

**Anregungen des Gesundheitsamtes für Sorgeberechtigte
zur Stärkung von Kompetenzen von Kindern im Alltag**

Begleiten und unterstützen Sie Ihr Kind in seinem natürlichen Interesse an Abenteuern, neuen Erfahrungen und Wissenserwerb. Ermutigen Sie es, Fragen zu stellen und schenken Sie ihm Lob, Anerkennung und Aufmerksamkeit.

Wichtige Kompetenzen und Fähigkeiten entwickeln sich bei gesunden Kindern meist ganz selbstverständlich. Im Folgenden haben wir Ihnen einige Anregungen zur Stärkung von Kompetenzen für einen guten Start in die Schule zusammengetragen:

Kompetenzen für einen guten Start in die Schule	Anregungen für Fördermöglichkeiten im Alltag
Grobmotorik	
- Freude an Bewegung - Anstrengungsbereitschaft - Altersentsprechende körperliche Kondition und Körperkoordination, zum Beispiel kann mein Kind: - o Sicheres Balancieren - o Treppensteigen im Wechselschritt - o Fahrradfahren - o Bälle gezielt werfen, fangen und treten - o Schulweg zu Fuß zurücklegen	- Freude an Bewegung erleben - Spielerisch fördernde Aktivitäten, zum Beispiel: - o Spielplatz-Besuch - o Schwimmbad-Besuch - o Abenteuerspaziergang im Wald - o Fahrradtouren - Fußläufige Distanzen fußläufig zurücklegen - Anmeldung in einem Sportverein
Fein- und Visuomotorik	
- Entspannte Stifthaltung im Dreipunktgriff - Altersentsprechende feinmotorische Fähigkeiten, zum Beispiel kann mein Kind: - o Knöpfe und Reißverschlüsse selbstständig öffnen und schließen - o Schere, Kleber und Stift gezielt einsetzen - o Abzeichnen und ausmalen	- Gemeinsames Malen, Schneiden und Basteln mit unterschiedlichen Materialien (z.B. Perlen, Knöpfe, Jogurt Becher, Karton, Sticker...) - Bauen mit Bau- oder Legosteinen - Vorschulhefte - Selbstständiges An- und Ausziehen üben - Einbindung in die Essenszubereitung: - o Brote schmieren - o Getränke einschenken - o Obst und Gemüse schälen
Sozial-emotionale Reife	
- Kurze Zeiträume auf dem Stuhl sitzen bleiben können - Regelverständnis und –Einhaltung - Altersentsprechende Kompetenzen im Gruppensetting, zum Beispiel kann mein Kind: - o Kontakte knüpfen - o Sich in einer Gruppe einbringen - o Sich zurücknehmen und abwarten	- Geben Sie Ihrem Kind klare Regeln und Grenzen - Bestärken Sie Ihr Kind in seiner Selbstständigkeit, z.B.: - o Kleidung selbst heraussuchen - o Eigenständiges An- und Ausziehen - o Beim Einkaufen helfen - o Sich selbst beim Bäcker ein Brötchen kaufen

○ Konflikte lösen - Frustrationstoleranz - Selbstständigkeit - Selbstvertrauen	○ Bei Nachbarskindern zum Spielen klingeln - Geben Sie Ihrem Kind Zuständigkeiten und Aufgaben, z.B.: ○ Tisch decken ○ Spielsachen aufräumen - Schenken Sie Ihrem Kind Lob und Anerkennung
Kognition	
- Altersentsprechende Merk- und Erinnerungsfähigkeit - Konzentration für einfache Aufgaben - Altersentsprechende Konzentrationsspanne	- Medienzeit limitieren! - Gesellschaftsspiele spielen - Gedächtnisspiele (z.B. „Ich packe meinen Koffer“) - Konzentrationsspiele (z.B. Hören und Zählen des Vorkommens eines Wortes in einer vorgelesenen Geschichte)
Sprache / Deutschkenntnisse	
- Altersentsprechender Wortschatz und Grammatik - Differenzierung aller Laute und korrekte Aussprache - Verständnis auch komplexerer Anweisungen und Arbeitsaufträge - Ausreichende Deutschkenntnisse bei Bilingualität	- Nehmen Sie sich bewusst Zeit für gemeinsame Gespräche und ermutigen Sie Ihr Kind, zu erzählen - Gemeinsames Vorlesen, Singen und Suchen nach Reimwörtern - Gemeinsame Lösungssuche bei Fragen („Was denkst du?“ „Was könnte denn passiert sein?“ etc.) - Korrekatives Feedback (z.B.: „Ich habe einen Ball gewerft.“ - „Ah, du hast einen Ball geworfen.“) - Regelmäßiger Kindergarten-Besuch - Ggf. Verlängerung der Betreuungszeiten - Spielverabredungen mit deutschsprachigen Freunden - Anmeldung in einem Verein
Zahlen- und Mengenverständnis	
- Erfassung von Mengen von eins bis vier ohne Abzählen - Zahlenwissen bis zwanzig	- Spielerische Mathematisierung des Alltages, z.B.: ○ „Wie viele Äpfel liegen auf dem Tisch?“ ○ „Sind das mehr rote oder mehr blaue Bauklötze?“ ○ Abwechselnd laut Zählen, rückwärts Zählen
Visuelle Wahrnehmung	
- Erkennen und Anwenden von Abfolgen und Mustern - Verarbeitung von Seheindrücken - Vergleichen, Sortieren und Kategorisieren	- Wimmelbücher - Vorschulhefte - Fehlersuchbilder - Gesellschaftsspiele (z.B. Memory)

Wir wünschen Ihnen eine gute Vorschulzeit!

Ihr Schulteam des Gesundheitsamtes des Odenwaldkreises