



Merkblatt Kindergarten

Lernort Familie – wie Eltern ihre Kinder unterstützen können

Bindung ist wichtig

**Verlässliche
Bezugspersonen**



Kinder brauchen eine verlässliche Bezugsperson. Das kann die Mutter, der Vater, es können 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 den Kindern Sicherheit und Freiheit, Erfahrungen zu machen. Überbehütete Kinder haben zu wenige Möglichkeiten, selbst etwas zu erfahren und zu erleben, dass sie selbst etwas bewirken können. Im Spiel sind die Kinder sehr konzentriert, reisen Sie das Kind nicht aus dem Spiel. Machen Sie klare zeitliche Ansagen, die das Kind versteht.

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 um die doppelte Zeit früher heimkommen).

Eltern und Erziehungsberechtigte sind wichtige Vorbilder

Wenn es den Eltern gut geht, geht es auch den Kindern gut.

Vorbild

Eltern und Erziehende müssen nicht perfekt sein. Auch Sie dürfen Fehler machen, können einmal müde oder schlecht gelaunt sein. Sie sind Vorbilder für die Kinder und können ihnen auch zeigen, dass schwierige Situationen gemeinsam besser gemeistert werden können. Gönnen Sie sich Zeit für sich und Ihre Partnerschaft.

Hilf mir, es selbst zu tun.

Selber erfahren

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. Sicher fallen Ihnen noch viele Beispiele ein!

**Das Kindergarten-
Kind kann ...**

... eine Kerze ausblasen, versteckte Gegenstände suchen oder erraten, Nase putzen, Unterschiede ertasten, Geräusche unterscheiden, Gerüche erkennen, Blumen giessen, mit Messer und Gabel essen, Tisch decken, Gemüse rüsten, Salat machen, Teig kneten, Guetzi ausstechen, Tisch decken, sortieren, aufräumen, sich selbst anziehen, Fahrrad fahren, Schuhe binden, mit einer Schere schneiden, malen mit Pinsel und verschiedenen Stiften, Seilspringen, Ballwerfen, ...

Sprache lernen als Schlüssel zum Schulerfolg

Das Kind soll viele Erfahrungen machen können und Begriffe kennen.

- Muttersprache**
 - Sprechen Sie in Ihrer Muttersprache.
 - Erklären Sie dem Kind, wer wie spricht und warum.
 - Sprechen Sie über den Alltag: Was ist passiert? Was tun Sie? Wie funktioniert das? Warum ist das so? Wer ist wer? Wer macht was?
 - Erzählen Sie von der eigenen Kindheit.

- Geschichten**
 - Lesen Sie Geschichten aus Bilderbüchern und Comics vor.
 - Schauen Sie gemeinsam Filme an oder hören Sie zusammen Podcasts, Hörspiele etc. und sprechen darüber.
 - Singen Sie mit den Kindern.

- Alltag**
 - Essen Sie regelmässig mit den Kindern.
 - Beziehen Sie sie ins Gespräch mit ein.
 - Fingerverse, Abzählreime, Suchrätsel, Begriffe erraten, Gegenstände suchen – machen viel Spass und verkürzen Autofahrten.



«Ich sehe etwas, was du nicht siehst?»

Soziales Lernen beim Spielen

Beim Spielen lernen die Kinder gewinnen und verlieren, warten, bis man wieder an der Reihe ist und Regeln einhalten. Auch wenn es einmal aussieht, wie wenn man keine Chance hätte zu gewinnen, kann man am Schluss doch der Sieger sein. Es macht auch Spass, selbst Spiele oder Spielregeln zu erfinden. Haben Sie Geduld und Nerven! Räumen Sie nicht alle Stolpersteine weg. Steine können Brücken bilden.

Kinder brauchen viel Schlaf

Im Schlaf wird das Erlernte im Langzeitgedächtnis nochmals gespeichert. Darum ist genügend Schlaf sehr wichtig und verbessert die Leistungsfähigkeit. Kinder, die am Morgen aus dem Bett gezerzt werden müssen, haben zu wenig Schlaf erhalten.

- Machen Sie ein Ritual ab. Wenn Kinder nicht rechtzeitig ins Bett gehen wollen, fehlt die Zeit für die Gute-Nacht-Geschichtchen.
- Fernsehen kurz vor dem Schlafen behindert das Einschlafen.

Kinder brauchen genügend Schlaf.

- 5 - 6 Jahre **11.5 h**
- 7 - 9 Jahre **11 h**

Es gibt auch Kinder, die weniger Schlaf brauchen oder solche, die mehr Schlaf brauchen.