



Kinder brauchen Liebe und ...



... Bildung



... Beziehung

... Bewegung



... Sprache



... Ernährung



... Rituale



... ein Lernen mit allen Sinnen



*Wir sollen uns weniger bemühen,
den Weg für unsere Kinder
vorbereiten,
als unsere Kinder für den Weg*

Amerikanisches Sprichwort

Liebe Leserinnen und Leser,



in der Broschüre **„Kinder brauchen Liebe und ...“** finden Sie in Kurzform wesentliche Aussagen zum Thema Bildung und Erziehung für Kinder von den ersten Lebenstagen an bis in die Schulzeit. Sie entstand aus der praktischen Zusammenarbeit zwischen Erziehern und Erzieherinnen, Lehrkräften, Beratungsfachleuten und Eltern. In ihr wird aufgezeigt, wie Eltern von Anfang an ihr Kind fördern können.

Zu den Inhalten der Broschüre planen wir Themenabende. Wir sind sicher, dass es zu einem regen Austausch zwischen den Teilnehmern und zu einer Bereicherung für alle kommen wird. Darauf freuen wir uns.

Genauere Informationen zu den Terminen und Veranstaltungsorten können Sie bei den beteiligten Einrichtungen, durch Aushänge, in der Presse oder über die unten angeführte E-mail Adresse erfahren.

Die geplanten Informationsveranstaltungen sollen Sie aber nicht daran hindern, die alltagstauglichen Anregungen unserer Broschüre bereits jetzt umzusetzen. Probieren Sie es aus!

Diese Broschüre wurde von den Grundschulen, Horten und Kindertagesstätten in Rodgau Nieder-Roden und der Psychologischen Beratungsstelle des Caritasverbandes Seligenstadt-Rödermark erarbeitet. Sie wird unterstützt von Grundschulen und Kitas in Hainburg, Mainhausen, Rodgau, Seligenstadt und dem Präventionsrat und den Kindertagesstätten der Stadt Rödermark.

Auskunft zu den geplanten Veranstaltungen erhalten Sie über die Einrichtungen, die Psychologische Beratungsstelle des Caritasverbandes oder auf unserer Website: www.gartenstadt-schule.de oder verwaltung@gartenstadt-schule.de



Bildung von Anfang an

Mit der Geburt eines Kindes wünschen und träumen alle Eltern davon, dass ihr Kind selbstbewusst, klug und lebensstüchtig wird, dass es in der Schule keine Probleme hat und gut mithalten kann. Vielleicht denken manche auch schon an das Abitur oder an ein Studium ihres Kindes.

Wann fängt ein Kind an zu lernen und bereitet sich damit auf die Zukunft, das „Leben“ vor?

Die Antwort geben die Wissenschaftler: Von Anfang an!!!

Sie haben nämlich festgestellt, dass Menschen von Geburt an bis zu ihrem Tode immer lernen. Das Gehirn macht keine Pausen! Unser Gehirn nimmt ständig Neues auf, sortiert, ordnet ein, wertet aus und leitet aus vielen, vielen Beispielen für sich Regeln ab. Ein Baby sieht viele Sitzgelegenheiten und hört dazu Worte wie Sessel, Sofa, Stuhl. Irgendwann kann es genau diese Sitzgelegenheiten unterscheiden und wenn man es danach fragt, darauf deuten.

Was lernt ein Kind?

Ein Kind ist neugierig von Geburt an und sammelt mit seinen Sinnen von Anfang an Eindrücke und Erfahrungen. Gerade in den ersten Lebensjahren (von Geburt bis etwa zum Alter von 6 Jahren) ist das Gehirn am aufnahmefähigsten und lernt am meisten in seinem Leben. Es wird sozusagen in dieser Zeit „geprägt“ oder „programmiert“. Das bedeutet: So wie es die Welt in seinem engen Umfeld erlebt, stellt es sich auch die Welt außerhalb davon vor und lebt diese Welt selbst nach.

Wie gehen wir miteinander um? Liebevoll oder ruppig? Sprechen wir in ruhigem Ton miteinander oder wird immer nur gemotzt? Sind wir Erwachsenen bereit Neues zu lernen oder völlig uninteressiert?

Je mehr Erfahrungen ein Kind machen kann, um so vielfältiger kann sich sein Gehirn ausbilden. Ein Kind will gern Dinge ausprobieren und erforschen. Diesem Forscherdrang müssen wir nachkommen und das Kind vieles selber tun lassen wie z. B. die „Versuche“ Sand in verschiedene Behälter immer wieder umzufüllen. Das Kind macht dabei wertvolle Erfahrungen mit Rauminhalten.



Die wichtigste Erfahrung, die ein Kind machen kann, ist: Den anderen ist wichtig was ich erlebe und tue.

Schauen die Eltern mit dem Kind zusammen die Kindersendung an und sprechen anschließend mit ihm darüber oder setzen sie es nur vor den Fernseher, damit es ruhig ist? Im ersteren Fall werden Fragen geklärt, man kann sich weiter mit dem Thema beschäftigen oder bei aufregenden Sendungen dem Kind die Angst nehmen. Wird dies nicht getan, bleibt das Kind mit seiner Angst und seinen Fragen allein. –
Es lernt das Fernsehen zu konsumieren und es braucht über die gesehenen Dinge nicht nachdenken. Es wird dadurch interesselos und inaktiv.

Welche Schlussfolgerungen hat das für die Eltern?

Entscheidend für die Zukunft eines Kindes ist, was es in den ersten Lebensjahren erlebt. Für die Entwicklung gibt es bestimmte Zeiten, in denen ein Kind besonders gut etwas lernt. Verpasste „Zeiten“ – z. B. für die Sprachentwicklung – lassen sich nur sehr schwer nachholen.
Das heißt aber:

Eltern legen von Anfang an die Grundlagen für die Zukunft ihres Kindes.

Die Eltern haben von Anfang an Verantwortung für die Entwicklung ihres Kindes und daher die Aufgabe, es zu fördern und ihm Anregungen zu geben. Sie sind für das Kind Vorbild sowohl im sozialen Verhalten als auch im Interesse auf Neues, in der Wertschätzung von Bildung. Sie können die Aufmerksamkeit auf Menschen, Gegenstände, Ereignisse lenken und so das Kind fördern. Das aktiviert die angeborene Erkundungsbereitschaft und treibt so die Gehirnentwicklung voran. Lernen ist aber nicht erfolgreich bei Druck, Zwang oder wenn ein Kind beschämt wird.

Am besten lernen Kinder in einem freundlichen, aufgeschlossenen Umfeld, in dem sie sich sicher und geborgen fühlen, Anerkennung erfahren und dadurch Selbstvertrauen gewinnen.



Beziehung ist die Basis

Warum gute Beziehungen so wichtig sind

Die Basis für Selbstvertrauen kann ein Kind nur entwickeln, wenn es erlebt, dass sich jemand Zeit nimmt und verlässlich für es sorgt. Wenn es Anerkennung, Bestärkung und Lob erfährt, vertraut es immer mehr seinen eigenen Fähigkeiten.

Ihr Kind braucht von Anfang an: eine sichere Bindung

Babys müssen jeden Tag neu erfahren, dass die Eltern sie lieben. Schauen Sie Ihr Kind so oft wie möglich an, kuscheln und schmusen Sie mit ihm. Nehmen Sie sich Zeit mit ihm zu spielen.

Verlässlichkeit

Schaffen Sie Verlässlichkeit u. a. durch feste Zeiten im Tagesablauf, durch konsequente Erziehung und durch Rituale.

Konsequente Erziehung

(s. Broschüre: „Mut zur Erziehung“¹)

Ihr Kind testet immer wieder seine Grenzen, in dem was es kann und in dem was es darf. Deshalb ist es wichtig, dass ihm seine Bezugspersonen immer wieder Grenzen setzen, die seinen Fähigkeiten und seinem Alter entsprechen. Erst durch das Setzen von Grenzen erfährt ein Kind: „Ich bin ich“ und „Du bist du“. Helfen Sie Ihrem Kind, mit sich selbst und mit anderen Menschen zurecht zu kommen!

Kinder müssen erfahren:

Neugierde ist erlaubt

Die Gier nach allem Neuen ist eine kindliche Tugend, die für Erwachsene recht anstrengend sein kann. Kinder wollen mit allen Sinnen die Welt entdecken, sie begreifen, in den Blick nehmen, genau hinhören und feststellen, dass ...

Diese Neugier ist wichtig, um eigene Erfahrungen machen zu können. Lassen Sie zu, dass Ihr Kind eigene Erfahrungen machen kann, trauen Sie ihm etwas zu und ermutigen Sie es!

Lernen kann Spaß machen

Neues dazulernen, etwas zu leisten, was durchaus auch mit Anstrengung verbunden sein kann, verschafft Befriedigung. Anerkennen Sie die Leistungen Ihres Kindes und geben Sie Ihrem Kind Chancen, sein „Können“ vorzustellen. Beachten Sie aber, dass Lernen kein Wettkampf ist. Vergleichen Sie nicht ständig Ihr Kind mit anderen. Stattdessen sollten sie seine Lernentwicklung wahrnehmen und anerkennen. So entwickelt sich neue Motivation.

¹ erhältlich bei den Kitas und Grundschulen in Nieder-Roden oder bei der psychologischen Beratungsstelle Seligenstadt-Rödermark



„Aus Erfahrung wird man klug!“ „Aus Fehlern wird man klug!“

Fehler gehören dazu

Diese alten Sprichwörter belegen: Fehler können zum Lernen gut sein. Fehler sind keine Defizite. Nur wer nichts tut, macht auch keine Fehler.

- Lassen Sie zu, dass Ihr Kind eigene Erfahrungen machen kann.
- Ermöglichen Sie Ihrem Kind in einem angemessenen Rahmen auch eigene Entscheidungen zu treffen.
- Respektieren Sie diese und üben Sie sich darin die Konsequenzen auszuhalten.
- Ihre eigene Angst sollte das Handeln des Kindes nicht einengen.

Ausdauer ist hilfreich

Mit Ausdauer und Durchhaltevermögen erreiche ich etwas. Geben Sie Ihrem Kind die Möglichkeit, ausdauernd z. B. an einem Spiel, am Bauen zu bleiben und loben Sie es anschließend für die aufgebrauchte Anstrengung.

Ermutigen Sie Ihr Kind Angefangenes zu Ende zu bringen!

Ein Kind muss spüren, dass es geliebt wird, unabhängig davon was es tut. Ein Kind darf Fehler machen, denn auch dadurch lernt es dazu. Erst die Wertschätzung seiner ganzen Person gibt ihm die Sicherheit, die Welt zu erkunden und eigene Erfahrungen machen zu können.

Denken Sie bitte daran: Jugendliche lernen vor allem von Gleichaltrigen! Weil Jugendliche sich sehr an Gleichaltrigen orientieren, sind die in Kindertagesstätten und Schulen vermittelten Grundlagen so wichtig.

- Soziale Regeln
- konstruktive Lösung von Konflikten
- Zuversicht und Selbstvertrauen

Wenn dies gegeben ist, können Zukunftsfantasien wachsen und sich Lebensperspektiven eröffnen.

Beziehung entwickelt sich jeden Tag neu.

Sie braucht:

- Zeit
- Nähe
- Distanz
- Verlässlichkeit



Ohne Bewegung bewegt sich nichts

Bewegung und Denken hängen eng zusammen.

Bewegung bildet die Grundlage jeglichen Handelns. Zu wenig Bewegung kann nicht nur gesundheitliche Schäden zur Folge haben sondern auch Nachteile für die Leistungsfähigkeit und das Sozialverhalten Ihres Kindes.

Bewegung und Denken hängen eng zusammen. Denn durch körperliche Aktivitäten werden im Gehirn Nervenverbindungen hergestellt, die Voraussetzung sind für die geistige Leistungsfähigkeit.

Durch Bewegungen macht das Kleinkind seine ersten Erfahrungen und gewinnt Einsichten in die Welt. Bewegungserfahrungen sind Sinneserfahrungen, in denen es etwas ertastet, genau hinsieht, hinhört, Gleichgewicht hält, Hindernisse überwindet, sich im Raum orientiert und dabei körperlich immer geschickter wird.

Kinder haben einen natürlichen Drang und Freude daran, sich zu bewegen. Geben Sie Ihrem Kind oft Gelegenheit dazu!

Bewegung fördern – aber wie?

- Achten Sie darauf, dass Ihr Kind die einzelnen Bewegungsphasen durchlaufen kann (rollen, krabbeln, sitzen, stehen, gehen).
- Geben Sie Ihrem Kind Gelegenheit, verschiedene Gegenstände zu ertasten. Lassen Sie es auch matschen, klettern, rutschen, schaukeln, rennen, toben, Dabei lernt es immer mehr seine Möglichkeiten und Grenzen realistisch einzuschätzen.
- Sorgen Sie auch für regelmäßige und herausfordernde Bewegung. Wenn ein Kind seine körperlichen Grenzen erweitert, stärkt das sein Selbstvertrauen und gibt ihm Mut für neue Herausforderungen.

EINS ZWEI DREI

TIER



BÜCHERGILDE GUTENBERG

NADIA BUDDE

Sprache

Kommunikation wird mit Freude erlebt

Sprachentwicklung beginnt schon mit dem Hören im Mutterleib. Nach der Geburt hört und erlebt das Kind Geräusche und Töne in seiner Umwelt. Beim Lallen und Brabbeln experimentiert es mit den Lauten. Langsam entwickeln sich daraus die ersten Wörter. Aus den Reaktionen seiner Umwelt erfährt das Kind, dass seine Lautäußerungen Wirkung haben. Mit Lauten und auch mit Lautstärken macht es erste Erfahrungen mit Kommunikation.

Häufiges Sprechen mit dem Kind fördert den Wortschatz, die Satzbildung und das Denkvermögen. Singen, kleine Fingerspiele, Reime unterstützen die Erfahrungen mit dem Sinngehalt von Wörtern und Redewendungen und helfen den richtigen Sprachrhythmus zu finden.

Darüber hinaus wird Kommunikation mit Freude erlebt.

Bis die Kinder in die Kindertageseinrichtung kommen, haben sie bereits eine Vielfalt an Erfahrungen mit Sprache gemacht. Der größte Spracherwerb findet in den ersten 5 Lebensjahren statt. Die wichtigste Voraussetzung dafür ist das Vorbildverhalten in der Familie von Anfang an.

Wie können Eltern die Sprachentwicklung ihres Kindes fördern?

- Sprechen Sie viel und häufig mit Ihrem Kind.
- Vorlesen, Singen, Fingerspiele, Reime, Gedichte fördern die Sprachentwicklung.
- Versuchen Sie im Gespräch mit dem Kind die Dinge richtig zu benennen.
- Achten Sie auf eine klare Aussprache.
- Sprechen Sie in vollständigen Sätzen.
- Machen Sie ausreichende Sprechpausen zum Nachfragen.
- Begleiten Sie Ihr eigenes Handeln sprachlich. Sprechen Sie auch über Ihre Gefühle.
- Sprechen Sie mit Ihrem Kind in Ihrer Muttersprache.
- Zeigen Sie dem Kind, dass Sie zuhören. Nehmen Sie sich Zeit und halten Sie Blickkontakt. Fragen Sie nach.



Ernährung ist mehr als Nahrungsaufnahme

Spezielle Lebensmittel nur für Kinder?

Nach der Umstellung auf feste Nahrung sollte die Ernährung des Kleinkindes an die eines Erwachsenen angepasst werden. Das bedeutet eine tägliche Einnahme von 3 Hauptmahlzeiten sowie 2 bis 3 kleinere Zwischenmahlzeiten.

Grundlage für die Entwicklung des Kindes ist eine abwechslungsreiche Vollkost, die sich im wesentlichen aus Vollkornprodukten (die auch gemahlen sein dürfen), Kartoffeln, frischem Obst und Gemüse, Milch und Milchprodukten, Fleisch (1 mal die Woche) und Fisch (1 – 3 mal die Woche) zusammensetzt.

Es sind keine so genannten Kinderlebensmittel erforderlich, wie sie die Werbung vielfach anpreist, z. B. süße Pausensnacks, gesüßte Getränke, kleine Würstchen oder Kleinkuchen. Sie enthalten zu viel Zucker, Fett, künstliche Aroma- und Farbstoffe und kaum Vitamine. Vitamine werden aber benötigt, um das gesunde Wachstum des Kindes zu fördern.

Regeln, die helfen, gesunde Essgewohnheiten anzunehmen:

- Denken Sie daran, dass Sie auch in Ihren Ernährungsgewohnheiten ein Vorbild für Ihr Kind sind.
- Essen Sie mit Ihrem Kind in Ruhe gemeinsam und nicht vor dem Fernseher.
- Kochen Sie nicht nur die Lieblings Speisen Ihres Kindes, sondern führen Sie es frühzeitig auch an neue, ihm unbekannte Speisen heran. Dadurch kann eine abwechslungsreiche und ausgewogene Kost unterstützt werden.
- Bieten Sie zum Essen und als Zwischenmahlzeit frisches Obst und Gemüse an.
- Verbieten Sie Ihrem Kind keine bestimmten Nahrungsmittel. Das bewirkt oft das Gegenteil.
- Treffen Sie mit Ihrem Kind Vereinbarungen, wie viel kleine Naschwaren in der Woche gegessen werden dürfen. So lernt Ihr Kind sich diese einzuteilen.
- Trösten, belohnen oder bestrafen Sie Ihr Kind nicht mit dem Essen. Essen ist kein Erziehungsmittel.
- Helfen Sie Ihrem Kind seinen Hunger einschätzen zu lernen und sich eine entsprechende Portion zu nehmen.
- Achten Sie darauf, dass Ihr Kind das Essen nicht hinunterschlingt, sondern sich Zeit lässt. Nur so kann es ein Gefühl für Sättigung entwickeln.
- Respektieren Sie es, wenn Ihr Kind sagt, dass es satt ist.



Rituale

Rituale geben Sicherheit

Unser Leben findet innerhalb von Ritualen statt. Wir gehen täglich zu einer bestimmten Zeit zur Arbeit, wir essen zu bestimmten Zeiten und wir treffen uns regelmäßig mit Freunden und Verwandten.

Rituale sind Verhaltensweisen, die sich in einer bestimmten Form regelmäßig wiederholen. Sie sind für unseren Alltag lebenswichtig und erleichtern das Leben, denn es muss nicht ständig neu überlegt werden, wie man in bestimmten Situationen handelt. Rituale geben unserem Leben ein Gerüst. Sie werden übernommen und weitergegeben. Manchmal können und müssen sie aber auch verändert oder aufgegeben werden.

Rituale helfen Kindern Sicherheit und Geborgenheit zu erfahren. Sie fördern die Selbstständigkeit und Eigenverantwortung.

Beispiele für erfolgreiche Rituale:

Morgen-Ritual:

- verlässliches Wecken
- gemeinsames Frühstück

Essens-Ritual:

- regelmäßige Mahlzeiten, nach Möglichkeit gemeinsam, ohne Fernsehen, Radio oder Kassette

Konflikt-Ritual:

- z. B. Leitfaden zur Konfliktlösung und Versöhnungsritual aus der Broschüre „Mut zur Erziehung“

Hausaufgaben-Ritual:

- feste Zeiten
- gleicher Ort
- ruhige Umgebung

Abend-Ritual:

- Körperpflege
- ruhiges Ausklingen des Tages, z. B. mit Vorlesen oder Gespräch statt Fernsehen



Lernen mit allen Sinnen

Lernen beginnt vor der Geburt.

Erfolgreiches Lernen vollzieht sich, wenn möglichst viele Sinne beteiligt sind: sehen, hören, riechen, fühlen, schmecken. Schon im Mutterleib macht der Embryo Erfahrungen mit seiner Umwelt und hat Sinneswahrnehmungen: Er hört Geräusche, kennt die Stimme seiner Mutter, spürt die Wärme, schmeckt Fruchtwasser und tastet bereits. Embryos nehmen auch wahr, wie sich ihre Mutter fühlt.

Menschen nehmen über ihre Sinne die Umwelt wahr. Entsprechend kann ihr Lernen gefördert oder verlangsamt werden durch zu wenige, zu viele oder zu einseitige Sinneseindrücke.

Gute Lernerfahrungen mit Hilfe der Eltern:

- Sprechen Sie möglichst alle Sinne an.
- Vermeiden Sie eine Überreizung, indem alle überflüssigen Reizquellen ausgeschaltet werden, z. B. Radio, Fernsehen, Handy, ...
- Lassen Sie Ihr Kind am Alltagsgeschehen zunehmend teilhaben, z. B. beim Kochen, Einkaufen, Reparieren, ...
- Lassen Sie Ihr Kind Ihre Liebe spüren durch Körpernähe und indem Sie ihm verlässliche Zeiten Ihrer ungeteilten Aufmerksamkeit schenken.
- Lassen Sie Ihr Kind Freude am Lernen entwickeln, indem Sie es Dinge selbst entdecken lassen und seine Erfolge anerkennen.
- Vermeiden Sie Überforderung, indem Sie feste Ruhephasen im Alltag vorsehen. Die kreativsten Ideen entwickeln sich aus der Entspannung, denn: In der Ruhe liegt die Kraft.



Wegweiser für meine Eltern



- Lass mich neugierig sein und die Umwelt entdecken, damit ich meine eigenen Interessen finden kann.
- Lass mich selbstständig werden.
Nimm mir nicht jede Anstrengung.
- Sage mir niemals, dass du mich nicht lieb hast, auch wenn ich nicht das mache, was du willst.
- Wenn ich etwas gefragt werde, lass mich selbst antworten.
- Gib mir die Chance auch Fehler machen zu können, denn daraus lerne ich.
- Gib mir die Möglichkeit, mich viel zu bewegen.
Hab keine übertriebene Angst, dass ich mich verletzen könnte. Das verunsichert mich.
- Achte auf meine gesunde Ernährung!
- Lass mir genügend Zeit zum Spielen, denn auch dabei lerne ich.
- Ich brauche nicht ständig neues Spielzeug.
Lass mir die Zeit, mich mit einer Sache intensiv zu beschäftigen.
- Die Zeit mit dir zu verbringen ist mir wichtiger als fern zu sehen, im Internet zu surfen oder am Computer zu sitzen.

**Leben ist Lernen –
Lass mich die Welt begreifen!**

Wir danken den folgenden Sponsoren,
die den Druck dieser Broschüre ermöglicht haben:

Lions-Club
Rodgau-Rödermark

Firma Mewa,
Textil- Dienste, Rodgau GMBH

Sparkasse Dieburg

SPD-Frauen Rodgau

Schülerhilfe Rodgau