

# Dieses Heft gehört:

---

---



## Sozialmedizinische Assistentinnen:

Claudia Doornekamp 0821/3102-2121  
Ingrid Heuberger 0821/3102-2123  
Maria Pfister 0821/3102-2127  
Monika Rost-Ude 0821/3102-2141  
Sybille Zengerle 0821/3102-2125

Zentrale 0821/3102-2101  
Fax 0821/3102-2132

Internet [www.landkreis-augsburg.de](http://www.landkreis-augsburg.de)  
Email [gesundheitsamt@lra-a.bayern.de](mailto:gesundheitsamt@lra-a.bayern.de)



## Einschulungsuntersuchung



Tipps und Spaß  
für Kinder und Eltern

Liebe Eltern,

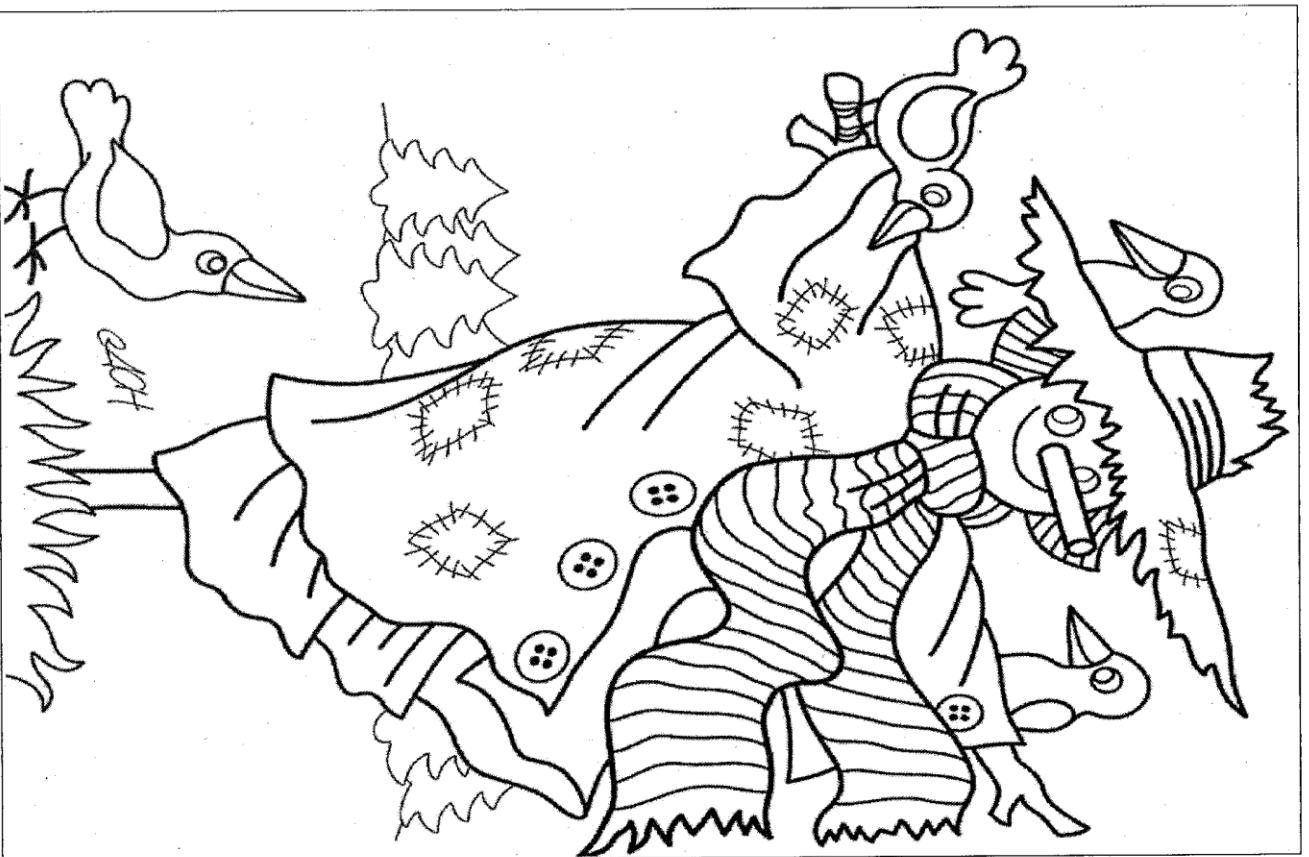
um Ihnen und Ihren Kindern noch ein paar Anregungen und Tipps zum Spielen und Fördern zu bieten, haben wir diese Broschüre zusammengestellt.

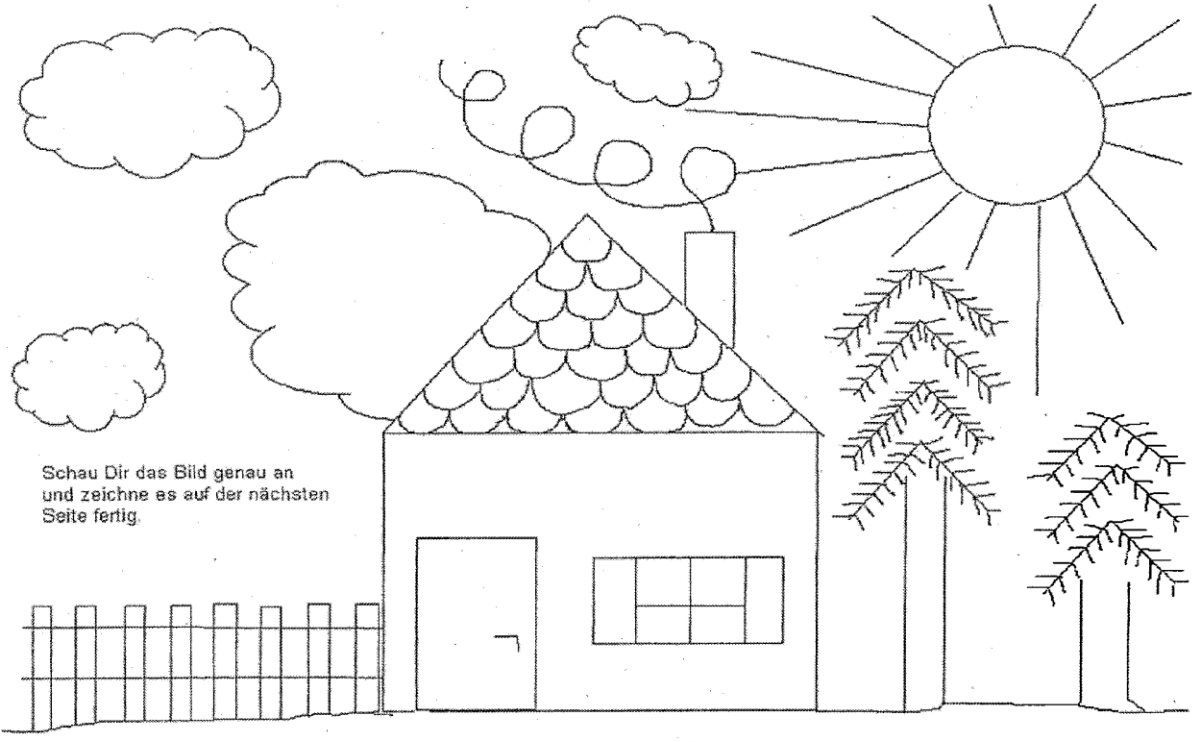
Viel Spaß und einen guten Start in der Schule!

Ihr Gesundheitsamt im Landratsamt Augsburg

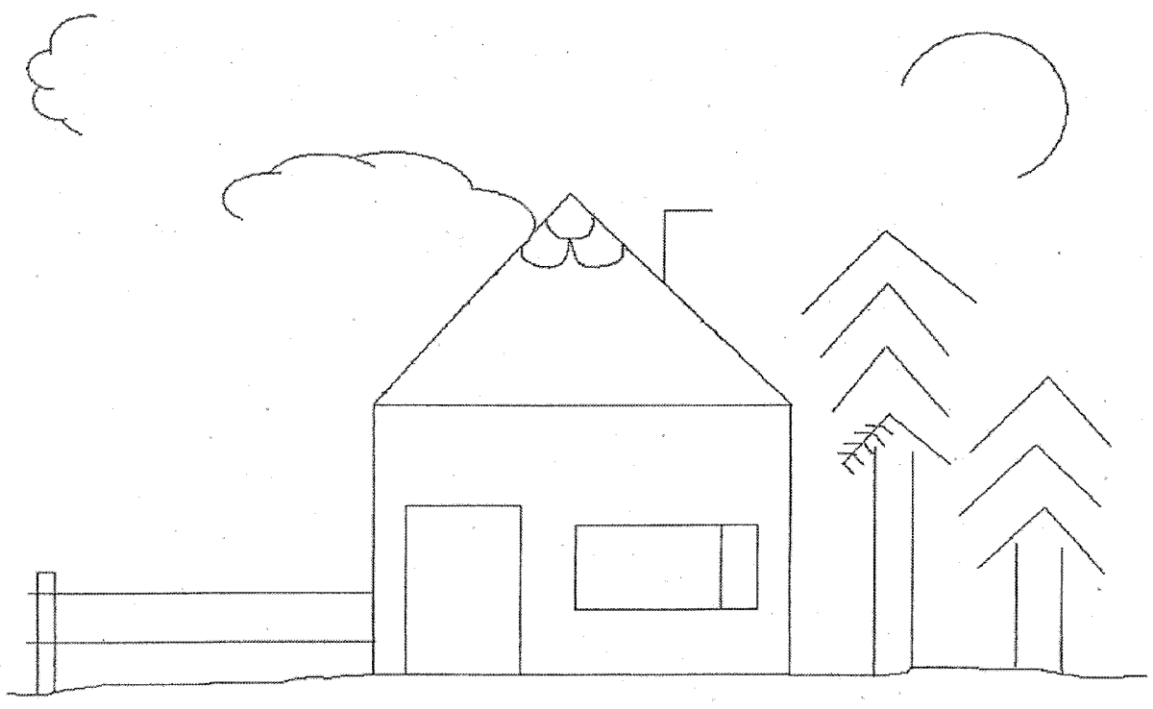
8. Auflage 2015

Herausgeber:  
Landratsamt Augsburg  
Staatl. Gesundheitsamt  
Prinzregentenplatz 4  
86150 Augsburg





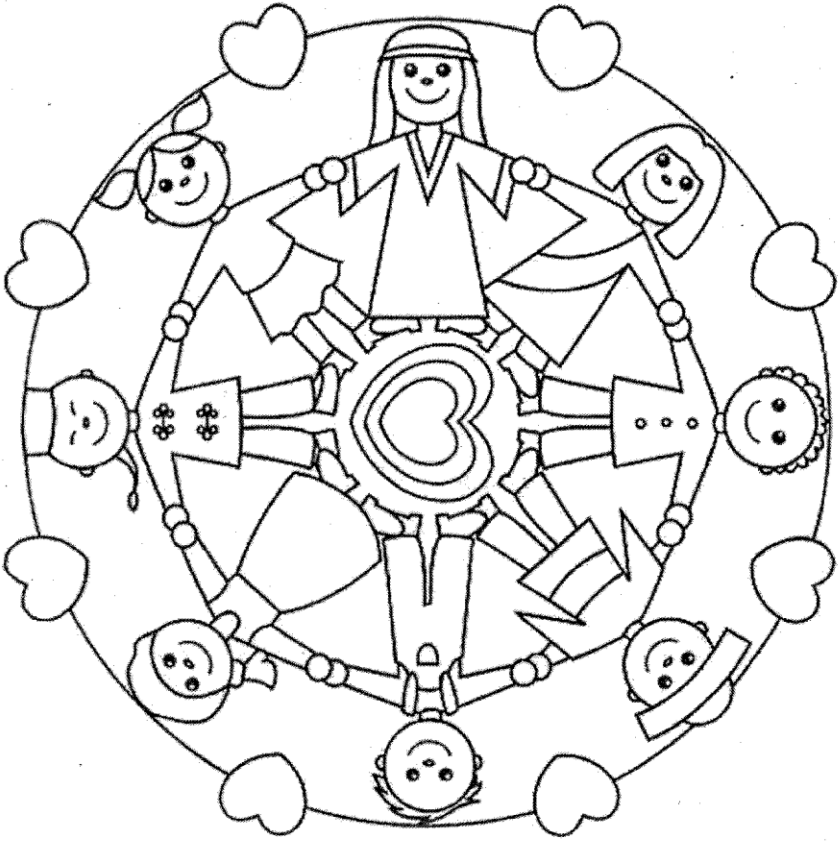
Schau Dir das Bild genau an  
und zeichne es auf der nächsten  
Seite fertig.



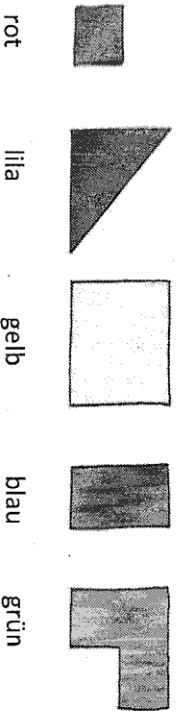
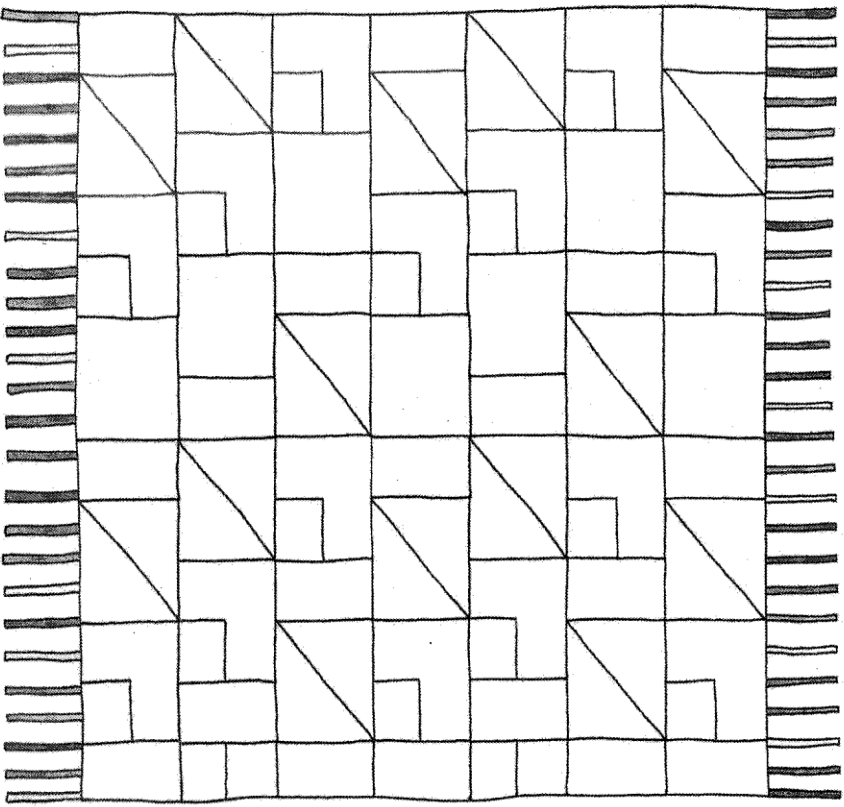
Finde die 10 Unterschiede



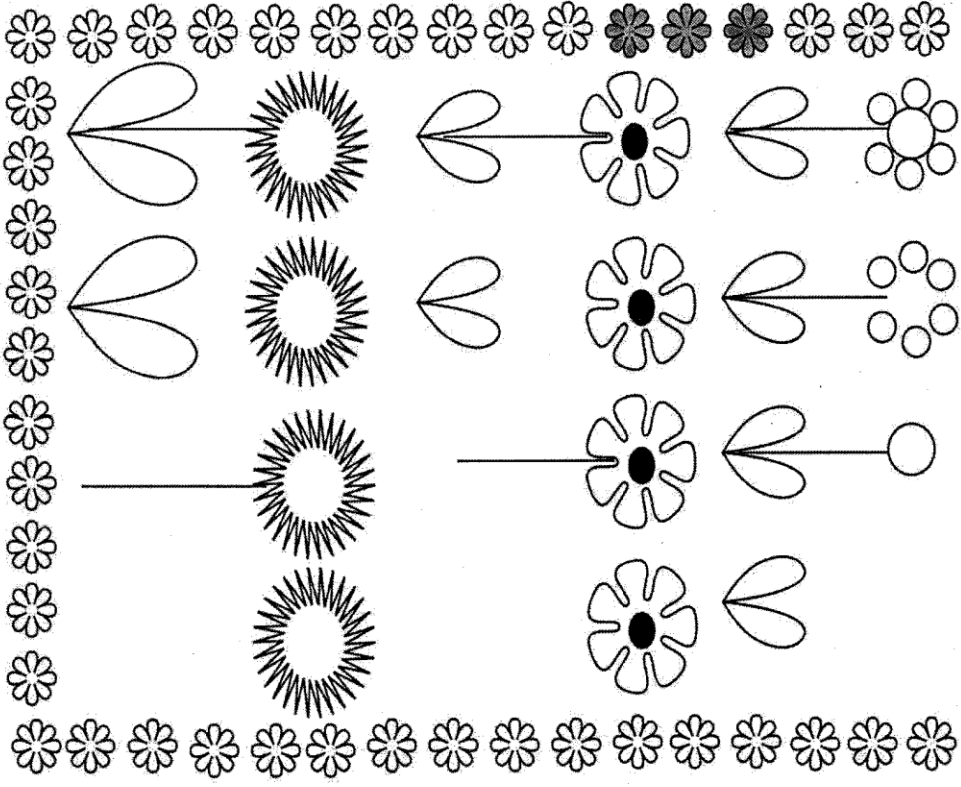
Zum Ausmalen



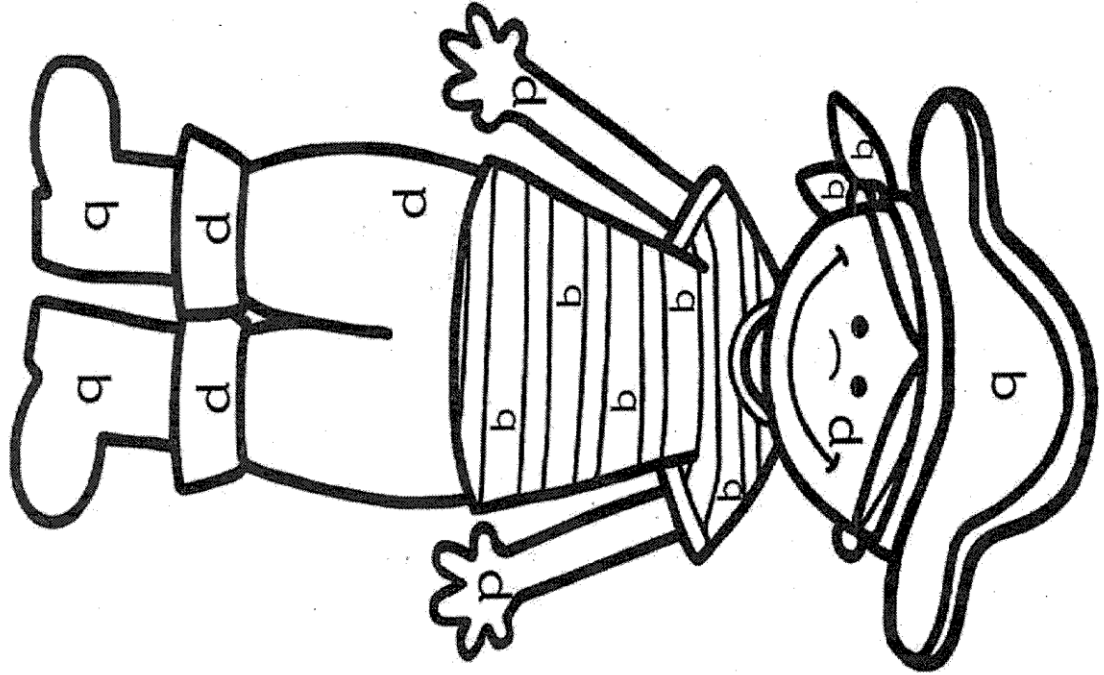
**Teppichmuster: Figuren ausmalen**  
Das Muster vom Teppich ist ganz farblos. Bunt sieht er viel schöner aus. Male die Figuren im Teppich mit den richtigen Farben aus! Unter dem Teppich siehst Du, wie es geht.



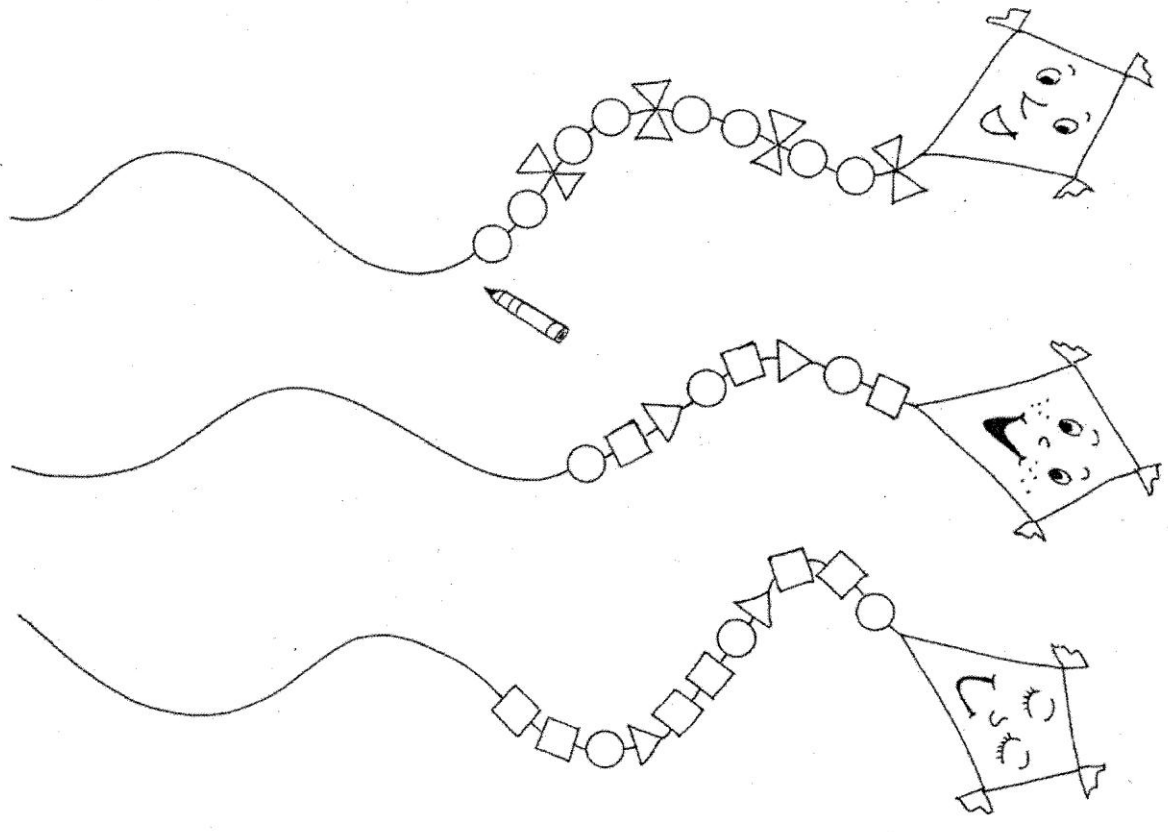
Zeichne die fehlenden Teile dazu und male alles farbiger aus



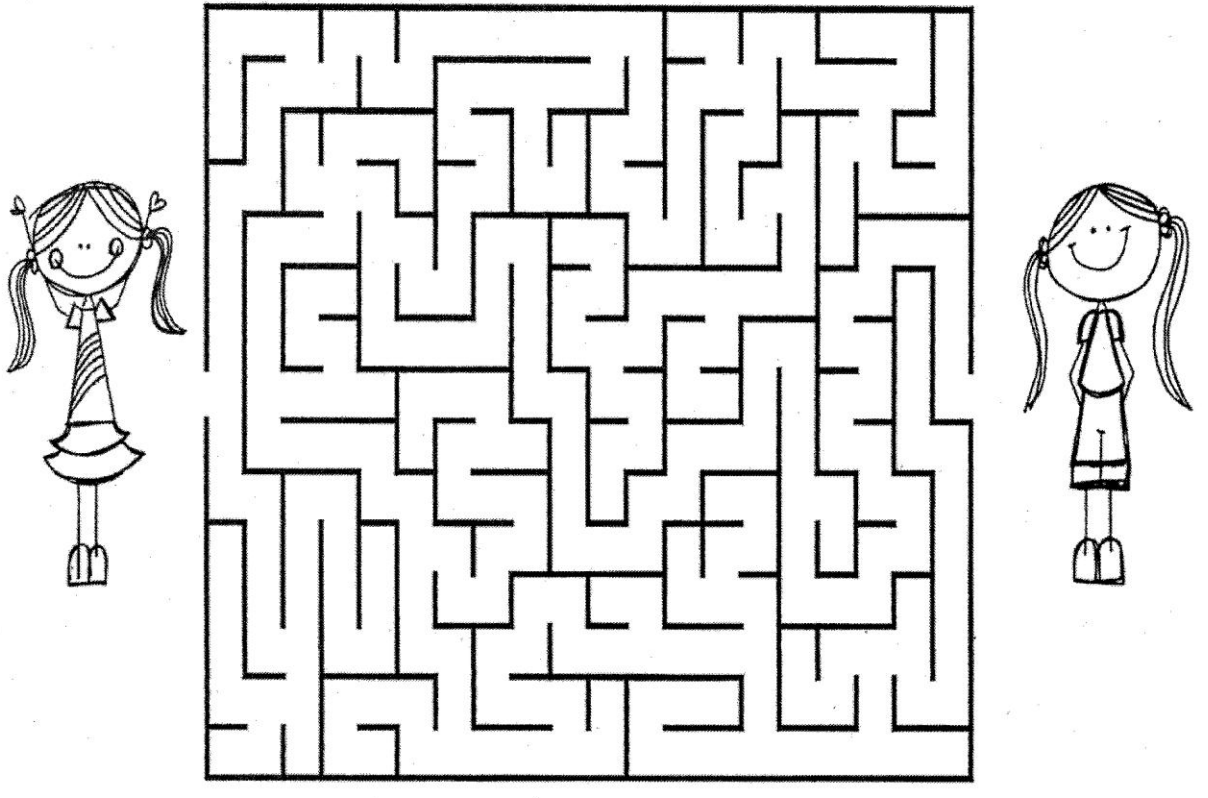
Gleicher Buchstabe = gleiche Farbe



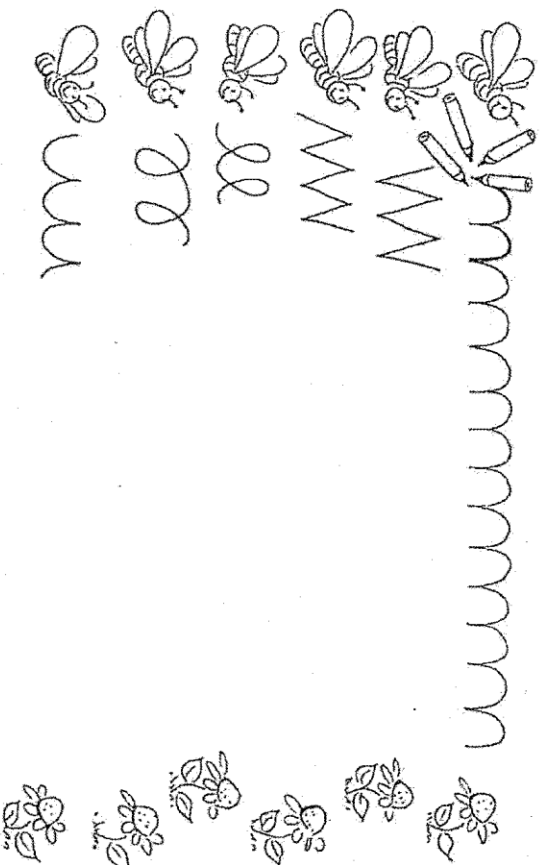
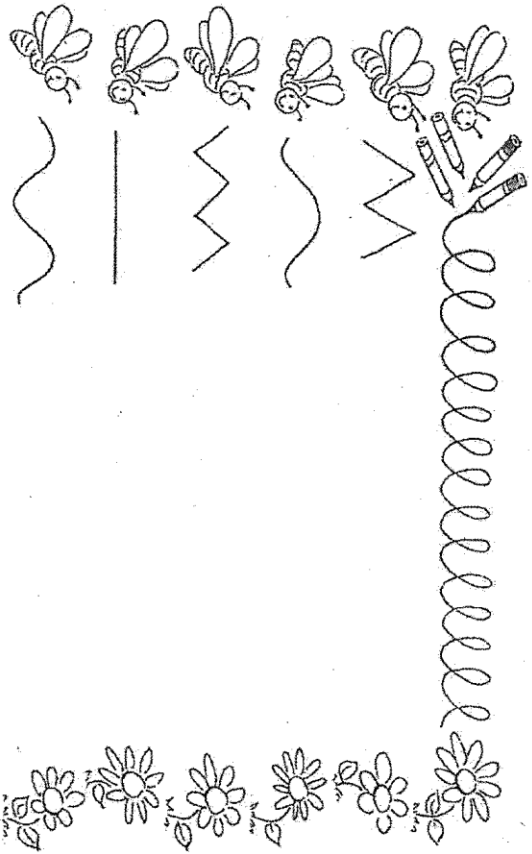
Muster erkennen, fortsetzen und anmalen



Die Kinder wollen miteinander spielen. Zeigst Du ihnen den Weg?



## Zeichne die Linien weiter



## Zahlen- und Mengenverständnis

### Spiele

Spiel mit zwei Würfeln:

„Wer hat mehr, wer hat weniger Punkte?“  
 „Wie viele Punkte hast du, wie viele ich?“



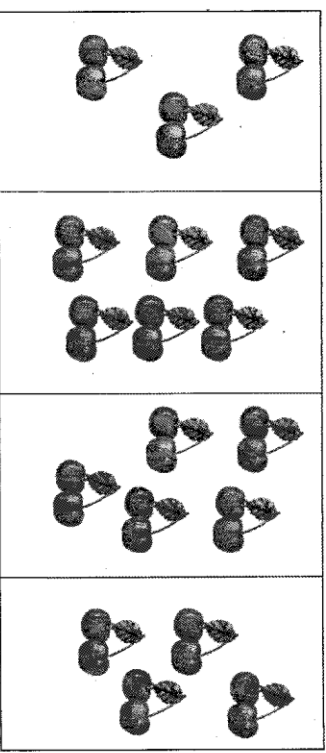
Mensch ärgere dich nicht, UNO, Spielhaus, Halli – Galli, Vier gewinnt, Pippo, Domino, Fünf in einer Reihe, Kniffel, Quartett und Murrel-Spiele

### Übungen im Alltag

- Beim Tischdecken: Bestecke, Teller, Gläser ... zählen.
- Beim Arbeiten in der Küche: Früchte, Geschirr, Töpfe, Servietten, Teller ... zählen.
- Unterwegs: Autos, Fahrräder, Straßenlaternen, Pfosten ... zählen.
- Laut zählen beim Seilspringen, Ballprellen, Schaukeln, Hüpfen, ...

### Spontan kleine Mengen erkennen

Wie viele Kirschenpaare siehst Du in jedem Bild?



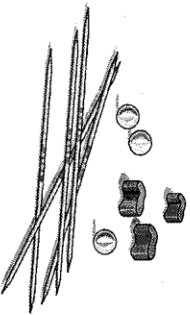


## Fein- und Schreibmotorik

Am einfachsten gelingt das Üben der Feinmotorik mit Bastelangeboten und Lernspielen, auf die Ihr Kind richtig Lust hat. Mit dem 3-Punkt-Griff sind die Finger und der Stift bei aufliegendem Handgelenk am beweglichsten.

### Übungen

- Malen, Ausmalen, Schwungübungen, Malen nach Musik, Muster zeichnen
- Kneten, Töpfern, Perlen aufädeln, Perlen-Bilder, Knüpfen, Weben, „Stricklieseln“
- Ausschneiden, Klebekollagen, Basteln, Papierfaltfiguren
- Schuhe binden, Dinge sortieren (Perlen, Legosteine), sich an- und ausziehen
- Brot streichen, mit Messer und Gabel essen, Obst schälen und schneiden, Plätzchen backen



### Spiele

- Mikado, Packesel (Schmidt), Packpferdchen (Noris)
- Angelspiel, Jenga
- Blinde Kuh (Ravensburger), Twister (Hasbro MB)
- Tastdomino, Figurentastspiel, Taktilo
- Streichelspiel (Schubi)
- Tastbilderbücher
- Formen, Zahlen, Buchstaben auf den Rücken zeichnen lassen und erraten.

Spielerisches Üben fördert die Feinmotorik für das spätere Schreiben lernen in der Schule.

## Grobmotorik



### Tägliche Bewegung

ist wichtig:

- Kinder laufen, rennen, klettern, hüpfen, springen und spielen gern.
- Kinder brauchen andere Kinder zum Spielen und Bewegen.
- Kinder brauchen nach ruhigen, sitzenden Tätigkeiten Bewegung! Zum Beispiel nach der Schule oder den Hausaufgaben.

Motivieren Sie Ihr Kind zu

Geschicklichkeitsübungen wie:

- Zehengang, Fersengang
- Einbeinstand, Einbeinhüpfen
- Seilspringen, Ball spielen
- Übungen mit dem Hula-Hup-Reifen
- Balancieren z. B. auf Pflastersteinen
- Gummi-Twist, Twister, Himmel und Hölle
- Fangen und Versteck spielen
- Tanzen, Bewegung und Klatschen zu Musik
- Roller und Fahrrad fahren
- Schwimmen, Turnen



Sportvereine:

Auch Sportvereine fördern den Spaß an der Bewegung. Sie unterstützen mit vielfältigen Angeboten und bieten neben Freizeitinhalten auch den Kontakt mit anderen Kindern, das bedeutet wertvolle soziale Erfahrungen für Vorschulkinder.

## Sprache

### Bitte viel Vorlesen!

Vorlesen gehört zu den schönsten Zuwendungen, die Sie Ihrem Kind schenken können. Es freut sich auf die Zweisamkeit mit Ihnen. Außerdem werden beim Zuhören die Konzentrations- und Merkfähigkeit trainiert und die Sprachentwicklung gefördert.

Die örtlichen Büchereien bieten immer aktuelle Bücher, Spiele und Medien zum Ausleihen an. Ein gemeinsamer Besuch dort und das selbständige Ausschuchen des Lesestoffs fördert das Interesse und bringt Abwechslung.



**Spiele**  
Koffer packen, Stille Post, Teekesselchen, Frage- und Rätselspiele, Berufe raten usw.

### Reimspiele

Reimquartett und Reime erfinden.

### Töne und Laute wahrnehmen und unterscheiden

Laute unterscheiden:  
b-p, d-t, g-k, da-ga, gu-ku, di-ti, u-o-a, la-ra...  
Kunstwörter, schwierige Wörter und Zahlenreihen korrekt nachsprechen und in Silben aufteilen



### Korrekte Artikulation als Grundlage für korrektes Schreiben

Übungen für die Mundmotorik und zur Kräftigung der Mund- und Zungenmuskulatur: mit dem Trinkhalm trinken, Luftballons aufblasen, Wattepusten, Kamm mit Seidenpapier umwickeln und ein Lied blasen, Schmolllmund, Rüssel, Brummklippen und Seifenblasen.

### Zweisprachige Erziehung:

- klare Trennung der Sprachen
- in einem Satz **keine Sprachmischung!**

Regelmäßiger Besuch des Kindergartens!

## Verantwortungsvoller Umgang mit den Medien

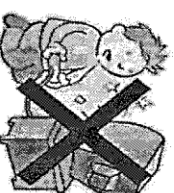


Die modernen Medien haben sich rasant verbreitet und sind heute aus dem Alltag nicht mehr wegzudenken. Für Kinder sind sie eine auf- und anregende Sache. **Ein übermäßiger Medienkonsum bringt jedoch Risiken für die seelische und körperliche Entwicklung Ihres Kindes mit sich.**

Achten Sie deshalb auf einen sinnvollen Umgang mit den Medien. Der Fernseher ist kein Sprachtrainer, er kann beim Sprachen lernen ein persönliches Gespräch nicht ersetzen.

### Tipps zur Medienerziehung

- Kein Fernsehen und keine Computerspiele für Kinder unter 3 Jahren
- Vorschulkinder maximal ½ Stunde pro Tag Fernsehen, PC oder andere elektronische Medien
- Grundschul Kinder höchstens eine Stunde täglich
- Begleiten Sie Ihr Kind. Sprechen Sie mit ihm über Gesehenes und Gespieltes und lernen Sie seine Medienformate und Medienhelden kennen.
- Kein Fernsehen
  - vor der Schule
  - während der Mahlzeiten
  - vor dem Schlafengehen



Experten warnen vor dem eigenen Fernseher oder Computer im Kinderzimmer von Schulkindern.

## Ernährung

Ihr Kind erreicht einen neuen Lebensabschnitt mit anderen Herausforderungen. Damit es diese Aufgaben bewältigen kann, muss auch die Ernährung stimmen.

### Mahlzeiten im Alltag:



- Kinder haben nur geringe Energiereserven. Sie brauchen eine klare Mahlzeitenstruktur: Frühstück, Pausenbrot, Mittagessen, Nachmittagsimbiss und Abendessen.
- Wer kein regelmäßiges Essen bekommt, behilft sich mit Chips, Süßigkeiten, Snacks und Fastfood!
- Achten Sie besonders auf ein vollwertiges Frühstück, z.B. Haferflocken, Vollkornbrot, Milchprodukte.
- Kinder, die gut frühstücken, zeigen bessere Schulleistungen.
- Gönnen Sie Ihren Kindern und sich selbst genügend Zeit zum Essen und Genießen.
- Kinder brauchen Rituale, auch beim Essen. Sie empfinden die Mahlzeiten als wesentliches Ereignis des Tages und messen ihnen große Bedeutung zu.
- Das Auge isst mit:  
Gesundes Essen soll schön zubereitet und angerichtet sein.



### Zähneputzen lohnt sich!

So nach und nach bekommt Ihr Kind jetzt seine zweiten Zähne, die möglichst das ganze weitere Leben halten sollen. Da lohnt es sich, sie gut zu behandeln.

- 3 x täglich Zähneputzen nach den Mahlzeiten schützt vor Karies. Im Grundschulalter sollten die Eltern die Zähne der Kinder noch nachputzen, da Kinder motorisch noch nicht so geschickt sind, dass sie die Zähne überall sauber bekommen.
- Eltern sind das beste Vorbild für ihre Kinder, auch bei der Zahnpflege.
- Ein Besuch beim Zahnarzt jedes halbe Jahr ist empfehlenswert!

## Auch Kinder brauchen Ruhepausen

Es gibt viele Möglichkeiten zu entspannen und auszuruhen. Lassen Sie Ihr Kind malen, träumen, schlafen oder Musik hören.



Ein kluger Kopf allein genügt nicht, ... denn für das Lernen sind eine Reihe von Voraussetzungen nötig. Zu den wichtigsten Grundlagen zählen Konzentration und Ausdauer.

Lassen Sie Ihr Kind seine Form finden, wie es am besten entspannt. Manche Kinder möchten allein sein, andere suchen die Nähe ihrer Eltern.

Geben Sie Ihrem Kind nach der Schule und nach den Hausaufgaben die Möglichkeit auszu-ruhen.

Nach Aktionen, z.B. nach dem Sport, nach dem Toben, sollte sich eine ruhige Phase anschließen.

### Ihr Kind braucht kein Hetzen und Drängeln.

Legen Sie nicht zu viele Termine in die freie Zeit Ihres Kindes.



Wenn Ihr Kind etwas Aufregendes erlebt hat, bieten Sie sich als Gesprächspartner an.

Entspannen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind!

Reden hilft, das Erlebte zu verarbeiten.

## Tipps

### So können Sie Ihrem Kind den Schulstart erleichtern

Selbständigkeit durch:

- Eigenständiges An- und Ausziehen
- Schuhbänder binden
- Alleine auf die Toilette gehen
- Schulanzen aufnehmen, öffnen und schließen
- Saft- oder Milchbehälter öffnen
- Kleider wieder erkennen
- Wünsche verständlich äußern
- Kleine Auseinandersetzungen selbständig lösen
- Ordnung halten in seinen Sachen
- Sich anstellen und in der Reihe gehen können
- Drei Dinge merken
- Namen schreiben und lesen (zur Kennzeichnung von Arbeitsblättern, Zeichnungen)

### Förderung von sozialen Kompetenzen

- Zurechtkommen mit Misserfolgen und Frustration
- Kontrolle von Zorn und Ärger
- Die Fähigkeit, zu vergeben
- Die Fähigkeit, sich zu entschuldigen
- Die Fähigkeit, um Hilfe zu bitten
- Die Fähigkeit, sich zu behaupten

### Konzentration und Ausdauer

- Entspannungsübungen, z.B. Mandala malen, meditative Musik hören, Traumreisen
- Alle musischen Tätigkeiten
- Sport
- Alle Spiele, an denen mehrere beteiligt sind
- Das Spiel vom Kofferpacken, die Reise nach Jerusalem
- Begonnene Spiele zu Ende führen

## Beratungsstellen

<b>Psychologische Beratungsstelle der Diözese Augsburg</b> Gartenstr. 4 86152 Augsburg Tel.: 0821 – 4554100 (auch Terminvereinbarung für die Außenstellen)	<b>Außenstelle Diedorf</b> <b>Außenstelle Dinkelscherben</b> <b>Außenstelle Gersthofen</b> <b>Außenstelle Königsbrunn</b> <b>Außenstelle Schwabmünchen</b>
<b>Evangelische Beratungsstelle für Eltern, Jugend, Ehe- und Lebensfragen</b> <b>Diakonisches Werk Augsburg</b> Oberbürgermeister-Dreifuß-Str. 1 86153 Augsburg Tel.: 0821 – 597760	<b>Außenstelle Königsbrunn</b> im Mehrgenerationenhaus Bürgermeister-Wohlfarth-Str. 98 86343 Königsbrunn Tel.: 0821 – 597760
<b>Familien- und Erziehungsberatungsstelle der Arbeiterwohlfahrt</b> Frölichstr. 16 86150 Augsburg Tel.: 0821 – 4505170	<b>Beratungsstelle Inklusion</b> Landratsamt Augsburg Prinzregentenplatz 4 86150 Augsburg Tel.: 0821 – 3102 - 2790
<b>Helen-Keller-Schule</b> Sonderpädagogisches Förderzentrum Kohlstattstr. 2a 86424 Dinkelscherben Tel.: 08292 – 950940	<b>Franziskus-Schule</b> Sonderpädagogisches Förderzentrum Theresienstr. 7 86368 Gersthofen Tel.: 0821 – 24642-0
<b>Christophorus-Schule</b> Sonderpädagogisches Förderzentrum Karwendelstr. 12 86343 Königsbrunn Tel.: 08231 – 86017	

## Sprachheilpädagogische Beratungsstellen

## KoKi **Netzwerk frühe Kindheit**

am Landratsamt Augsburg  
Prinzregentenplatz 4  
86150 Augsburg  
Tel.: 0821/3102-2339

- Frühe und unkomplizierte Hilfen zum Wohl und Schutz der Kinder in unserem Landkreis
- Ansprechpartner bei Fragen zur Erziehung
- Unterstützung und Vermittlung von Hilfen in Konfliktsituationen

## Familienbüros bieten Informationen und Hilfen für Familien an.

<b>Familienbüro Bobingen</b> Kirchplatz 1 Tel.: 08234 – 967732	<b>Familienstation Dinkelscherben</b> Bahnhofstr. 20 Tel.: 08292 – 951398
<b>Familienstation Diedorf</b> Pestalozzistr. 17 Tel.: 08238 – 99967	<b>Familienhilfe Langweid</b> Schubertstr. 13 Tel.: 08230 – 690419
<b>Familienstation Königsbrunn</b> Bgm.-Wohlfarth-Str. 98 Tel.: 08231 – 6058693	<b>Familienbüro Schwabmünchen</b> Museumstr. 14 Tel.: 08232 – 957729
<b>Familienzentrum Meitingen</b> Donauwörtherstr. 9c Tel.: 08271 – 813777	<b>Haus der Familie Stadbergen</b> Goethestr. 12 Tel.: 0821 – 4300153
<b>Familienstation Gersthofen</b> Johannesstr. 4 Tel.: 0821 – 49708751	<b>Familienstation Fischach</b> Augsburger Str. 2a Tel.: 08236 – 9589549

## Impfkalender für Kinder und Jugendliche

Nach den Empfehlungen der Ständigen Impfkommission am Robert-Koch-Institut vom August 2015



Öffentlich empfohlene Impfungen werden von den Kinder- oder Hausärzten durchgeführt und in aller Regel von den Krankenkassen bezahlt.

### Impfempfehlungen für Schulkinder

- **Ab dem 6. Lebensjahr**  
 Auffrischimpfung gegen Diphtherie, Tetanus (Wundstarrkrampf) und Pertussis (Keuchhusten).

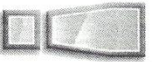
Die Masern-Mumps-Röteln-, Windpocken-, Hepatitis B- und Meningokokken-Impfungen sollten ergänzt werden, falls sie unvollständig sind oder fehlen.

- **Ab dem 10. bis 17. Lebensjahr**  
 Auffrischimpfungen gegen Diphtherie, Tetanus, Poliomyelitis und Pertussis.

Impflücken sollten geschlossen werden (z.B. Hepatitis B ... s.o.)! Windpockenimpfung (Zx), falls noch nicht geimpft und noch nicht durchgemacht.

- **NEU seit 2014: für Mädchen von 9 bis 14 Jahren**  
 Impfung gegen bestimmte Formen des Gebärmutterhalskrebses (HPV-Impfung). Die Impfserie sollte vor dem ersten Geschlechtsverkehr abgeschlossen sein.

Danach alle 10 Jahre Auffrischimpfung gegen Diphtherie-Tetanus-Keuchhusten. **Alle Erwachsenen** sollen die **nächste fällige Auffrischung** als Kombination von Diphtherie, Tetanus und Keuchhusten und ggf. Poliomyelitis erhalten.



Bezüglich der Impfempfehlungen für Säuglinge, Kleinkinder und Senioren wenden Sie sich bitte an Ihren Kinder- oder Hausarzt.

 Liebe schenken	 Gefühle zeigen	 Freiraum geben
 Zuhören können	<p style="text-align: center;"><b>STARK DURCH ERZIEHUNG</b></p>	 Streiten dürfen
 Grenzen setzen	 Mut machen	 Zeit haben