



Wie ich mein Kind unterstützen kann...

10 Tipps für Vorschuleltern



Liebe Eltern der Vorschulkinder,



wir werden oft gefragt, was Eltern tun können, um ihr Kind gut auf die Schulzeit vorzubereiten.

Wir haben hier einige Hinweise zusammengestellt, die Ihnen helfen können.

Sollten Sie weitere Fragen haben, wenden Sie sich gern an uns.

Mit freundlichen Grüßen

Dorothee Benger (Schulleiterin)

Tipp 1: Bewegung

Spiele und Bewegung (besonders im Freien) fördern die Entwicklung Ihres Kindes. Geben Sie Ihrem Kind die Möglichkeit dazu. Auch Sportvereine bieten altersgerechte Angebote zu günstigen Bedingungen

Tipp 2: Fernsehen

„Fernsehen macht dumm“ liest man immer öfter. Forschungsergebnisse scheinen dies tatsächlich zu belegen. 30 Minuten fernsehen täglich sollte die Obergrenze sein. Der Fernseher eignet sich nicht für das Kinderzimmer. Schauen Sie, wenn es geht, gemeinsam mit Ihrem Kind fern. Vor allem Vor- und Grundschulkindern benötigen unsere Begleitung. (Weitere Hinweise auch bei <http://www.schauhin.info/>)

Tipp 3: Vorlesen

Das Vorlesen fördert die Sprachentwicklung Ihres Kindes. Über das Vorlesen eröffnen Sie Ihrem Kind einen unverzichtbaren Zugang zu Büchern. Auch Hörspielkassetten oder -CDs können die Fantasie von Kindern wecken und gute deutschsprachige Vorbilder bieten. In Öffentlichen Büchereien finden Sie dazu ein breites Angebot.

Tipp 4: Anregungen bieten

Kinder brauchen Anregungen. Bieten Sie Ihrem Kind Naturerfahrungen und Möglichkeiten, sich selbst und Dinge zu entdecken und auszuprobieren.



Tipp 5: Schlaf

Jeder von uns weiß, wie anstrengend Kinder für sich und andere werden, wenn sie müde sind. Kinder brauchen ausreichend Schlaf (10 - 12 Stunden) in ungestörter Umgebung. Wenn Kinder schlecht einschlafen können, hilft oft ein gemeinsames Ritual, wie z.B. das Vorlesen einer Gute-Nacht-Geschichte oder das Hören eines Hörspiels.

Tipp 6: Klare Regeln

Kinder brauchen Grenzen. Feste Regeln geben Ihrem Kind Sicherheit im täglichen Leben. Wichtig dabei ist: Konsequent bleiben! Zeigen Sie Ihrem Kind Verlässlichkeit, indem auch Sie verabredete Regeln einhalten. Aber: Gewalt in der Erziehung – in welcher Form auch immer – zerstört das Vertrauen und Selbstvertrauen eines Kindes. Unterstützung erhalten Sie u.a. in Elternkursen des Deutschen Kinderschutzbundes.

Tipp 7: Kontakt zu Gleichaltrigen

Vor der Schulzeit sollten Kinder Gruppenerfahrungen mit Gleichaltrigen gesammelt haben. Besonders in einer Vorschulklasse oder einer Kindergartengruppe lernen die Kinder Rücksichtnahme, Konfliktlösungsmöglichkeiten und gemeinsames Freuen über Erfolge. Wichtig für Kinder mit anderer Herkunftssprache: Fördern Sie den Kontakt zu deutschsprachigen Kindern.

Tipp 8: Gesunde Ernährung

Kaufen Sie Ihrem Kind keine anregenden Getränke wie Cola oder Red Bull etc. Auch zuckerhaltige Limonaden bieten sich nicht an. Besser: Wasser und Schorle. Süßigkeiten sollen nur hin und wieder gegessen werden. Wichtig ist eine abwechslungsreiche Ernährung mit Vollkorn, Obst und Gemüse.

Tipp 9: Umgangsformen üben

Kinder wollen freundlich behandelt werden. Deshalb brauchen sie Anleitung, wie man sich Mitmenschen gegenüber freundlich und höflich verhält. Eingeübte Umgangsformen wie z.B. Bitte- und Danke-Sagen, Zuhören, Helfen, Grüßen und Sich entschuldigen können, erleichtern das Leben und bieten Sicherheit im Umgang miteinander.

Tipp 10: Miteinander reden

Sprechen Sie oft mit Ihrem Kind über seine Freuden, Sorgen und Bedürfnisse. Nutzen Sie gemeinsame Gespräche, um Ihr Kind für Fortschritte zu loben und zu ermutigen. Auch dadurch lernt es zuzuhören und sich auszudrücken.



St. Marien-Schule - Kirschenallee 100 – 47443 Moers
Tel. 02841-57892 – Fax 02841-508511
[St. Marien-Schule@t-online.de](mailto:St.Marien-Schule@t-online.de)
www.st-marien-schule.de