21

Fotos: www.pexels.com