LEIF Info

FÜR ELTERN UND KINDER

TIPPS & INFOS ZUM THEMA ERZIEHUNG

KINDER, SCHULE, ZUKUNFT

Sprechen und verstehen:
Wie Sie mit Ihrem Kind ganz einfach Sprachen lernen

Der 1. Tag im Kindergarten:
So machen Sie es Ihrem Kind leicht

PC, TV, Handy:
Vorschläge für einen sinnvollen Umgang mit den Medien

VORWORT

Gerda Stuchlik, Bürgermeisterin
Ulrich von Kirchbach, Bürgermeister

Eltern sind wichtige Begleiter bei der Bildung ihrer Kinder. Diese Unterstützung ist schon für Kindergartenkinder von Bedeutung. Je grundlegender und besser Eltern über das Bildungssystem und vor allem über die damit verbundenen Erwartungen, die an sie gestellt werden, informiert sind, desto erfolgreicher können sie ihre Kinder auch auf ihrem Bildungsweg begleiten und unterstützen.

In dieser Broschüre sind die wichtigsten Informationen für Eltern mit Klein- und Grundschulkindern zusammengefasst. Diese entstand im Rahmen der Initiative LEIF „Lernen Erleben in Freiburg", die zur nachhaltigen Verbesserung der Bildungschancen für alle Bürgerinnen und Bürger beitragen möchte.

Eine partnerschaftliche Zusammenarbeit zwischen Ihnen als Eltern und den Bildungseinrichtungen Ihrer Kinder ist ein wesentlicher Grundstein für den Bildungserfolg von Kindern, den wir gerne unterstützen möchten. Die Broschüre soll es Ihnen als Eltern erleichtern, sich mit Fragen und Anregungen direkt an die ErzieherInnen oder LehrerInnen zu wenden.

Wir wünschen uns, dass diese Broschüre Eltern unterstützt, ihre Aufgaben bei der Begleitung ihrer Kinder durch Kindergarten und Schule kennen zu lernen und zu verstehen. Durch wertvolle Informationen, Tipps und Anregungen für Mütter und Väter soll so ein Beitrag zu mehr Bildungsgerechtigkeit für die Kinder unserer Stadt geleistet werden.

Liebe Eltern, liebe Väter und liebe Mütter,

wenn ein Kind in den Kindergarten oder in die Schule kommt, steht die ganze Familie plötzlich vor großen Herausforderungen: Der gesamte Alltag muss neu gestaltet werden. Doch nicht nur das Kind befindet sich in einer neuen Situation, auch auf Sie kommen Aufgaben zu, die Sie bisher nicht kannten. Als Eltern sollen Sie Ihr Kind auf seinem Bildungsweg begleiten. Das wird im Kindergarten und auch in der Schule erwartet. Doch Erwartungen kann nur derjenige erfüllen, der sie auch kennt. Sonst kommt es schnell zu Missverständnissen oder Problemen. Das kann verhindert werden, wenn ErzieherInnen und LehrerInnen mit den Eltern Hand in Hand arbeiten.

Mit dieser Broschüre wollen wir Ihnen eine sehr deutsche Auffassung von Erziehung und Unterstützung von Kindern in der Familie vorstellen. Wir haben die wichtigsten Erwartungen, die im Kindergarten und während der Grundschule an Sie gestellt werden, als Tipps und Empfehlungen zusammengefasst. Da sich die Erwartungen sowohl an die Mütter als auch an die Väter richten, sollten sich auch beide Elternteile Zeit nehmen und die Broschüre lesen. Sie werden schnell feststellen, dass erzieherische Arbeit Ihnen auch viel Freude mit Ihrem Kind bringt.

Wir haben uns auf wenige Kernthemen konzentriert. Am Ende der Broschüre finden Sie deshalb Anlaufstellen für Eltern in Freiburg sowie Adressen von Internetseiten, die extra für Eltern gemacht worden sind.

Wir wünschen Ihnen eine anregende Lektüre und alles Gute für Ihre Familie,

Ihre Veronika Schönstein
mit dem gesamten LEIF-Team

EIN NEUER ALLTAG 4
GEMEINSAM LERNEN 6
HAND IN HAND 10
SPRACHE LERNEN 12
MEDIEN 14
GESUNDHEIT 16

EIN NEUER ALLTAG

Ihr Kind kommt bald in den Kindergarten oder in die Schule. Damit sind viele Veränderungen verbunden. Nicht nur für Ihr Kind, sondern für die gesamte Familie. Ihre Tochter oder Ihr Sohn hat plötzlich einen neuen Tagesablauf, an den sich alle erst gewöhnen müssen. Lassen Sie sich dafür ruhig genug Zeit. Überlegen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind, wie Sie den neuen Familienalltag gestalten können.

DAS FRÜHSTÜCK

Ein gutes Frühstück ist eine wichtige Grundlage für den Tag. Planen Sie für Ihr Kind deshalb morgens genügend Zeit zum Essen und Trinken ein. Im Kindergarten und in der Schule gibt es am Vormittag Pausen, in denen die Kinder Zeit haben, um zu essen und zu trinken. Geben Sie Ihrem Kind dafür ein Pausenpaket mit. Darin könnten zum Beispiel sein:

- ein Vollkornbrot mit Käse
- ein Apfel
- eine Banane
- ein Joghurt
- eine Trinkflasche mit Wasser oder Saftschorle

DER SCHULWEG

Kind noch in die Schule begleiten. Besprechen Sie schwierige Stellen wie Kreuzungen oder Ampeln. So verliert Ihr Kind die Angst vor dem unbekannten Weg. Es wird schnell sicher werden und auch ohne Ihre Hilfe gut in die Schule und wieder nach Hause kommen. Die Kinder sollten, wenn sie nicht mehr gebracht werden, in Laufgemeinschaften gehen. Das ist sicherer und fördert das Miteinander.

DEN ABSCHIED ERLEICHTERN

gen und Mädchen in den Kindergarten kommen, sind sie zum ersten Mal mehrere Stunden von den Eltern getrennt. Das ist eine neue Situation für alle. Damit diese Eingewöhnungsphase gelingt, nehmen sich die Kindergärten viel Zeit. Am besten, Sie tun das auch. Es ist gut, wenn Sie in den ersten Wochen für die ErzieherInnen immer erreichbar sind. Sprechen Sie mit ihnen darüber, welche Vorlieben und Schwierigkeiten Ihr Sohn oder Ihre Tochter hat. So können sich die ErzieherInnen besser auf Ihr Kind und seine Bedürfnisse einstellen. Tun Sie das auch, wenn Ihr Kind gerade in die Schule gekommen ist. Reden Sie mit den LehrerInnen. ErzieherInnen und LehrerInnen erleben diese Eingewöhnungsphasen jedes Jahr aufs Neue. Sie werden Ihnen viele Tipps geben können.

In den ersten Ta

TIPP:

Ihr Kind braucht eine Kindergartentasche, die es jeden Tag mit in den Kindergarten nimmt. Dort sollten Sie neben dem Pausenbrot alles reinpacken, was es braucht. Damit die Tasche richtig gefüllt ist, fragen Sie am besten die ErzieherInnen, was genau hinein soll.

WIEDER ZU HAUSE

Ist der Kindergarten oder die Schule am Mittag vorbei, muss sich Ihr Kind wieder umstellen auf das Zuhause. Sie können ihm dabei helfen. Fragen Sie Ihr Kind zum Beispiel jeden Tag, wie es ihm im Kindergarten oder in der Schule gefallen hat. Mit wem hat es gespielt? Was hat besonders viel Spaß gemacht? Worüber hat es sich geärgert? Hören Sie Ihrem Sohn oder Ihrer Tochter dabei aufmerksam zu. Kinder können so besser verarbeiten, was sie erlebt haben.

RITUALE ENTWICKELN

Es stärkt die ganze Familie, wenn es im Alltag Rituale gibt. Die können Sie gemeinsam mit Ihrem Kind festlegen. Überlegen Sie zum Beispiel, wer in der Familie welche Aufgaben übernimmt. Wer soll den Müll runtertragen? Wer ist dafür verantwortlich, dass das Meerschweinchen immer frisches Wasser hat? Wer deckt den Tisch? Bestimmen Sie solche Aufgaben nicht allein, sondern reden Sie mit Ihrem Kind darüber. Besprechen Sie auch, wann Zeit zum Spielen ist und wann die Hausaufgaben gemacht werden. Sind diese Rituale einmal festgelegt, sollte sich auch jeder dran halten.

INS BETT GEHEN

Eine feste Schlafenszeit ist für Kinder besonders wichtig. Damit es nicht so schwer fällt, sich daran zu halten, helfen auch hier Rituale. Versuchen Sie, jeden Tag gemeinsam mit Ihrem Kind gleich ausklingen zu lassen. Hier ein paar Beispiele:

- Packen Sie gemeinsam die Tasche für den Kindergarten oder die Schule.
- Legen Sie gemeinsam die Kleider für den nächsten Tag zurecht.
- Unterhalten Sie sich darüber, was heute alles passiert ist.
- Besprechen Sie, wie der morgige Tag ablaufen wird.
- Lesen Sie Ihrem Kind nach dem Zähneputzen eine Geschichte vor.

GEMEINSAM LERNEN

Auf dem Weg vom Kindergarten in die Grundschule und später in die weiterführende Schule kommen immer schwierigere Aufgaben auf Kinder zu. Alles wird anstrengender, während die Zeit zum Spielen schrumpft. Aber auch das Lernen kann man lernen. Zeigen Sie Ihrem Kind, dass es Spaß macht, wenn man schreiben und rechnen kann. Wenn Sie Ihr Kind in Kindergarten und Schule gut begleiten, erhöhen Sie seine Chancen auf eine erfolgreiche Zukunft.

EINE NEUE ROLLE

Kommt Ihr Kind in den Kindergarten oder die Schule, ist das zunächst eine große Umstellung: Plötzlich muss es sich in einer Gruppe von Kindern zurechtfinden. Es wird sich mit den anderen Kindern vergleichen und von den ErzieherInnen oder LehrerInnen mit anderen Kindern verglichen werden. Das ist eine völlig neue Erfahrung. Reden Sie mit Ihrem Kind darüber. Bestärken Sie es in seinem Selbstbewusstsein. Damit erleichtern Sie ihm die Umstellung. Auch Sie als Eltern befinden sich in einer neuen Rolle: Ihr Kind wird nun nicht mehr nur von Ihnen, sondern zusätzlich von anderen Menschen erzogen. Sehen Sie ErzieherInnen und LehrerInnen als Partner. Arbeiten Sie mit ihnen zusammen. Denn sie wollen genauso wie Sie Ihr Kind zu einem verantwortungsbewussten jungen Menschen heranwachsen sehen.

KONFLIKTE

Wenn ein Kind auf viele neue Menschen und Situationen trifft, geht das nicht immer gut. Deshalb müssen Kinder lernen, mit Konflikten umzugehen. Wie das geht, schauen sie sich bei ihren Eltern ab. Versuchen Sie, Ihrem Kind ein gutes Beispiel zu sein. Sprechen Sie darüber, was Ihr Kind bedrückt oder worüber es gerade mit wem streitet. Überlegen Sie gemeinsam, wie Sie das Problem so lösen können, dass alle Beteiligten zufrieden sind.

LERNEN

Lesen und Schreiben lernen ist gar nicht so einfach. Geben Sie Ihrem Kind Zeit dafür. Die Grundlagen werden schon in den ersten Lebensjahren gelegt: beim Sprechen, Zuhören, Malen und Beobachten. Wenn Ihr Kind spielt, muss es sich konzentrieren und trainiert gleichzeitig seine Ausdauer und seine Neugierde. Spielen ist Lernen. Damit Ihr Kind Freude am Lernen, am Lesen und am Schreiben bekommt, können Sie zum Beispiel Folgendes tun:

- Geben Sie Ihrem Kind viel Zeit zum Spielen, sowohl drinnen als auch draußen.
- Unterbrechen Sie das Spiel nur dann, wenn es unbedingt nötig ist.
- Lesen und schreiben Sie selber viel, wenn Ihr Kind dabei ist.
- Entdecken Sie mit Ihrem Kind gemeinsam die Welt der Zahlen. Zum Beispiel auf Uhren, in Büchern oder auf Preisschildern beim Einkaufen.
- Lesen Sie Ihrem Kind Geschichten vor.
- Beantworten Sie alle Fragen, die Ihr Kind stellt, auf einfache und verständliche Weise.

INFO

Sprechen Sie nicht mit anderen Erwachsenen über Ihr Kind, wenn es dabei ist. Kinder verstehen oft mehr, als wir uns vorstellen können. Beziehen Sie Ihr Kind lieber ins das Gespräch mit ein.

Möchten Sie das nicht, sorgen Sie dafür, dass es Ihr Gespräch nicht mithören kann. Vor allem dann nicht, wenn Sie erzählen, dass Sie sich Sorgen um Ihr Kind machen. Das würde Ihr Kind unnötig belasten.

TIPP:

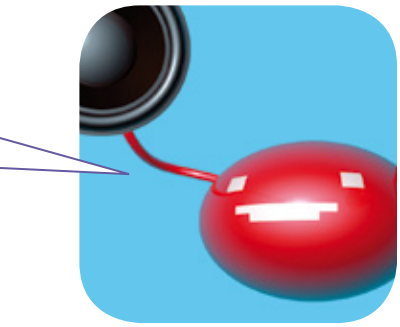
Für die Schule braucht Ihr Kind einen Schulranzen und einen Turnbeutel. Erkundigen Sie sich bei den LehrerInnen, was dort hineingehört. Vor allem beim Schulranzen sollten Sie darauf achten, dass er nicht zu schwer wird. Fragen Sie nach, an welchen Tagen Ihr Kind den Turnbeutel mitbringen soll.

DER ÜBERGANG

Bereiten Sie Ihr Kind auf den Wechsel vom Kindergarten in die Schule vor. Wahrscheinlich wird es mit seiner Kindergartengruppe einmal eine benachbarte Schule besuchen. So bekommen die Kinder eine Vorstellung davon, was Schule überhaupt ist. Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber und freuen Sie sich gemeinsam auf die Veränderungen. Es wird jetzt nicht mehr zu den Großen im Kindergarten, sondern zu den Kleinen in der Schule gehören. Statt dem Spielen wird von nun an das Lernen im Mittelpunkt stehen. Um Ihr Kind ein wenig auf die Schule vorzubereiten, können Sie im Buchhandel sogenannte Vorschulhefte kaufen. Darin sind viele Aufgaben enthalten, mit denen bestimmte Fähigkeiten trainiert werden. Bieten Sie Ihrem Kind immer wieder solche Übungen an. Zwingen Sie es aber nicht, wenn es keine Freude daran hat. Sie erleichtern Ihrem Kind den Übergang in die Schule, wenn es gewohnt ist, kleine Aufgaben zu übernehmen.

Ein Kind, das in die Schule kommt, sollte

- einfache Regeln einhalten können (nach dem Essen trägt jeder seinen Teller in die Küche),
- einfache Anweisungen befolgen können („hole mir bitte die blaue Schale aus der untersten Schublade vom Schrank im Wohnzimmer."),
- mit bestimmten Manieren vertraut sein (Hände waschen nach der Toilette, andere ausreden lassen und zuhören, nieman den auslachen).



HAUS-AUFGABEN

In der Schule bekommt Ihr Kind regelmäßig Hausaufgaben auf. Damit soll das, was am Vormittag im Unterricht besprochen worden ist, noch einmal geübt werden. Ist Ihr Kind nachmittags im Hort, werden die Hausaufgaben meist dort erledigt. Für den Fall, dass Ihr Kind seine Hausaufgaben zu Hause macht, haben wir hier einige Tipps zusammengestellt:

Zeitpunkt: Besprechen Sie mit Ihrem Kind, wann es täglich seine Hausaufgaben macht. Direkt nach der Schule? Oder erst am späteren Nachmittag? Probieren Sie ruhig ein bisschen aus. Haben Sie den besten Zeitpunkt für Ihr Kind gefunden, bleiben Sie dabei und halten Sie ihn jeden Tag ein.

Arbeitsplatz: Ihr Kind braucht einen hellen und aufgeräumten Arbeitsplatz. Dort sollte nur das liegen, was Ihr Kind für die Hausaufgaben braucht: Schreib- und Malsachen, Schere, Kleber und das Hausaufgabenheft. Stellen Sie auch etwas zu Trinken dazu, am besten ein Glas Wasser.

Hilfe: Lassen Sie sich zeigen, welche Aufgaben Ihr Kind machen soll. So haben Sie immer einen Überblick. Ihr Kind sollte die Hausaufgaben alleine machen. Bleiben Sie aber in der Nähe, für den Fall, dass es Fragen hat. Besprechen Sie dann gemeinsam die Aufgaben. Loben Sie es für richtige Lösungen und schauen Sie bei falschen, ob Sie den Fehler gemeinsam finden. In die Arbeitshefte sollte ausschließlich Ihr Kind schreiben. Nur so kann es richtig lernen.

Pausen: Ihr Kind braucht während der Hausaufgaben regelmäßig Pausen. Sechsjährige Kinder sollten nach 15 Minuten Arbeit fünf Minuten Pause machen. Für Neunjährige sollten Sie nach 20 Minuten, für Zwölfjährige nach 30 Minuten eine fünfminütige Pause einplanen. Dauern die Hausaufgaben länger als zwei bis drei Arbeitsphasen, planen Sie eine längere Pause ein. Die kann Ihr Kind nutzen, um zum Beispiel draußen zu spielen.

Belohnung: Wenn Sie Ihr Kind für die gemachten Hausaufgaben belohnen möchten, tun Sie das nicht mit Geld oder Süßigkeiten. Stellen Sie ihm lieber gemeinsame Unternehmungen wie einen Schwimmbadbesuch in Aussicht.

Hilfe: Wenn Ihr Kind Schwierigkeiten mit den Hausaufgaben hat, sprechen Sie mit dem Klassenlehrer oder der Klassenlehrerin darüber. Er oder sie kann Ihnen Tipps und Ratschläge geben, wie Sie Ihr Kind unterstützen können.

NEUE WEGE

Mit der 4. Klasse endet die Grundschule. Danach gehen die Kinder auf sogenannte weiterführende Schulen. Welche davon für Ihr Kind am besten geeignet ist, erfahren Sie von den LehrerInnen Ihres Kindes. Um die Kinder auf die neue Schule vorzubereiten, verändert sich ab der 3. Klasse einiges. Die SchülerInnen müssen schneller lernen und schreiben mehr Tests. Noten werden wichtiger als bisher. Das bedeutet mehr Stress für die Kinder. Lassen Sie sich als Eltern von der Aufregung nicht anstecken. Unterstützen Sie Ihr Kind wie gewohnt bei den Hausaufgaben. Wenn es nötig ist, üben Sie öfter als bisher. Halten Sie engen Kontakt zu den LehrerInnen. Sie kennen die Stärken Ihres Kindes genau und können Ihnen sagen, wo Sie Ihrem Kind vielleicht noch mehr helfen könnten. Wenn Sie sich ausführlicher informieren möchten, fragen Sie an Ihrer Grundschule nach der Broschüre „Grundschule. Wissenswertes für Eltern und Lehrkräfte“.

HAND IN HAND

Die Zusammenarbeit zwischen Kindergarten oder Schule und den Eltern spielt eine große Rolle. Je enger der Kontakt ist, umso besser können Sie Ihr Kind fördern und unterstützen. Zeigen Sie so viel wie möglich Interesse am Alltag in Kindergarten und Schule. Wenn Sie mit den ErzieherInnen und LehrerInnen sprechen, erfahren Sie zum Beispiel rechtzeitig, wenn Ihr Kind Schwierigkeiten in einem bestimmten Bereich hat. Sie können dann gemeinsam nach einer Lösung suchen.

GESPRÄCHE

Sie als Eltern sind ein wichtiger Partner der ErzieherInnen und LehrerInnen. Deswegen sollten Sie sich immer wieder über Ihr Kind und seine Entwicklung austauschen. Vereinbaren Sie dafür einen persönlichen oder einen Telefontermin. Überlegen Sie sich vor dem Gespräch, worüber Sie gerne reden möchten. So vergessen Sie nichts. Sie könnten zum Beispiel über folgende Themen sprechen:

- Wie entwickelt sich Ihr Kind?
- Wie selbstbewusst ist es?
- Wie geht es mit den anderen Kindern um?
- Wie ist es um die körperliche Fitness bestellt?
- Wie schulfähig ist Ihr Kind?
- Wie verkraftet Ihr Kind Phasen, in
- denen es Veränderungen gibt? Zum Beispiel den Übergang vom Kindergarten in die Schule, die Trennung der Eltern oder die Geburt eines Geschwisterchens.
- Welche Fortschritte macht Ihr Kind beim Lesen, Rechnen und
- Schreiben?
- Wie können Sie Ihr Kind unterstützen und fördern?
- Welche zusätzlichen Angebote gibt es in dem Kindergarten oder
- der Schule? Zum Beispiel Musik- oder Sportgruppen.
- Welche Probleme haben Sie mit Ihrem Kind vielleicht daheim?
- Welche schönen und besonderen Entwicklungen haben Sie bei Ihrem Kind festgestellt?
- Wie können Sie als Eltern im Kindergarten oder in der Schule mitwirken? Zum Beispiel bei Festen,
- Ausflügen oder der Gestaltung des Gebäudes.

Reden Sie mit Ihrem Kind über diese Gespräche mit den ErzieherInnen oder LehrerInnen. Erzählen Sie, worüber Sie sprechen werden oder gesprochen haben. Fragen Sie Ihr Kind nach seiner Meinung zu den Themen. Sie geben ihm so das Gefühl, dass Sie es ernst nehmen.

INFORMATIONEN

Weil meist nicht die Zeit für spontane Gespräche ist, verteilen ErzieherInnen und LehrerInnen oft Zettel, auf denen Sie alle wichtigen Informationen für die Eltern zusammengefasst haben.

Diese Elternbriefe sind sehr wichtig. Deshalb sollten Sie alles verstehen, was dort steht. Haben Sie Schwierigkeiten, fragen Sie nach. Das Gleiche gilt auch für die Mitteilungen, die LehrerInnen in das Hausaufgabenheft Ihres Kindes schreiben. Lesen Sie sie und reagieren Sie darauf.

TERMINE

Kindergärten und Schulen bieten extra für Eltern Termine an. An denen können Sie sich mit den ErzieherInnen oder LehrerInnen über Ihr Kind austauschen. Dazu gehören zum Beispiel Elternabende, Sprechstunden oder allgemeine Informationsveranstaltungen. Gehen Sie regelmäßig zu diesen Terminen. So können Sie Ihr Kind besser unterstützen. Sie erfahren dort auch, ob es eventuell Probleme gibt.

FESTE UND AUSFLÜGE

In Kindergärten und Schulen finden regelmäßig Feste und Ausflüge statt. Bei solchen Veranstaltungen sollen Kinder und Eltern etwas gemeinsam erleben und sich besser kennenlernen. Deshalb ist es wichtig, dass alle Eltern teilnehmen. Nehmen Sie sich die Zeit dafür. Sollte es einmal nicht möglich sein, geben Sie vorher den ErzieherInnen oder LehrerInnen Bescheid. Sie müssen nicht auf Feste und Ausflüge verzichten, weil Sie den Beitrag nicht bezahlen können. Fast alle Kindergärten und Schulen haben Fördervereine. Dort können Sie finanzielle Unterstützung für die Veranstaltungen bekommen. Fragen Sie danach.

PROBLEME

Manchmal kann es passieren, dass Sie mit den ErzieherInnen oder LehrerInnen Ihres Kindes gar nicht zurecht kommen. Geben Sie nicht gleich auf, sondern starten Sie mehrere Versuche. Nützt das nichts, wenden Sie sich zum Beispiel an den Elternbeirat oder VertrauensLehrerInnen. Können die Ihnen auch nicht helfen, holen Sie sich Rat bei der Leiterin oder dem Leiter des Kindergartens oder der Schule.

TIPP:

Unterschreiben Sie niemals etwas, was Sie nicht verstanden haben. Lassen Sie es sich noch einmal erklären. Fragen Sie so lange nach, bis Sie wissen, worum es geht. Nehmen Sie die Unterlagen notfalls mit nach Hause und holen Sie sich Rat. Sprechen Sie nur wenig Deutsch, bitten Sie darum, dass Ihnen der Text übersetzt wird.

SPRACHE LERNEN

Gut und richtig sprechen zu können ist wichtig für die Entwicklung Ihres Kindes. Je besser es eine oder mehrere Sprachen beherrscht, umso besser sind später seine Chancen zum Beispiel im Beruf. Das Verstehen und Lernen in Kindergarten und Schule fällt Ihrem Kind viel leichter, wenn es gut Deutsch sprechen kann. Sie können es dabei unterstützen – egal ob Sie selbst Deutsch sprechen oder nicht.

MITEINANDER REDEN

Sprechen lernen ist ein natürlicher Vorgang. Kinder lernen sprechen, wenn man sich mit ihnen unterhält. Je mehr Möglichkeiten ein Kind hat, seine Sprache zu sprechen, umso schneller lernt es sie. Ganz egal ob es Deutsch, Russisch oder Arabisch ist. Deshalb ist es wichtig, dass gerade Sie als Eltern viel mit Ihrem Kind reden. Beginnen Sie so früh wie möglich damit. Erzählen Sie Ihrem Kind Geschichten, schauen Sie gemeinsam Bücher und Bilder an. Wenn Ihr Kind beim Sprechen Fehler macht, unterbrechen Sie es nicht. Wiederholen Sie mit einfachen Sätzen, was Ihr Kind gesagt hat. Auf diese Weise lernt es die richtige Formulierung. So können Sie Ihrem Kind helfen, schnell und gut sprechen zu lernen:

- Singen, lachen und spielen Sie gemeinsam so oft wie möglich.
- Zeigen Sie Ihrem Kind die Welt um Sie herum und nennen Sie die Namen der Dinge, die Sie sehen.
- Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber, was Sie im Alltag erleben.
- Hören Sie immer aufmerksam zu, wenn Ihr Kind etwas erzählt.
- Lassen Sie Ihr Kind immer ausreden.
- Beantworten Sie alle Fragen, die Ihr Kind Ihnen stellt.
- Reden Sie mit Ihrem Kind darüber, wenn Sie merken, dass es Angst hat oder traurig ist.

DEUTSCH ALS ZWEITE SPRACHE

Wenn man eine Sprache fließend spricht, fällt es leichter, noch eine zu lernen. Sprechen Sie mit Ihrem Kind deshalb am besten in Ihrer Muttersprache. Denn die beherrschen Sie am besten. Ihr Kind lernt Ihre Muttersprache und entwickelt so ein Gefühl für Sprache. Das hilft ihm beim Deutschlernen. Haben Sie sich einmal entschieden, in welcher Sprache Sie mit Ihrem Kind sprechen, bleiben Sie dabei. Wechseln Sie nicht mitten im Gespräch die Sprache, auch nicht, wenn Ihr Kind das tut. Lernt Ihr Kind Deutsch als zweite Sprache, wird es gerade am Anfang viele Fehler machen. Es wird die Wörter der beiden Sprachen vermischen und auch mit der Grammatik Schwierigkeiten haben. Das ist völlig normal und wird sich mit der Zeit bessern. Wenn Sie Zweifel haben, holen Sie sich Rat bei den ErzieherInnen oder LehrerInnen Ihres Kindes.

FERNSEHEN & COMPUTER

Wenn Ihr Kind gern Fernsehen schaut oder Computer spielt, darf es das auch tun. Achten Sie aber darauf, dass die Zeit begrenzt ist. Suchen Sie die Sendungen und Spiele gemeinsam aus. Beim Fernsehschauen und Computerspielen hören und sehen Kinder nur Sprache. Sie müssen nicht selbst sprechen. Deshalb sollten Jungen und Mädchen viel mit ihren Eltern und anderen Kindern spielen und reden.

HILFE

Jedes Kind lernt in seinem eigenen Tempo. Das gilt auch für Sprachen. Wenn Sie sich trotzdem Sorgen machen, fragen Sie Experten um Rat. Zum Beispiel Ihre Kinderärztin oder Ihren Kinderarzt, die ErzieherInnen oder die LehrerInnen. Sie können auch direkt zu einer Beratungsstelle gehen. Holen Sie sich Hilfe, wenn Ihr Kind

- über lange Zeit schwer verständlich spricht,
- über lange Zeit nur sehr wenige Wörter verwendet,
- über lange Zeit nur wenig oder gar nicht spricht.
- Sich weigert, mit anderen Menschen zu reden, die es kennt.

MEDIEN

Fernsehen und Computerspiele, Internet und Spielkonsolen, Handy und Gameboy: Im Familienalltag spielen ganz unterschiedliche Medien eine Rolle. Kinder müssen erst lernen, damit umzugehen. Sie können noch nicht alleine entscheiden, was sie im Fernsehen schauen oder welches Computerspiel sie spielen können. Deshalb brauchen sie dafür feste Regeln. Die lernen Sie am besten in der Familie.

GRUNDREGELN

Stellen Sie keinen Computer oder Fernseher ins Kinderzimmer. Dort haben Sie keinen Einfluss darauf, was und wie oft Ihr Kind spielt oder Fernsehen schaut. Lassen Sie Fernseher und Computer ausgeschaltet, wenn die Familie isst. Versuchen Sie, immer in der Nähe zu sein, wenn Ihr Kind vorm Fernseher oder vorm Computer sitzt. Sprechen Sie mit ihm über das, was es gesehen oder gespielt hat. Suchen Sie das Fernsehprogramm und die Videospiele immer gemeinsam aus. Orientieren Sie sich dabei am Alter Ihres Kindes.

TIPP

Kinder brauchen kein Handy. Erlauben Sie Ihrem Kind frühestens ab der 5. Klasse ein eigenes Handy. Legen Sie dann klare Regeln für den Umgang damit fest.

MEDIENZEIT

Legen Sie für Ihr Kind eine Medienzeit fest. Das bedeutet, dass Ihr Sohn oder Ihre Tochter einmal am Tag selbst entscheiden darf, welches Medium er oder sie nutzt. Die Medienzeit sollte nicht vor dem Kindergarten oder der Schule und auch nicht direkt vorm Schlafengehen stattfinden. Halten Sie die Medienzeit ein und machen Sie keine Ausnahmen. Experten empfehlen folgende Medienzeiten pro Tag:

- keine Medienzeit für Kinder unter 3 Jahren
- 30 Minuten für Kinder von 3 bis 5 Jahren
- höchstens 60 Minuten für Kinder von 6 bis 10 Jahren

Während der Medienzeit müssen sich Kinder sehr konzentrieren. Deshalb brauchen Sie danach Zeit, um sich austoben und bewegen zu können. Sitzt Ihr Kind zu lange vorm Fernseher oder Computer, kann sich das negativ auf seine Gesundheit auswirken. Es kann sich schlechter konzentrieren, wird aggressiv oder unausgeglichen.

GESUNDHEIT

Damit ein Kind gesund groß und stark werden kann, braucht es ein paar wichtige Dinge: gutes Essen, viel Bewegung und genügend Ruhepausen. Dabei helfen klare Regeln und ein fester Tagesablauf. Versuchen Sie, Ihrem Kind darin ein Vorbild zu sein. Denn alles, was es bei Ihnen sieht, macht es nach. Beobachten Sie Ihr Kind. So merken Sie, was ihm gut tut.

ESSEN & TRINKEN

Kinder sollten drei Hauptmahlzeiten am Tag bekommen. Haben sie zwischendrin Hunger, sind auch kleinere Zwischenmahlzeiten erlaubt. Generell gilt: Kinder sollen nur dann essen, wenn sie Hunger haben. Zu jedem Essen gehört etwas zu Trinken. Am besten Wasser oder Saftschorle. Achten Sie darauf, dass Ihr Kind verschiedene Lebensmittel bekommt. Kaufen Sie zum Beispiel:

- frisches Obst
- frisches Gemüse
- Kartoffeln
- Reis
- Nudeln
- Vollkornbrot
- Milchprodukte

Kochen Sie lieber selber statt Fertigpizza, Pommes oder Döner zu kaufen. Süßigkeiten sollten Sie Ihrem Kind nur selten geben. Essen Sie gemeinsam als Familie und lassen Sie Ihr Kind mithelfen. Zum Beispiel beim Kochen oder Tischdecken.

TIPP

Gehen Sie mit Ihrem Kind regelmäßig zu den Vorsorgeterminen U1 bis U9. Ihre Kinderärztin oder Ihr Kinderarzt beobachtet, ob Ihr Kind sich gesund und normal entwickelt. Wenn Sie Fragen haben zur Gesundheit Ihres Kindes, sprechen Sie mit Ihrem Kinderarzt oder Ihrer Kinderärztin darüber.

BEWEGUNG

Kinder brauchen täglich Bewegung. Nur so können sie sich gesund entwickeln. Sorgen Sie dafür, dass Ihr Kind sich jeden Tag austoben kann. Am besten draußen an der frischen Luft und mit anderen Kindern gemeinsam. In der Schule und beim Hausaufgabenmachen müssen Kinder lange still sitzen. Bewegung danach ist besonders wichtig. Besuchen Sie mit Ihrem Kind auch Veranstaltungen, die von Sport- oder Musikvereinen angeboten werden. Sie sind oft kostenlos.

RUHE

Wer sich viel bewegt, braucht auch mal Ruhe. Achten Sie darauf, dass Ihr Kind zwischen verschiedenen Aktivitäten Pausen bekommt. Wie lang die sind, ist von Kind zu Kind unterschiedlich. Manche erholen sich in fünf Minuten, andere brauchen ein halbe Stunde. Auch die Art und Weise, wie Kinder die Pausen nutzen, ist ganz unterschiedlich: Die einen verkriechen sich und wollen alleine sein, die anderen suchen Nähe und wollen kuscheln. Respektieren Sie den Wunsch Ihres Kindes. Nachts braucht ein Kind neun bis zehn Stunden Schlaf. Nur wenn es die bekommt, hat es am nächsten Morgen genug Energie für den neuen Tag. Ausgeschlafene Kinder sind auch gesünder.

RAT UND HILFE

Wir haben in dieser Broschüre versucht, viele Fragen zu beantworten. Doch der Platz ist begrenzt. Sollten Sie weitere Informationen wünschen, können Sie sich an verschiedene Stellen wenden. Wenn Sie Rat und Hilfe brauchen, sprechen Sie immer zuerst mit den ErzieherInnen oder LehrerInnen Ihres Kindes. Die können Ihnen sagen, wer der richtige Ansprechpartner ist, wenn Sie zum Beispiel Beratung oder finanzielle Unterstützung brauchen.

KINDER-TAGESEINRICH-TUNGEN

Die Stadt Freiburg macht für Eltern von Kindergartenkindern und von Schulkindern, besonders aus Familien mit weniger Einkommen besondere Angebote. Wenn für Sie eines der folgenden Angebote in Frage kommt, dann sprechen Sie mit der Erzieherin oder dem Erzieher beziehungsweise dem Klassenlehrer oder der Klassenlehrerin Ihres Kindes oder wenden Sie sich an die SchulsozialarbeiterIn der Schule.

■ Elternbeiträge

Bei Bedarf werden vom Sozial- und Jugendamt der Stadt Freiburg die Kosten für Elternbeiträge für Hort, Kindergarten, Krippe oder die Tagespflege übernommen.

■ Elterngeld

Bis zu einer Dauer von 14 Monaten kann Elterngeld als Lohnersatzleistung in Anlehnung an das vorherige Einkommen geleistet werden und dadurch mehr Zeit mit den Kindern ermöglichen.

■ Ein-Euro-Essen

Bei Bedarf wird das Mittagessen an Freiburger Schulen mit Mittagstischangebot bezuschusst.

■ Beratung und Hilfe bei der Erziehung

Der allgemeine soziale Dienst des Sozial- und Jugendamtes Freiburg hilft bei der Beantwortung von Erziehungsfragen.

■ Erziehungsberatungsstellen

Bei Fragen zur Erziehung oder bei Unsicherheit im Umgang mit neuen Lebenslagen helfen die Erziehungsberatungsstellen der Landesarbeitsgemeinschaft für Erziehungsberatung B-W e.V. oder des Caritasverbandes Breisgau-Hochschwarzwald.

■ Frühförderung

Unterstützung und Hilfe bei der körperlichen, geistigen und seelischen Entwicklung von Kindern zwischen 0 und 6 Jahren leistet die Interdisziplinäre Beratungs- und Frühförderstelle der Arbeiterwohlfahrt Freiburg.

■ Kinderfördernetz P.R.I.S.M.A.

Der Caritasverband Freiburg-Stadt e.V. bietet Hilfe und Begleitung im Falle von Entwicklungsverzögerungen bei Kindern.

BERATUNG VOR ORT

Beim Kinderbüro der Stadt Freiburg hört man sich Ihre Sorgen und Probleme an und hilft Ihnen, eine Lösung zu finden. Die MitarbeiterInnen kennen viele Experten und vermitteln Sie gerne weiter.

Kinderbüro der Stadt Freiburg

Anschrift: Jacobistraße 14
79104 Freiburg

Telefon: 0761 – 201 34 56
Fax: 0761 – 36 88 96 66
E-Mail: kinderbuero@stadt.freiburg.de

Sprechzeiten: Mo/Di/Do 14-16 Uhr
Mi 10-12 Uhr

SCHULEN

■ Starterset
Bei Bedarf werden die Kosten für die Schulausstattung von SchülerInnen an Freiburger Schulen teilweise übernommen.

■ Ein-Euro-Essen
Bei Bedarf wird das Mittagessen an Freiburger Schulen mit Mittagstischangebot bezuschusst.

■ Regiokarte
SchülerInnen an Freiburger Schulen bekommen die Schüler-Regiokarte günstiger.

■ Kernzeitenbetreuung
An den Grundschulen gibt es für Ihr Kind eine gesicherte Betreuungszeit von 7.30 bis 13 Uhr. Für Familien mit wenig Einkommen ist das Angebot ermäßigt oder kostenfrei.

■ Flexible Nachmittagsbetreuung
Nachmittags kann Ihr Kind in die flexible Nachmittagsbetreuung gehen. Dort gibt es Hausaufgabenbetreuung, Einzelförderung und Freizeitangebote. Für Familien mit wenig Einkommen ist das Angebot ermäßigt oder kostenfrei.

■ Ferienbetreuung
An fünf Standorten gibt es für Grundschulkinder, die in Freiburg wohnen oder zur Schule gehen, Ferienbetreuungsangebote. Für Familien mit wenig Einkommen sind die Angebote ermäßigt.

■ Angebote während der Ferien
Kinder zwischen 6 und 17 Jahren können mit dem Freiburger Ferienpass des Sozial- und Jugendamtes viele Freizeitangebote kostengünstig nutzen.

■ Leselernpaten
Ehrenamtliche Erwachsene unterstützen Ihre Kinder beim Lesen lernen.

■ Mentor Migration
Studierende kümmern sich regelmäßig um eine gemeinsame Freizeitgestaltung mit Grundschul- und Förderschulkindern mit Migrationshintergrund.

Unser besonderer Dank gilt allen Mitwirkenden der Elternbroschüre:

Edgar Bohn, Dr. Ingrid Busse, Ingrid Buttmi, Renate Derr, Karin Ehinger, Christine Hartmann, Petra Himmelspach, Ilse Kühn, Claudia Kunz, Hanna Moors-Wienandts, Zehra Musaoglu, Birgit Rappenecker, Dilber Ünsal, Andrea Wagner, Regina Wernet und viele weitere.

Freiburger Schulen, Kindertageseinrichtungen und Eltern haben mit ihren Kenntnissen und Erfahrungen dazu beigetragen, Form und Inhalt der Broschüre zu gestalten.

Herzlichen Dank für die gute Zusammenarbeit, Ihr Engagement, Interesse und Ihre Zeit!

Ihr LEIF-Team

BERATUNG IM INTERNET

IMPRESSUM

Herausgeber: Stadt Freiburg im Breisgau, Dezernat II

Erstellt von: Initiative LEIF – Lernen Erleben in Freiburg
Eschholzstraße 86
79115 Freiburg

Redaktion: Claudia Füßler
Hatice Hagar
Heike Heim
Sophie Kirschke
Veronika Schönstein

Titel: LEIF Info - Kinder, Schule, Zukunft

Druck: City Druck GmbH, Freiburg 2011

© Stadt Freiburg im Breisgau, Mai 2011

www.LEIF-Freiburg.de/beratungsstellen/suche
LEIF bietet eine Suchfunktion zu Beratungsstellen in Freiburg. Alle unten genannten und noch viele weitere Angebote können hier abgerufen werden.

www.freiburg.de/eltern
Hier finden Sie Informationen zu verschiedenen Angeboten, die hilfreich für Sie sein können. Von Betreuungsmöglichkeiten und Freizeittipps über Beratungsstellen bis hin zu den Mütterzentren und der Familienbildung der Volkshochschule.

www.infokiosk-freiburg.de
Hier wurden Adressen und Kurzbeschreibungen von Einrichtungen gesammelt, die Ihnen in unterschiedlichen Lebenslagen Hilfe anbieten.

www.freiburg.de/kinder
Besuchen Sie diese Seite ruhig mal mit Ihrem Kind. In verständlicher Sprache wird hier erklärt, wer eigentlich im Freiburger Rathaus sitzt, was man in der Stadtbibliothek ausleihen kann und welche neuen Veranstaltungen es gibt.

www.elternfreiburg.de
Hier finden Sie Tipps zu allen Themen, die für Eltern in Freiburg wichtig sind.

www.elternimnetz.de
Ein Ratgeber für Eltern, der viele Fragen zur Erziehung von Kindern und Jugendlichen beantwortet.

www.familienhandbuch.de
Umfassende Informationen für Eltern zu Erziehung, Gesundheit, Schule, Beruf und Freizeit.

www.aktiv-fuer-kinder.de
Noch ein nützlicher Ratgeber mit vielen Informationen zu allen Fragen, die bei der Erziehung von Kindern auftauchen können.

www.kultusportal-bw.de
Hier bekommen Sie aktuelle Meldungen und auch Materialien zur Bildung in Baden-Württemberg. Zum Beispiel die Broschüre „Grundschule. Wissenswertes für Eltern und Lehrkräfte".

www.sprich-mit-mir.org
www.dbl-ev.de
Auf diesen beiden Internetseiten erfahren Sie, worauf es beim Sprechenlernen ankommt und wie Sie Ihr Kind dabei unterstützen können.

www.bzga.de/infomaterialien
Unter dem Stichwort „Kinder- und Jugendgesundheit" finden Sie hier viele interessante Broschüren. Die können Sie entweder kostenlos bestellen oder direkt herunterladen.

LEIF
LERNEN ERLEBEN IN FREIBURG

Gefördert von

Bundesministerium für Bildung und Forschung
ESF Europäischer Sozialfonds für Deutschland
EUROPÄISCHE UNION

Initiative von

LernenvorOrt
Freiburg IM BREISGAU