



Merkblatt Kindergarten

## Lernort Familie – wie Eltern ihre Kinder unterstützen können

### Wie Sie mit Klarheit und Struktur Sicherheit schaffen

- Verlässliche Bezugspersonen** Kinder brauchen verlässliche Bezugspersonen. Das können Mutter, Vater, Verwandte oder Bekannte sein. Das Kind erhält Liebe, Zuwendung und Sicherheit. Miteinander essen, spielen, sprechen, etwas unternehmen, umarmen, toben, singen, Freude und Schmerz teilen, schafft Bindung.
- Regeln** Regeln geben Kindern Sicherheit und Struktur. Überbehütete Kinder haben zu wenig Möglichkeiten, selbst zu erfahren und zu erleben, dass sie etwas bewirken können. Im Spiel sind Kinder sehr konzentriert. Stören Sie Kinder im Spiel nur, wenn es wirklich wichtig ist. Machen Sie klare, verständliche Anweisungen, die möglichst exakt ausdrücken, was Sie vom Kind wollen (nicht, was Sie nicht wollen).
- Konsequenzen** Wenn das Kind sich nicht an abgemachte Regeln hält, sollte dies unmittelbare und angemessene Konsequenzen zur Folge haben. Konsequenzen sollen wenn möglich eng mit dem Fehlverhalten verbunden sein (z. B. zu spät heimkommen bedeutet, das nächste Mal 30 Minuten früher heimkommen zu müssen).

### Wie Sie als Eltern und Erziehungsberechtigte als Vorbilder agieren

- Vorbild** Eltern und Erziehende müssen nicht perfekt sein. Auch Sie dürfen Fehler machen, können einmal müde oder schlecht gelaunt sein. Es ist wichtig, dass Sie dem Kind erklären, was sie gerade fühlen. Sie sind Vorbilder für ihr Kind und können ihm auch zeigen, dass schwierige Situationen gemeinsam besser gemeistert werden können. Gönnen Sie sich Zeit für sich und Ihre Partnerschaft. Wenn es den Eltern gut geht, geht es den Kindern meist auch gut.

### Wie Sie dem Kind helfen, es selbst zu tun

- Selber erfahren lassen** Ihr Kind lernt am meisten, wenn es vieles ausprobieren und selbst tun kann. Die Erfahrungen, die es macht, werden im Gehirn gespeichert. Auf diesen Erfahrungen baut Lernen auf. Vertrauen Sie ihrem Kind. Loben und motivieren Sie es.
- Dinge tun lassen**
- Das Kind geht selbständig aufs WC, kann sich selber sauber machen und die Hände waschen.
  - Das Kind putzt sich die Nase selbständig.
  - Das Kind kann sich soweit selber an- und ausziehen, dass es nur noch ganz wenig Hilfe von Erwachsenen braucht.
  - Das Kind kann Grenzen akzeptieren und Regeln verstehen.

Das Kindergartenkind kann eine Kerze ausblasen, versteckte Gegenstände suchen oder erraten, sich die Nase putzen, Unterschiede ertasten, Geräusche unterscheiden, Gerüche erkennen, Blumen giessen, mit Messer und Gabel essen, den Tisch decken, Gemüse rüsten, Salat machen, Teig kneten, Guetli ausstechen, Sachen sortieren, aufräumen, den Rucksack packen, sich selbst anziehen, Fahrrad fahren,

Schuhe binden, mit einer Schere schneiden, mit Pinsel und verschiedenen Stiften malen, Seil springen, Ball werfen, sich von der Familie lösen, sich für eine bestimmte Zeit alleine beschäftigen...

## Wie Sie dem Kind durch die Sprache zum Schulerfolg verhelfen

**Muttersprache** Sprechen Sie in Ihrer Muttersprache und erklären Sie dem Kind, wer in welcher Sprache spricht und warum. Sprechen Sie über den Alltag: Erzählen Sie was passiert ist, beschreiben Sie was sie tun, erklären Sie wie etwas funktioniert und kommentieren Sie, wer was unternimmt. Erzählen Sie von früher, z. B. von der eigenen Kindheit oder Erlebtem.

**Geschichten und sprachliche Aktivitäten** Lesen Sie Geschichten aus Bilderbüchern und Comics vor. Schauen Sie gemeinsam Filme an oder hören Sie zusammen Podcasts, Hörspiele etc. Sprechen Sie danach über das Gesehene und Gehörte mit dem Kind. Singen Sie mit Ihrem Kind.

## Wie Sie Ihr Kind sozial lernen lassen

**Alltag** Essen Sie regelmässig mit dem Kind. Beziehen Sie es in Gespräche mit ein. Bei Gelegenheit Fingerverse und Abzählreime aufsagen, Suchrätsel lösen, Begriffe erraten und Gegenstände suchen. Dies macht viel Spass und verkürzt z. B. lange Autofahrten.

**Spielen** Beim Spielen lernen die Kinder zu gewinnen und zu verlieren, zu warten, bis sie wieder an der Reihe sind und Regeln einzuhalten. Auch wenn es einmal aussieht, als ob man keine Chance hätte zu gewinnen, kann man am Schluss doch als Sieger dastehen. Es macht auch Spass, selbst Spiele oder Spielregeln zu erfinden. Haben Sie Geduld mit Ihrem Kind und lassen Sie es das Spielen auskosten und auch Stolpersteine im Spiel selbst überwinden.

## Wie Sie ihr Kind bei der Erholung unterstützen

**Schlafen** Ihr Kind braucht viel Schlaf. Im Schlaf wird das Erlernte im Langzeitgedächtnis gespeichert. Darum ist genügend Schlaf sehr wichtig für den Lernerfolg und verbessert die Leistungsfähigkeit im Alltag. Kinder, die am Morgen aus dem Bett gezerrt werden müssen, haben zu wenig geschlafen. Fünf- bis Sechsjährige benötigen in der Regel ca. 11.5 h Schlaf, Sieben- bis Neunjährige benötigen ca. 11 h Schlaf. Es gibt aber auch Kinder, die individuell mehr oder weniger Schlaf benötigen.

**Abendroutine** Machen Sie mit dem Kind ein Ritual vor dem zu Bett gehen ab. Wenn Kinder nicht rechtzeitig ins Bett gehen wollen, fehlt die Zeit für Gute-Nacht-Geschichten. Fernsehen kurz vor dem Schlafen erschwert das Einschlafen.