



# Fit für die Schule



**Fit für die Schule  
Was kleine Kinder von  
ihren Eltern brauchen**

Erziehungsberatung  
Erziehungsdirektion des Kanton Bern  
Sulgeneckstrasse 70  
3005 Bern

Telefon 031 633 85 11  
[www.erz.be.ch/fit-fuer-die-schule](http://www.erz.be.ch/fit-fuer-die-schule)

## Fit für die Schule

### Liebe Eltern

---

Ist Ihr Kind zwischen zwei und sechs Jahren alt und fragen Sie sich manchmal, wie es neugierig und fit für das Leben sowie für den Kindergarten und die Schule wird?

Die Schule ist für alle Kinder in unserer Gesellschaft ein sehr wichtiges, anregungsreiches Entwicklungsangebot. Sie ist ein Recht, aber auch eine Pflicht – alle Kinder treten in die Schule ein. Das organisierte Lernen in der Gruppe wird jenen Kindern leichter fallen, die schon früh darauf vorbereitet werden.

Sie als Eltern haben viel Einfluss auf Ihr Kind und Sie können jetzt schon etwas dafür tun! Aus unserer Erfahrung als Fachleute der Kinderpsychologie legen wir Ihnen die folgenden Anregungen ans Herz.

### Kinder brauchen:

---

**Geborgenheit,**

eine sichere Bindung und verlässliche liebevolle Beziehungen in ihrer Familie;

**Erfahrungen,**

anregende Erfahrungen und alltägliche Aufgaben, an denen sie sich von klein auf beteiligen und bewähren können;

**Beziehungen,**

ein soziales Umfeld mit anderen Kindern und Erwachsenen, in dem sie selbstbewusst und rücksichtsvoll werden können.

### Kinder brauchen Sprache

---

Sprache öffnet den Weg zu den anderen und zum Lernen. Sie wird vom frühesten Kindesalter an in der Familie vermittelt. Mit Sprache lernen Kinder Beziehungen mitgestalten. Sie lernen, wie man mit andern Kindern und wie man mit einer erwachsenen Person spricht. Oder sie erfahren, wie man mit Sprache Konflikte lösen kann.

Sprache muss erworben und gepflegt werden. Kinder lieben Sprachspiele. Sie probieren Laute und Töne aus, erfinden mit sinnlosen Silben lustige Wörter, testen Bedeutungen oder gebrauchen ab und zu auch «schlimme Wörter», um die Wirkung auf die Erwachsenen auszuprobieren.

Mit der Sprache werden Kinder von ihren Eltern begleitet und geführt. Kinder lernen zuhören, horchen und gehorchen und sich mitteilen. Regeln des Zusammenlebens werden auch sprachlich festgelegt. Gesagtes muss angehört und verstanden werden. Was gesagt wird gilt.

**Die Sprache ist ein wertvoller Schatz, den Sie Ihren Kindern im Leben mitgeben.**



## Fit für die Schule

### Sprache erwerben, Sprache pflegen

---

#### **Sprechen**

Reden Sie viel mit Ihrem Kind, auch wenn es noch klein ist und selbst noch nicht sprechen kann. Vieles versteht es trotzdem. Schon ganz kleine Kinder ahmen die Sprechmelodie nach, sie geben auf ihre Weise Antwort. Erste Formen eines

Gesprächs entstehen. Beim Miteinander Reden geht es um mehr, als um Informationen zu vermitteln.

Achten Sie darauf, dass Sie mit Ihrem Kind ruhig und in klaren Worten sprechen; vermeiden Sie grobes Fluchen und Beleidigen.

Sprechen kann nicht beim Fernsehen gelernt werden. Zuviel Fernsehen und Computer schaden der Sprache.

#### **Zuhören**

Hören Sie aufmerksam zu, wenn Ihr Kind spricht. Nehmen Sie sich Zeit zum Zuhören. Wenn Sie Ihrem Kind etwas erklären, vergewissern Sie sich, ob es Ihnen zuhört und Sie verstanden hat.

#### **Erzählen**

Wenn Sie Ihrem Kind Geschichten erzählen, mit ihm Bilderbücher betrachten, mit ihm Lieder singen und Verse aufsagen, wecken Sie die Freude an der Sprache und Sie pflegen die Beziehung.



### Aufträge erledigen, Bedürfnisse aufschieben

---

#### **Gute Gewohnheiten bilden**

Im Alltag einer Familie gibt es viele Dinge, die sein müssen. Manches sogar gerade jetzt und ohne Diskussion: Hände waschen vor dem Essen; Anziehen um Einkaufen zu gehen; ein spannendes Spiel abbrechen und sich vorbereiten für ins Bett oder ähnliches.

#### **Mithelfen**

Geben Sie Ihrem Kind von früh an kleine Aufgaben, die es zuerst mit Ihnen zusammen im Tandem erfüllen kann. Es braucht Hilfestellung und Lob. Erst mit der Zeit kann das Kind sein Aemtschen alleine erledigen: Teile des Tisches decken, Ordnung herstellen, kleine Handreichungen machen.

#### **Warten**

Es gibt nur wenige Bedürfnisse und Wünsche des Kindes, die sofort befriedigt werden müssen. Alle müssen warten lernen: Noch zuhören, wenn andere nicht ausgereedet haben; erst essen, wenn es Zeit ist; Fernseh schauen nach Programm. All das zu lernen ist für das Kind sehr wichtig, auch wenn es protestiert.

#### **Sich anstrengen**

Lernen ist oftmals anstrengend, der Weg kann lang sein: Manches muss zu Ende geführt werden. Helfen Sie Ihrem Kind allenfalls dabei. Lassen Sie es gelegentlich auf die Zähne beißen, und die Anstrengung durchhalten. Zu erleben, dass man etwas durchstehen konnte, ist eine wichtige Erfahrung.



## Fit für die Schule

### Halt geben, Halt sagen!

#### **Nein sagen**

Zeigen Sie Ihren Kindern, dass es Grenzen gibt. Damit geben Sie ihnen Sicherheit, Orientierung und Halt. Ihre Kinder brauchen Regeln, die das Zusammenleben ordnen. «Nein» sagen schadet nichts, sondern ist ein weiterer Liebesbeweis der Eltern. Man kann nicht alle Wünsche erfüllen. Geben Sie zum Beispiel Ihrem Kind im Warenhaus nicht nach, selbst wenn es sich schreiend auf dem Boden wälzt. Ihr Kind hat es später leichter, wenn es schon früh gelernt hat, auf etwas zu verzichten und Enttäuschungen zu überwinden.

#### **Wie sage ich es meinem Kinde?**

Reden allein reicht oft nicht. Leiten Sie Ihr Kind mit klaren, verständlichen Aufforderungen und Handlungen an, damit es die Regeln annimmt und umsetzt. Gehen Sie auf Augenhöhe, wenn Sie dem Kind eine Anweisung geben oder ein «Nein» in einem ruhigen Ton aussprechen. Sie können das Kind auch sanft berühren, wenn Sie mit ihm reden, so spürt es noch deutlicher, dass es gemeint ist und Sie es ernst meinen mit dem, was Sie ihm sagen. Körperstrafen und massive Drohungen - wie zum Beispiel Liebesentzug - belasten die Beziehung zwischen Kind und Eltern und sind in keiner Weise angezeigt.



### Trauen Sie Ihren Kindern etwas zu! Zumutungen schaffen Mut!

Kinder begreifen durch eigene Erfahrungen. Dazu brauchen sie das Vertrauen ihrer Eltern und Gelegenheiten, neue Dinge auszuprobieren und Fehler zu machen. Übertriebene Fürsorge und Aengstlichkeit verunsichern die Kinder und nehmen ihnen das Selbstvertrauen. Jedes Kind ist von sich aus vielseitig tätig, wenn es sich wohl fühlt und in der Situation sicher ist.

#### **Mittun, spielen und erholen**

- Geben Sie dem Tätigsein und dem Spiel den nötigen klaren Rahmen: einen ungestörten Raum; Schutz vor Gefahren; Verhindern von absichtlichem Zerstören und gegenseitigem Plagen.
- Ihr Kind ist selber kreativ, probiert aus und entdeckt: Mischen Sie sich nicht in das Spiel der Kinder ein, ausser bei Grenzüberschreitungen oder wenn Sie gefragt sind.
- Manchmal langweilen sich Kinder. Lassen Sie Ihr Kind in der Langeweile durchhängen; sorgen Sie nicht immer für Unterhaltung.
- Jedes Kind, auch wenn Geschwister da sind, soll täglich einmal Zeit haben, ganz für sich zu spielen, um zur Ruhe zu kommen. Nicht alles soll von «Action und Fun» bestimmt sein.
- Wenden Sie sich den Kindern im Spiel einmal pro Halbtage ganz zu, mehr ist nicht nötig. In der übrigen Zeit können Sie die Kinder in Ihre Tätigkeiten mit einbeziehen: Staubsaugen, Kochen, Einkaufen etc. Das Kind richtet sich nach Ihnen und nicht umgekehrt!



## Fit für die Schule

### Spiele in der Kindergruppe

#### **Ich und Du**

Das Spiel mit andern Kindern ist für eine gesunde soziale Entwicklung sehr wichtig. Im regelmässigen Spiel mit Gleich-altrigen erprobt das Kind seine Wirkung auf andere. Es übt, auf sein Gegenüber einzugehen, sich einzufühlen oder zurück zu stehen. Schon für kleine Kinder ist es möglich, erste Freundschaften zu entwickeln.

#### **Wut, Enttäuschung und Versöhnung**

Im gemeinsamen Spiel tauchen Meinungsverschiedenheiten auf. Kleine Kinder sehen oft noch keinen anderen Weg als ihren eigenen und fühlen sich rasch verzweifelt, ohnmächtig oder wütend. Meistens können sich Kinder selbst einigen und spielen bald wieder vergnügt weiter. Durch Ihre Anwesenheit geben Sie Ihrem Kind Sicherheit und Rückhalt, spenden Trost, helfen Aerger überwinden und machen ihm wieder Mut.

#### **Einmal Ich und einmal Du**

Kinder lernen voneinander, wie es ist, einmal der Stärkere oder der Schwächere zu sein, einmal den Ton anzugeben oder sich unterordnen zu müssen, einmal Erfolg oder Misserfolg in der Kindergruppe zu haben. Ihr Kind soll auch lernen, sich zu entschuldigen, wenn ihm ein Missgeschick passiert ist.

Ihr Kind begegnet unterschiedlichen Menschen und Situationen. Zeigen Sie ihm, dass es mit vielen spielen und alle respektieren kann.



### Erwachsene sind Vorbilder

Eltern sein heisst vormachen, vorzeigen, vorsagen, vorleben. Ihr Kind beobachtet Sie im Alltag genau. Es hört genau hin und macht Sie nach. Es schaut bei Ihnen ab und ahmt nach, was es kann. So lernen die Kinder in ihren ersten Lebensjahren das Allermeiste und das Wichtigste für das ganze Leben. Sie leben einfach nach, was ihre nächsten und liebsten Bezugspersonen ihnen vorleben.

Sie lernen zum Beispiel, wie man sich am Morgen früh beim Erwachen begrüsst und am Abend vor dem Einschlafen gute Nacht wünscht. Sie lernen, wie man Spass hat miteinander, wie man streitet und wieder Frieden schliesst. Sie lernen, wann man fröhlich und wann man traurig ist. Sie lernen, was Humor und was Ernst ist. Sie lernen, wie man mit schwierigen und guten Gefühlen umgeht und wie man glücklich wird. Gute Vorbilder geben den Kindern Sicherheit und ein gutes Selbstvertrauen.

**Geniessen Sie die kurze Zeit, in der Ihre Kinder Sie so fest brauchen und so viel von Ihnen lernen können.**

Wir wünschen Ihnen viel Freude an Ihren Kindern.  
Ihre Erziehungsberatungsstellen des Kantons Bern  
[www.erk.be.ch/fit-fuer-die-schule](http://www.erk.be.ch/fit-fuer-die-schule)

