



Fit im Alltag

Schulvorbereitung im Familienleben

Fit im Alltag

Schulvorbereitung im Familienleben

„Es gibt nichts Gutes, außer: man tut es!“
Erich Kästner

Alltagskompetenz kann ist ein wichtiger Aspekt in der Vorbereitung auf dem Weg in den Schulstart.

Alltagskompetenz erwerben Kinder im täglichen Tun.

Das Familienleben bietet ein riesiges Feld um Alltagskompetenz zu erlangen.





Fit im Alltag Schulvorbereitung im Familienleben

- ▀ Im Familienleben fördert die Einbeziehung der Kinder in Alltagstätigkeiten nahezu alle vorschulischen Entwicklungsbereiche.
- ▀ Das Einbeziehen der Kinder in Alltagstätigkeiten:
 - kostet kaum Zeit
 - kostet kein Geld
 - stärkt die Konzentration, Wahrnehmung und Handlungsfähigkeit
 - bietet dem Kind Raum zur Persönlichkeitsreifung
 - lässt sich an unterschiedliche Alltagsstrukturen anpassen

Fit im Alltag Schulvorbereitung im Familienleben

- Beim gemeinsamen Kochen, Backen und Essen können Kinder:
- Gemüse schneiden und schälen lernen
- Zutaten suchen und erkennen
- Mengen abwiegen
- Sich selbst das Brot schmieren
- Abläufe und Regeln erlernen
- Sich selbstwirksam erfahren





Fit im Alltag Schulvorbereitung im Familienleben

- Bei all diesen Tätigkeiten werden folgende Entwicklungsbereiche gefördert:
- Feinmotorik
- Auditive Wahrnehmung und auditiver Speicher
- Handlungsplanung
- Händigkeit erfahren
- Gedächtnis und Kognition (Begreifen von Gesetzmäßigkeiten)
- Konzentration und Ausdauer
- Karftdosierung
- Räumliche Orientierung
- Taktil-kinästhetische Wahrnehmung

Fit im Alltag Schulvorbereitung im Familienleben

- **Eine Sammlung von Alltagstätigkeiten in der Küche, die Kinder stärken:**
- Abwaschen und Abtrocknen helfen
- Teig kneten und Plätzchen backen
- Fegen mit dem Besen, Handfeger und Schaufel
- Geschirr oder Einkäufe wegräumen helfen
- Müll trennen lernen
- Umrühren dürfen, eingießen dürfen
- Tisch decken
- Geschirr in die Spülmaschine ein- und ausräumen





Fit im Alltag Schulvorbereitung im Familienleben

- **Weitere Übungsfelder können sein:**
- Wäsche sortieren, Sockenpaare suchen
- Geschirrtücher und Spültücher zusammenlegen
- Sockenpaare den Familienmitgliedern zuordnen
- Socken in die Schubladen räumen lassen
- Wäsche nach Farben sortieren
- Beim Schrank einräumen helfen dürfen
- Knöpfe und Reißverschlüsse schließen üben
- Sich selbständig anziehen (Anziehstrasse hilft)

Fit im Alltag Schulvorbereitung im Familienleben

► Auch hier erwerben Kinder Selbständigkeit:

- Jemanden anrufen dürfen und sich nach etwas erkundigen oder ausrichten (Oma etwas fragen, die Freundin anrufen und eine Verabredung ausmachen)
- Beim Einkaufen etwas von der Liste suchen und finden
- Beim Bäcker das Brot bestellen und bezahlen dürfen
- Navi spielen (den Weg nach Hause dirigieren/ den Weg zum Spielplatz zeigen)
- Roller und Fahrrad fahren üben
- Eine Pflanze versorgen und regelmäßig gießen





Fit im Alltag Schulvorbereitung im Familienleben

► So klappt es im Alltag:

► Viele kleine Schritte helfen auf dem Weg zum Erfolg:

- Mit kleinen Veränderungen beginnen.
- Aufgaben klar und einfach benennen.
- Loben stärkt!
- Wenns noch nicht so klappt: nicht ein Mißerfolg steht im Fokus, sondern wir schauen auf die kleinen Dinge, die schon geklappt haben und benennen was gut war.
- Jeder Familienalltag ist anders. Probiert aus, was sich gut integrieren lässt. Jeder Tag ist neu, und bietet eine neue Gelegenheit.

Viel Spaß!