Sprachliche Kompetenzen

- **Auditive Wahrnehmung**
  - Hin- und Zuhören
  - Gehörtes wiedergeben
  - Rhythmen unterscheiden und nachahmen
- **Sprache**
  - altersentsprechender Wortschatz
  - Beherrschen grammatikalischer Grundstrukturen (z.B. Präpositionen, Pluralbildung)
  - eigene Gedanken formulieren
  - Vergangenheitsformen bilden
  - Differenzierung aller Laute und korrekte Aussprache (Achtung: Zahnwechsel)
  - Verstehen auch von komplexeren Anweisungen und Arbeitsaufträgen
  - Ausreichende Deutschkenntnisse

- Führen Sie Gespräche! Nehmen Sie sich bewusst Zeit, um mit Ihrem Kind zu sprechen, z.B. beim Abendessen, bei einem Spaziergang.
- **Ermutigen Sie Ihr Kind zu erzählen.**
- Lesen Sie Ihrem Kind vor und sprechen Sie über das Gelesene.
- Singen Sie gemeinsam.
- Suchen Sie Reimwörter.
- Spielen Sie „Ich packe meinen Koffer“ oder „Stille Post“
- Geben Sie „corrective Feedback“ (korrigiertes Widerspiegeln: z.B.: Kind: „Ich habe Kartoffeln geesst.“ Mutter: „Ah…du hast Kartoffeln gegessen.“)
- Malen Sie „Smilies“ und sprechen Sie über die Gefühle der „Smilies“.
- Verwandeln Sie ein „Memory“ in Bildkarten:
  - die beschrieben und erkannt werden müssen.
  - die sortiert werden nach Zugehörigkeit (Obst zu Obst, Tier zu Tier...)

Zahlen / Mengen-Wissen

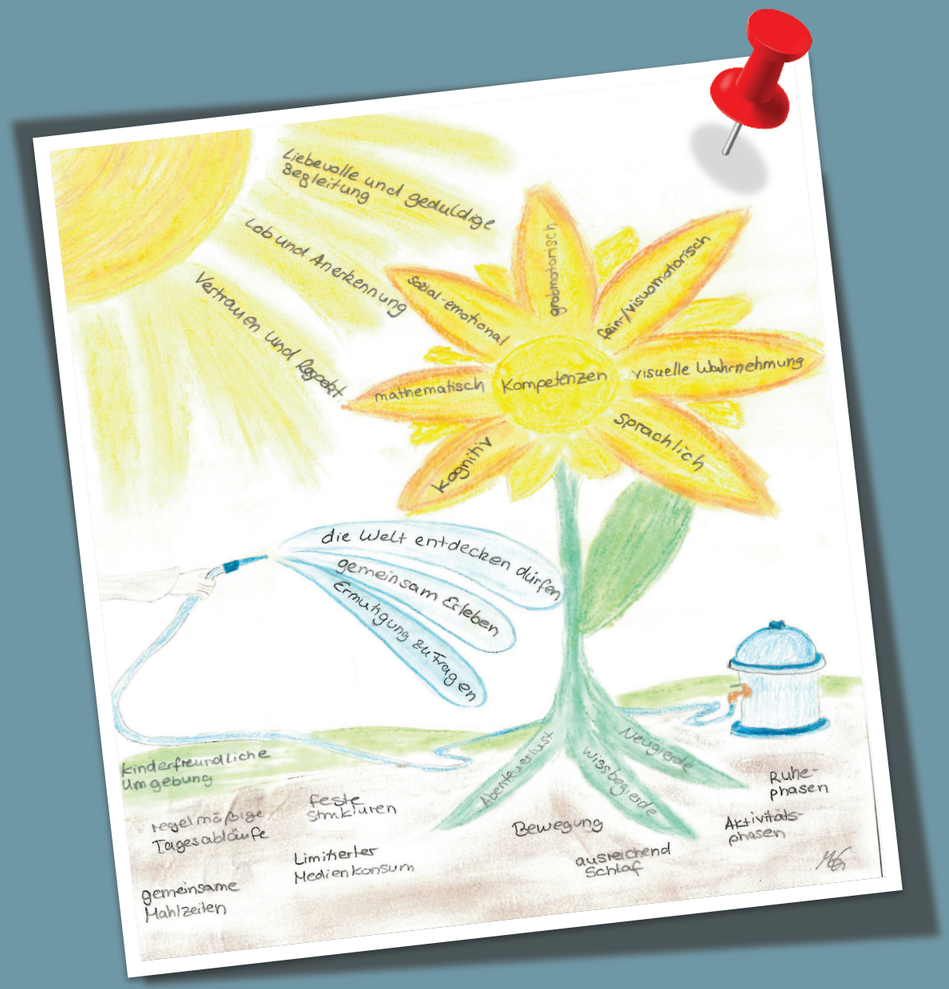
- Erfassen von kleinen Mengen ohne Abzählen (bis vier)
- Zählfertigkeit und Zahlenwissen bis 20
- Vorgänger/Nachfolger

- Mathematisieren Sie Ihren Alltag z.B. durch:
  - Tischdecken: Wie viele Teller/Bestecke braucht man?
  - **Suchen Sie gemeinsam Zahlen** (Wie viele Getränkeflaschen sind noch da noch? Wie viele Bäume sind das? Wo liegen mehr Bauklötze?).
  - Spielen Sie „Hausnummern raten“.
  - Lassen Sie Ihr Kind im Buch die richtige Seite finden.

Visuelle Wahrnehmung und Schlussfolgerung

- genaues Hinschauen
- Verarbeitung von Seheindrücken
- Seriation:
  - vergleichen und kategorisieren
  - Muster/Reihen erkennen und diese fortsetzen
  - sortieren nach Größe, Farbe, Form
- Gegenstände beschreiben

- **Spielen Sie gemeinsam**:
  - Gesellschaftsspiele (Memory, Halli Galli, „Kinder-Spiele des Jahres“)
  - „Ich sehe was, was du nicht siehst“
- Binden Sie Ihr Kind in **Ihre Haushaltstätigkeiten** ein:
  - Spülmaschine ausräumen
  - Wäsche wegsortieren
  - Müll trennen
- Schauen Sie gemeinsam Wimmelbücher oder „Fehler-Suchbilder“ an.



ALLTAGSKOMPETENZEN STÄRKEN – KINDERN DEN START IN DIE SCHULE ERLEICHTERN

Anregungen zur Förderung Ihres Kindes im Alltag

KREIS BERGSTRASSE

Liebe Eltern,

Kinder werden mit einem natürlichen Interesse an der Welt, Neugierde und Abenteuerlust geboren. Wenn sie dies ausleben können und wir sie darin bestärken, werden daraus Fähigkeiten, die sie ein Leben lang unterstützen.

Für den Start in die Schule werden diese Fähigkeiten das erste Mal wichtig und es ist gut, wenn Ihr Kind schon bestimmte „Kompetenzen“ mitbringt – also schon manches kann, was wichtig ist, um im Schulalltag gut zurecht zu kommen.

Das meiste entwickelt sich bei gesunden Kindern ganz selbstverständlich und es braucht kein spezielles „Programm“ und keine Therapie.

Wichtig ist, das natürliche Interesse an der Welt, die Neugierde auf Neues und Wissen, zu unterstützen, indem Sie Ihr Kind ermutigen, zu fragen und gemeinsam die Welt entdecken. Schenken Sie Ihrem Kind Interesse und Zu-spruch, Lob und Anerkennung.

Ein weiterer Aspekt, der essentiell ist für die Entwicklung von Alltagskompetenzen, ist eine **kinderfreundliche Umgebung mit:**

- regelmäßigen Tagesabläufen und klaren Strukturen
- gemeinsamen Mahlzeiten
- einer Balance zwischen Aktivitäts- und Ruhephasen
- viel Bewegung und frischer Luft
- einer gesunden Ernährung und einer ausreichende Trinkmenge
- ausreichend Schlaf
- einem nur limitierten Einsatz elektronischer Medien (max. 30 Min. pro Tag)

So entwickeln sich Kinder zu starken Schulkindern. Im Folgenden haben wir ein paar Ideen zusammengetragen, wie sich diese Kompetenzen ganz einfach durch das Miteinander im Alltag fördern lassen. Wir wissen, dass Sie als Eltern mit Ihren Kindern vieles davon schon ganz natürlich machen, aber hoffen, Ihnen noch die eine oder andere Anregung geben zu können.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Entdecken und Erforschen der Welt gemeinsam mit Ihrem Kind und einen guten Start in die Schulzeit!

Ihr Team des Kinder- und Jugendärztlichen Dienstes

Gesundheitsamt
Kinder- und Jugendärztlicher Dienst
Kettelerstraße 29, 64646 Heppenheim
Telefon: +49 (0) 6252 15-5396
Fax: +49 (0) 6252 15-5888
gesundheit.schularzt@kreis-bergstrasse.de
www.kreis-bergstrasse.de

Was braucht mein Kind für einen guten Start?

Wie kann ich mein Kind im Alltag fördern?

Grobmotorische Kompetenzen

- Freude an Bewegung
- körperliche Belastbarkeit
  - ausdauernd zu Fuß gehen
  - Bewältigung des Schulweges
- Anstrengungsbereitschaft
- altersgerechte Körperkoordination

- Bewegen Sie sich regelmäßig mit Ihrem Kind.
- Suchen Sie einen **Sportverein!** (Kinderturnen, Fußball, Judo, Tanzen, etc., je nach Angebot und Neigung des Kindes)
- Gehen Sie täglich „an die frische Luft“
- Fahren Sie Ihr Kind morgens nicht direkt vor die Schule.
- Was zu Fuß machbar ist, zu Fuß machen!

Feinmotorische Kompetenzen

- entspannte Stifthaltung (Dreipunktgriff)
- Knöpfe, Schnallen, Verschlüsse öffnen und schließen

visuomotorische Kompetenzen:

- Hand-Auge-Koordination:
  - ausmalen
  - abzeichnen
  - ausschneiden
  - Kleber gezielt einsetzen
- Hand-Fuß-Koordination:
  - balancieren

- **Malen, schneiden, basteln Sie gemeinsam** mit Ihrem Kind.
- Nutzen Sie z.B. alte Kartons, leere Joghurtbecher etc. als Spielmaterial.
- Puzzeln Sie mit Ihrem Kind.
- Fädeln Sie Perlen mit Ihrem Kind auf.
- Binden Sie Ihr Kind mit ein in die Essenszubereitung:
  - Obst und Gemüse schälen
  - Brot schmieren
  - Getränke einschenken
- Üben Sie das Öffnen von Taschen/Jacken etc.
- Legen Sie gemeinsam Wäsche zusammen.
- Lassen Sie Ihr Kind beim Abwaschen und Abtrocknen helfen.

Sonstige kognitive Kompetenzen

- Gedächtnis:
  - merken und erinnern
- Ausdauer
- Konzentration auf die gestellte Aufgabe
- Konzentration über kurze Zeiträume hinweg
- kurze Zeiträume auf dem Stuhl sitzen

- Üben Sie mit Ihrem Kind, sich kleine Dinge (Telefonnummern/Adresse) zu merken.
- **Sorgen Sie für einen limitierten Einsatz von elektronischen Medien:**
  TV/Tablett: max. 30 Min. pro Tag im Vorschulalter
- Spielen Sie Gesellschaftsspiele.
- Üben Sie 10 Min. am Tisch zu sitzen und etwas malen.

Soziale Kompetenzen

- Regeln behalten und einhalten
- Konflikte lösen
- Kontakte knüpfen
- sich in eine Gruppe einbringen
- abwarten können
- andere Personen und deren Eigentum achten
- Frustrationstoleranz
- Selbstständigkeit
- Selbstvertrauen!

- Geben Sie Ihrem Kind klare **Regeln und Grenzen**.
- Sorgen Sie für regelmäßige Tagesabläufe mit klaren Strukturen.
- Bestärken Sie Ihr Kind, **Dinge selbst zu machen**:
  - im Supermarkt beim Zusammensuchen der Waren helfen
  - Kleidungsstücke selbstständig aussuchen
  - sich selbst beim Bäcker das Brötchen kaufen
- **Loben Sie Ihr Kind** (Lob zu Tadel 6:1!).
- Suchen Sie Aufgaben, für die Ihr Kind zuständig ist, z.B.:
  - Teller aufdecken
  - Brot in Kita-Tasche einpacken
- Akzeptieren Sie, wenn diese kindlich ausgeführt werden.