

FIT FÜR DEN KINDERGARTEN

Bald steht der Kindergarteneintritt Ihres Kindes vor der Türe. Um Ihnen und Ihrem Kind diesen zu erleichtern, möchten wir Sie auf einige Dinge aufmerksam machen, die Sie vorher **bewusst oder sogar spielerisch gemeinsam zu Hause üben** können. Oft braucht es nur eine kleine Anleitung dazu.

Viele Fähigkeiten erlernen Kinder zwar erst im Kindergarten, dennoch sollten sich schon vorher Ansätze zeigen.

ÜBUNGEN FÜR ZU HAUSE:

- **Selbständige Beschäftigung für ca. 10 Minuten** - Aufmerksamkeit auf eine Sache richten (Puzzle bauen, zeichnen, Turm aus Bauklötzen bauen)
- **Kurze Trennungen von den Eltern** vorher üben (ab und zu Nachmittage bei Oma und Opa oder Babysitter verbringen)
- **Einigermaßen selbständiges Aus- und Anziehen** (an ruhigen Tagen ohne Eile zu Hause üben, Reißverschlüsse zuziehen, Schuhe und Jacke an- und ausziehen)
- **Selbständiges Waschen und Abtrocknen der Hände** (nach dem Spielen im Freien und nach dem Toilettengang dazu animieren)
- **Beim Toilettentraining und der Sauberkeitsentwicklung** mithelfen (das Kind über den Sommer ohne Windel laufen lassen und ein Töpfchen bereitstellen, Kinder mit Lob motivieren, jedoch keinen Druck ausüben)
- **Warten können** - lernen Anweisungen zu akzeptieren und Bedürfnisse aufzuschieben (Kind zu Hause nicht ständig in den Mittelpunkt stellen, den Wünschen der Kinder nicht immer sofort nachkommen)
- **Kontakt zu anderen Kindern fördern** (Spielegruppen, andere Kinder einladen)
- **Selbständig mit Gabel und Löffel essen lernen** (aufgeschnittenes Essen mit Gabel und Löffel alleine essen lassen, Bewegungsabläufe üben)

Motivieren Sie Ihr Kind zur Selbstständigkeit, denn dadurch wird auch das Selbstbewusstsein gestärkt.

Das Team der Schulgesundheit wünscht Ihnen und Ihrem Kind einen angenehmen Start in den Kindergarten.

„Das habe ich noch
nie vorher versucht,
also bin ich mir völlig sicher,
dass ich es schaffe.“

Pippi Langstrumpf

