

# Willkommen in der Schule!

Der Schuleintritt ist der Beginn einer grossen Reise für das Kind.

## Einige Anregungen, um sich gut vorzubereiten.

### EMOTIONALE UNTERSTÜTZUNG

*Eine angemessene emotionale Entwicklung ermöglicht dem Kind, sein Selbstvertrauen aufzubauen.*

- Dem Kind Grenzen setzen, heisst ihm Sicherheit geben; ihm «Nein» sagen zu können, beschwichtigt es.
- Ihm beibringen, mit Frustration umzugehen.
- Es dazu bringen, seine Gefühle (Freude, Traurigkeit, Angst, Wut...), Bedürfnisse und Wünsche zu erkennen und darüber zu sprechen.
- Mit gleichaltrigen Kindern Umgang pflegen (Spielplatz, Schwimmbad, Krippe...).
- Mit dem Kind über seinen Tagesablauf sprechen, um ihm eine Orientierungshilfe zu geben, eine Diskussion über seine Aktivitäten anstossen, mit ihm Erinnerungen wachrufen.
- Es auf die Trennung vorbereiten.
- Mit ihm den Weg zur Schule zurücklegen und auf dem Schulhof spielen, damit es sich an die neue Umgebung gewöhnt.
- Seine Verpflichtungen einhalten.

### SPRACHE

*Die Sprache ist ein Schlüsselement der Sozialisierung.*

- Jede Alltagssituation nutzen, um mit dem Kind zu sprechen, auch wenn es die Sprache noch nicht beherrscht.
- Es ermutigen, eine Geschichte zu erzählen, wenn es Ihnen eine Situation erklärt.
- Wenn das Kind bei der Wortwahl Fehler macht, das Wort oder den Satz richtig umformulieren, ohne es zur Wiederholung aufzufordern.
- Ihm Geschichten in Ihrer Muttersprache vorlesen oder erzählen; die Bibliothek besuchen.
- Den Schnuller absetzen. Dessen Gebrauch kann zu Sprechfehlern führen.



### AKTIVITÄTEN

*Spiel und Bewegung sind die besten Gelegenheiten zum Lernen.*

- Mit dem Kind Gesellschaftsspiele spielen (Memory, Domino, Lotto, Kartenspiele, Würfelspiele usw.); die Ludothek besuchen.
- Es auffordern, alleine zu spielen (Puzzles, Ausmalen, Konstruktionsspiele...).
- Spiele ohne feste Regeln fördern und solche, bei denen es darum geht, so zu tun, als ob (mit der Puppenküche, mit dem Krämerladen oder «Beim Coiffeur» spielen...).
- Ihm beim Basteln, beim Plastilin-Kneten usw. den Umgang mit Schere, Filzstiften, kleinen Gegenständen beibringen.
- Aktivitäten fördern, bei denen sich das Kind so oft wie möglich bewegen kann, drinnen und vor allem draussen.

### SELBSTSTÄNDIGKEIT

*Bei seinen Aktivitäten muss das Kind ausprobieren, Fehler machen, neu beginnen und dabei ermutigt werden. Es wird sehr stolz darauf sein.*

- Dem Kind beibringen, sich selbst anzukleiden und die Schuhe selbst anzuziehen.
- Ihm die Verantwortung für seine Sachen übertragen (seine Tasche tragen, sein Spielzeug wegräumen, seinen Imbiss vorbereiten...).
- Ihm beibringen, sich die Nase zu putzen und allein auf die Toilette zu gehen.
- Das Kind für seine Fortschritte loben.





## SOZIALE FERTIGKEITEN

Unter sozialen Fertigkeiten versteht man spezifische Verhaltensweisen, die effektive und angemessene Interaktionen in verschiedenen Kontexten ermöglichen.

- Das Kind anleiten, Fähigkeiten zu entwickeln, um zeitliche Verzögerungen zu akzeptieren (warten, der Reihe nach vorgehen, sich mit Zeitangaben zurechtfinden), unangemessene Handlungen zu unterbrechen (gehören) und um sich zu beruhigen.
- Es dabei unterstützen, den Kontakt mit anderen Kindern zu suchen.
- Ihm helfen, in einer problematischen Situation eine Lösung zu finden und umzusetzen.



## ERNÄHRUNG

Eine Mahlzeit ist mehr als nur eine Gelegenheit, sich zu ernähren; sie bietet dem Kind die Möglichkeit, sich auszutauschen und seine Selbstständigkeit zu entwickeln.

- Abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung bevorzugen.
- Morgens vor der Schule frühstücken oder einen Imbiss für die Pause mitnehmen.
- Zuckerhaltige Lebensmittel vermeiden; Wasser bevorzugen.
- Gemeinsam am Familientisch essen, ohne Bildschirm.
- Ein Glas anstelle des Fläschchens benutzen.



## SCHLAF

In diesem Alter braucht ein Kind 10 bis 12 Stunden Schlaf pro Nacht, um sich gut zu erholen und die Auswirkungen von Stress abzubauen. Die Einhaltung der erforderlichen Stunden Schlaf verbessert das Gedächtnis und stärkt das Immunsystem.

- Eine Routine einführen, um dem Kind beim Einschlafen zu helfen.
- Fixe Zeiten für das Aufstehen, die Mahlzeiten und das Zubettgehen festlegen.
- Als Vorbereitung für einen guten Start in den Tag das Kind frühzeitig wecken.

## BILDSCHIRME

Kinder reagieren empfindlich auf die Bildschirmbenutzung. Gute Gewohnheiten werden schon früh aufgebaut. Smartphones, Tablets, Computer und Spielkonsolen sind für Kleinkinder nicht geeignet. Eine übermässige Bildschirmnutzung hat schwerwiegende Auswirkungen auf die Entwicklung des Kindes (Abhängigkeit, Sehstörungen, Sprachverzögerung, Konzentrationsschwierigkeiten usw.).

- Klare Regeln für die Nutzung von Bildschirmen aufstellen.
- Die Bildschirmnutzung auf 30 Minuten pro Tag beschränken; die Nutzung vor dem Schulunterricht vermeiden.
- Die Bildschirme mindestens eine Stunde vor dem Schlafengehen ausschalten; eine ruhige Beschäftigung bevorzugen (Lektüre).
- Seien Sie Ihrem Kind auch in Bezug auf den Umgang mit Bildschirmen ein Vorbild.

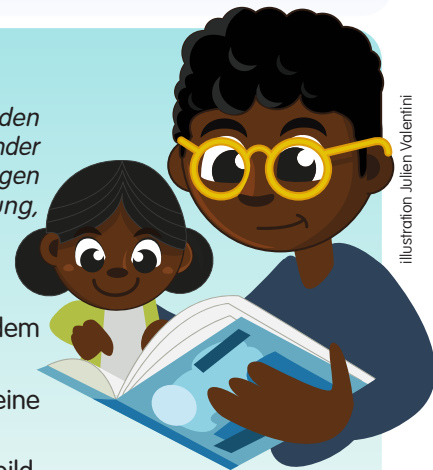


Illustration: Julien Valentini



Von verschiedenen Partnern der Schule empfohlen und/oder validiert.



Département de l'économie et de la formation  
Service de l'enseignement  
Office de l'enseignement spécialisé

Departement für Volkswirtschaft und Bildung  
Dienststelle für Unterrichtswesen  
Amt für Sonderschulwesen

