

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 nach Zugehörigkeit sortiert werden (Obst zu Obst, Tier zu Tier...).

Zahlen / Mengen-Wissen

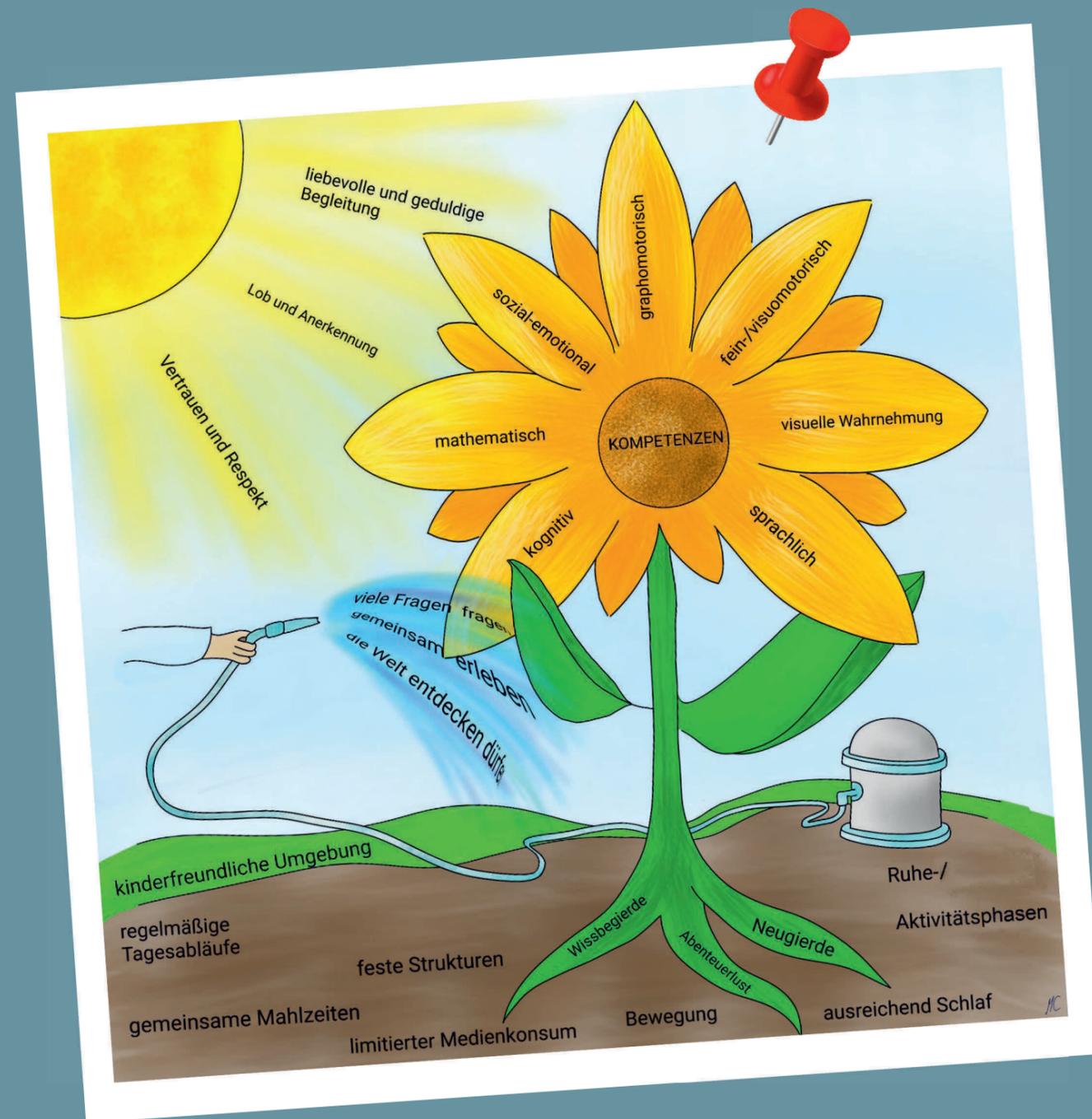
- Erfassen von kleinen Mengen ohne Abzählen (bis vier)
- Zählfertigkeit und Zahlenwissen bis 20
- Vorgänger/Nachfolger

- „Mathematisieren“ Sie Ihren Alltag z.B. durch:
 - Tischdecken: Wie viele Teller/Bestecke braucht man?
 - **Suchen Sie gemeinsam Zahlen** (Wie viele Getränkeflaschen sind noch da? 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 („Ordnung ins Chaos bringen“):
 - 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

Sehr geehrte Sorgeberechtigte,

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 zurechtzukommen.

Die meisten Fähigkeiten entwickeln sich bei gesunden Kindern ganz selbstverständlich und es braucht kein spezielles „Programm“ und keine Therapie.

Unterstützen Sie das natürliche Interesse Ihres Kindes an der Welt und seine Neugierde auf neues Wissen und neue Erfahrungen. Ermutigen Sie es, Fragen zu stellen, und entdecken Sie die Welt gemeinsam mit Ihrem Kind. Schenken Sie Ihrem Kind Interesse und Zuspruch, 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 ausreichenden Trinkmenge
- ausreichend Schlaf
- einem nur limitierten Einsatz elektronischer Medien (max. 30 Minuten 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 Sorgeberechtigte mit Ihren Kindern vieles davon schon ganz natürlich machen, hoffen aber, 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 15-5846
Fax: +49 (0) 6252 15-5995
gesundheit.schularzt@kreis-bergstrasse.de
www.kreis-bergstrasse.de

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 in die Essenszubereitung mit ein:
 - 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/Tablet: max. 30 Minuten pro Tag im Vorschulalter
- Spielen Sie Gesellschaftsspiele.
- Üben Sie 10 Minuten am Tisch zu sitzen und etwas zu 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.**
- Suchen Sie Aufgaben, für die Ihr Kind zuständig ist, z.B.:
 - Teller aufdecken
 - Brot in Kita-Tasche einpacken
- Akzeptieren Sie es, wenn diese Aufgaben kindlich ausgeführt werden.

Was braucht mein Kind für einen guten Start?

Grobmotorische Kompetenzen

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

Wie kann ich mein Kind im Alltag fördern?

- 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!