

2021

Ratgeber
Grundschule 1 bis 4
für eine erfolgreiche Grundschulzeit



Stadt
Gelsenkirchen



© stock.adobe.com – svetaorlova

Impressum

Herausgeber:

WIKOMmedia Verlag

für Kommunale- und Wirtschaftsmedien GmbH

Blaumeisenstr. 9, 82140 Olching

Registergericht München HRB Nr. 216280;

USt.IdNr.: DE 298734057

Geschäftsführung:

Peter F. Schneider,

Telefon: +49 8142 4222954, Fax: + 49 8142 4222955

E-Mail: info@wikom-media.de,

Web: www.wikom-media.de

In Zusammenarbeit mit:

Stadt Gelsenkirchen,

Referat Bildung, Florastraße 26, 45879 Gelsenkirchen

Verantwortlich für den redaktionellen Inhalt:

WIKOMmedia GmbH und Stadt Gelsenkirchen,

Referat Bildung, Florastraße 26, 45879 Gelsenkirchen

Verantwortlich für den Anzeigenteil:

WIKOMmedia Verlag für Kommunale- und

Wirtschaftsmedien GmbH, Peter F. Schneider

Quellennachweis für Fotos/Abbildungen:

Umschlag: Matthias Stolt – contrastwerkstatt – stock.adobe.com,

Illustrationen: strichfiguren.de – stock.adobe.com,

Fotos: Nachweise stehen bei den jeweiligen Abbildungen

Grafik & Satz: INWIEDU – Hoyer und Müller GbR,

Am Sandberg 10, 86415 Mering, E-Mail: info@inwiedu.de

Druck: Wicher Druck, Otto-Dix-Str. 1, 07548 Gera

Titel, Umschlaggestaltung sowie Art und Anordnung des Inhalts sind zugunsten des jeweiligen Inhabers dieser Rechte urheberrechtlich geschützt. Nachdruck und Übersetzungen in Print und Online sind, auch auszugsweise, nicht gestattet.

Kommunal Regional Emotional

WIKOMMEDIA
Wirtschaft Kommunal Multi media

Auflage 2020

Vorwort

Liebe Eltern,

Ihr Kind wird im nächsten Jahr zur Schule gehen.

Mit der Einschulung beginnt ein neuer Lebensabschnitt, eine neue Stufe der Selbstständigkeit, Ihr Kind wird viel lernen und neue Freundschaften schließen.

Viele Kinder „fiebern“ erwartungsvoll diesem Ereignis entgegen.

Die Stadt Gelsenkirchen bemüht sich mit Ihnen, Ihrem Kind eine erfolgreiche Schullaufbahn zu ermöglichen.

Der vorliegende Elternratgeber, den der WIKOMmedia Verlag in Zusammenarbeit mit der Stadt Gelsenkirchen herausgibt, beantwortet viele Elternfragen rund um das Thema Einschulung. Er liefert zahlreiche Tipps und Ideen, wie Sie Ihr Kind optimal auf die Schulzeit vorbereiten können. Außerdem erhalten Sie viele Hinweise und Anregungen, wie Sie Ihr Kind zu Beginn der Schulzeit bestmöglich unterstützen können.

Weitere Informationen erhalten Sie in der Grundschule, im Schulamt für die Stadt Gelsenkirchen oder im Referat Bildung.

Ich wünsche Ihrem Kind einen guten Start in die Schule.



Annette Berg
Beigeordnete für Kultur, Bildung, Jugend, Sport und
Integration der Stadt Gelsenkirchen

Inhaltsverzeichnis

Impressum.....	U2	Das braucht Ihr Kind für die Schule	18
Vorwort.....	1	Die Gesundheit Ihres Kindes	21
Inhaltsverzeichnis	2	Die Grundschulzeit – eine Herausforderung für Kind und Eltern.....	29
Branchenverzeichnis.....	3	Vorsorge und Sicherheit	30
So geht Schule in NRW!.....	4	Endlich darf ich in die Schule.....	31
Ohne Sprache kein erfolgreiches Lernen – die Sprachstandsfeststellung.....	5	Mittendrin in der Grundschule.....	32
Inklusion: Chancen und Möglichkeiten für Schülerinnen und Schüler mit und ohne Behinderung.....	5	Schulprobleme – Lernprobleme.....	36
Vom Kindergarten in die Schule – Ende und Neubeginn.....	6	Die Freizeit ist sehr wichtig!.....	40
Stichtagsregelung – Wann beginnt die Schulpflicht? Anmeldung zur Grundschule.....	7	Außerschulische Lernorte in Gelsenkirchen.....	44
Die neue Impfpflicht – das müssen Sie nun wissen.....	9	Städtische Jugendzentren, Bau- und Abenteuerspielplätze	46
Schon vor dem ersten Schultag	10	Finanzielle Unterstützung: „Gefördert! Damit Ihr Kind weiterkommt“	47
Wichtige Tipps zum Schulstart.....	12	Die Grundschulempfehlung	48
		Stichwortverzeichnis	U3

U=Umschlagseite

Jetzt auf bis zu 300 Mbit/s im Glasfasernetz beschleunigen.

**MIT LICHTGESCHWINDIGKEIT
INS INTERNET DER ZUKUNFT.**

SCHON AB 19,90 € *
INS NETZ
UNSERER REGION

www.gelsen-net.de

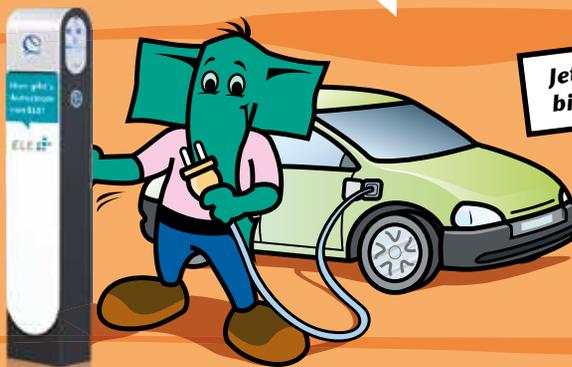


*Die HighSpeed-Produkte sind in ausgewählten Ausbaugebieten verfügbar. Alle Aktionen nur für Neukunden, in deren Haushalt in den letzten 6 Monaten kein HighSpeed-Anschluss von GELSEN-NET vorhanden war. Alle Aktionen nur für Kunden, die in den letzten 6 Monaten nicht selbst bzw. eine im selben Haushalt lebende Person HighSpeed-Kunde von GELSEN-NET waren. Aktionen nicht kombinierbar mit anderen Aktionen oder Vorteilen. Alle Tarife, soweit technisch möglich, Preise mtl. gemäß Preisliste. Telefon-Flatrate ins dt. Festnetz, ausgenommen Sonderrufnummern und Internet-Einwahlrufnummern. Kein Call-by-Call und keine Preselection möglich. Anschlusshardware während der Vertragslaufzeit kostenlos (Versandkostenpauschale 9,90€). Mindestvertragslaufzeit 24 Monate. Weitere Informationen siehe Produktunterlagen.

Branchenverzeichnis

		Seite			Seite
Bibliothek	Stadtbibliothek	13	Logopädie	Logopädische Praxis Lau und Lechtenberg	37
Energie	Emscher Lippe Energie GmbH	3		Praxis für Logopädie Andrea Merker	36
Ergotherapie	Praxis für Ergotherapie Gunhild Butteweg	39		Praxis für Logopädie Dipl.-Päd. Simone Siemes	37
	Praxis für Ergotherapie Martina Erbeck	39		Praxis für Logopädie Yildiz Tohit	37
	Praxis für Ergotherapie Zerin Yilmaz Weinzierl	38	Nachhilfe	Nachhilfe-Schule Göke-Fritsch	38
Hals-Nasen-Ohren-Arzt	Gemeinschaftspraxis Drs. Teschendorf, Rothmeier	24	Schulbus	Bochum-Gelsenkirchener Straßenbahnen AG	17
Internet	GELSEN-NET Kommunikationgesellschaft mbH	2	Schulprobleme	Kompetenzzentrum für Kommunikation	36
Kieferorthopädie	Dr. med. dent. Michael Weichsel und Team	26	Sparkasse	Sparkasse Gelsenkirchen	15
Kliniken	Kinder- und Jugendklinik Marienhospital Gelsenkirchen GmbH	28 23	Sportparadies	Stadtwerke Gelsenkirchen GmbH	41
Krankenkasse	IKK classic Landesdirektion Westfalen-Lippe	34	Wohnungsanbieter	Vivawest Wohnen GmbH	11
			Zoom	Stadtwerke Gelsenkirchen	43
			Erlebnisswelt		

Ihr nächstes Auto? Ein Elektroauto!



Jetzt umsteigen mit bis zu **7.500 Euro** Förderung!

Günstiger Autostrom • Innovative Ladetechnik • Starke Förderzuschüsse

Starten Sie durch in die Zukunft! ELE unterstützt Ihren Umstieg auf ein Elektroauto mit extragünstigen Autostrom-Tarifen und innovativer Ladetechnik, z.B. für Ihre eigene Stromtankstelle. Dazu gibt's starke Neuwagen-Förderungen: von ELE und dem Land

NRW bis zu 1.500 Euro für die Anschaffung neuer ELE Ladetechnik, vom Staat bis zu 6.000 Euro Kaufprämie. Alle Infos unter www.ele.de/e-mobility.

www.ele.de/e-mobility



So geht Schule in NRW!

„Jeder junge Mensch hat ohne Rücksicht auf seine wirtschaftliche Lage und Herkunft und sein Geschlecht ein Recht auf schulische Bildung, Erziehung und individuelle Förderung.“ So bestimmt es das Schulgesetz.

Ziel der Schule ist es, die Schülerinnen und Schüler dabei zu unterstützen, ihre Person zu entfalten, selbstständig Entscheidungen zu treffen, Verantwortung für das Gemeinwohl sowie für Natur und Umwelt zu übernehmen.

Das nordrhein-westfälische Schulsystem gliedert sich in Grund- und Sekundarschulen. Die Grundschule, auch Primarstufe genannt, umfasst die Klassen 1 bis 4. Sie wird von allen Kindern besucht und ist die Basis unseres Bildungssystems.

Nach der Grundschule stehen den Eltern für ihre Kinder verschiedene Wege offen. Die Sekundarstufe I besteht aus den Schulformen des gegliederten Schulwesens (Gesamtschule, Sekundarschule, Hauptschule, Realschule, Gymnasium). Sie umfasst die Jahrgangsstufen 5 bis 10 in der Sekundarschule und in Haupt- und Realschulen sowie die Jahrgangsstufen 5-13 in Gesamtschulen und Gymnasien. In der Hauptschule, Realschule und im Gymnasium werden jeweils die Klassen 5 und 6 als Erprobungsstufe geführt.

Die Erprobungsstufe dient der Einführung in die jeweilige Schulform und auch der Feststellung, ob die Kinder dort ihren Potenzialen entsprechend gefördert werden können. Innerhalb dieser Stufe gehen die Schülerinnen und Schüler in der Regel von der Klasse 5 in die Klasse 6 über. Am Ende der Klasse 6 entscheidet die Erprobungsstufenkonferenz, ob die Schülerin oder der Schüler an der gewählten Schulform weiter bestmöglich gefördert werden kann. Alle Schulformen ermöglichen Ihrem Kind unterschiedliche Wege zum Abitur. Das Gymnasium und die Gesamtschule verfügen über eine eigene Oberstufe. An der Sekundarschule, den Haupt- und Realschulen können Schülerinnen und Schüler mit einem Abschluss der Sekundarstufe I und einem entsprechend guten Notendurchschnitt in die gymnasiale Oberstufe eines Berufskollegs, einer Gesamtschule oder eines Gymnasiums wechseln und das Abitur erlangen.

Im Anschluss an die Sekundarstufe I können die Schülerinnen und Schüler ihren Bildungsweg auch am Berufskolleg fortsetzen. Dort können neben einer beruflichen Qualifizierung alle schulischen Abschlüsse erworben und nachgeholt werden. Unabhängig davon, ob junge Menschen eine Ausbildungsvorbereitung, eine duale Ausbildung, eine berufliche Weiterqualifizierung oder ein Studium anstreben: am Berufskolleg kann jeder seinen Weg finden.



Ohne Sprache kein erfolgreiches Lernen – die Sprachstandsfeststellung

Die altersgemäße Sprachentwicklung Ihres Kindes und die Beherrschung der deutschen Sprache sind notwendige Voraussetzungen für ein erfolgreiches Lernen in der Schule. Auch in der späteren Ausbildung und im Beruf bleibt Sprachkompetenz ein ganz wesentlicher Erfolgsfaktor.

Die gesetzlichen Regelungen in NRW gewährleisten, dass Feststellung und Förderung der Sprachentwicklung möglichst in den Alltag integriert werden. Damit können sie kindgerecht erfolgen. Dadurch wird die Grundlage für eine früh einsetzende Sprachförderung gelegt mit dem Ziel, eine stabile Grundlage auch für den schulischen Lernerfolg zu schaffen. So können die Bildungschancen für alle Kinder erhöht werden. Gleichzeitig wird mehr Bildungsgerechtigkeit erreicht.

Sprachtests durch Grundschullehrkräfte werden nur noch bei den Kindern durchgeführt,

- die mit 4 Jahren noch keine Kita besuchen
- deren Eltern der Bildungsdokumentation in der Kindertageseinrichtung nicht zugestimmt haben.



Inklusion: Chancen und Möglichkeiten für Schülerinnen und Schüler mit und ohne Behinderung

Der Begriff „Inklusion“ beschreibt einen wesentlichen Wert innerhalb einer Gesellschaft, die die Unterschiede der Menschen anerkennt, sie annimmt und so die Diskriminierung und Ausgrenzung von Menschen mit einer Behinderung ausschließt. Was bedeutet das für unser Schulsystem? Kinder mit und ohne Behinderungen besuchen die gleiche Schule, gehen in die gleiche Klasse. Alle Kinder können an Bildungsangeboten teilhaben und Vielfalt als Chance begreifen. Sie können gemeinsam lernen, miteinander spielen und sich gegenseitig unterstützen.

Das Recht auf Bildung für Menschen mit Behinderungen in einem inklusiven Schulsystem wird im „Übereinkommen der Vereinten Nationen über die Rechte der Menschen mit Behinderungen“ (UNBRK) festgeschrieben. Es ist 2009 für die Bundesrepublik Deutschland in Kraft getreten. In Nordrhein-Westfalen ist mit dem 9. Schulrechtsänderungsgesetz das gemeinsame Lernen von Schülerinnen und Schülern mit und ohne Bedarf an sonderpädagogischer Unterstützung im Schulgesetz verankert.

Viele Grundschulen in Gelsenkirchen verfügen bereits seit mehreren Jahren über Erfahrungen im Gemeinsamen Lernen. Sie entwickeln inklusive Schulkonzepte, um das Schulleben, das Lernen und die Erziehung so zu gestalten, dass sie die Vielfalt und Teilhabe aller Schülerinnen und Schüler – unabhängig ob mit oder ohne sonderpädagogischem Unterstützungsbedarf – berücksichtigen.

Vermuten Eltern/Erziehungsberechtigte aufgrund der bisherigen Entwicklung ihres Kindes, dass ein sonderpädagogischer Unterstützungsbedarf besteht, können sie ihr Kind an der wohnortnächsten Grundschule anmelden. Dort können sie einen Antrag zur Feststellung des sonderpädagogischen Unterstützungsbedarfs stellen. Eltern von Kindern, bei denen der Bedarf festgestellt wurde, haben einen Anspruch darauf, dass Ihnen zumindest ein Platz an einer allgemeinen Grundschule mit Gemeinsamem Lernen angeboten wird. Die Eltern können für ihr Kind, abweichend von der allgemeinen Schule, weiterhin die Förderschule wählen.

Vom Kindergarten in die Schule – Ende und Neubeginn

Der Übergang vom Kindergarten in die Grundschule stellt Eltern und Kinder vor neue Herausforderungen. Im Kindergarten gehört das Kind zu den „Großen“. Es hat viel gelernt und wichtige Entwicklungsschritte vollzogen. „Ich bin ein Vorschulkind!": in dieser Aussage steckt jede Menge Stolz und Vorfreude, aber auch eine Spur Unsicherheit. In den Tageseinrichtungen für Kinder gibt es unterschiedlichste Angebote für die Vorschulkinder. Im Laufe ihrer Kindergartenzeit erwerben die Kinder wichtige Vorschulkompetenzen:

- Selbstständigkeit
- Konzentrationsfähigkeit
- Anstrengungsbereitschaft
- Sozialverhalten
- Sprachverständnis
- Wahrnehmungsfähigkeit
- Zahlenverständnis
- Motivation und Neugier
- Kooperationsfähigkeit
- Kontaktfreudigkeit
- Selbstbewusstsein
- fein- und grobmotorische Fähigkeiten

Abschied gehört auch dazu:

Ihr Kind wird viele Freunde aus dem Kindergarten auch in der Schule treffen. Allerdings gibt es auch Freunde, die in andere Schulen wechseln oder erst später eingeschult werden. Diese Freundschaften sollten an den Nachmittagen und Wochenenden weiter gepflegt werden. Auch der gewohnte Alltag im Kindergarten muss nun dem Schulalltag weichen. Einige Bastelarbeiten oder Erinnerungsfotos aus der Kindergartenzeit können den Übergang erleichtern. Lassen Sie Ihr Kind Erfahrungen mit Verantwortung und Selbstständigkeit machen. Sie werden überrascht sein, mit welchem Gespür und Enthusiasmus die Kinder kleine Aufgaben übernehmen und wie stolz sie darauf sind.

Kinder entwickeln gerne selbst fantasievolle Spielideen. Durch das Miteinander mit gleichaltrigen Spielkameraden sammeln sie wichtige Erfahrungen im Umgang untereinander.

Kinder wollen ganz viel Neues erfahren und erleben:

So manche Bilderbücher oder Spiele im Kindergarten oder auch zuhause bieten nichts Interessantes mehr. Jetzt sind neue Herausforderungen gefragt. Da sind die Vorlesebücher der älteren Geschwister oder auch Sachbilderbücher zu den verschiedensten Themen schon viel spannender. Für die Kinder wird es immer wichtiger, auch bekannte Tätigkeiten einmal selbst auszuprobieren. Nutzen Sie die Elternsprechtage in den Tageseinrichtungen für Kinder, um mit den Fachkräften zu überlegen, wie Sie ihr Kind zu Hause unterstützen können, damit der Übergang gut gelingen kann.

Vorschulkinder interessieren sich brennend für alle Themen zur Schule.

Die Schule wird das beherrschende Thema in den Spielen mit anderen Kindern sein. So setzt sich Ihr Kind mit der kommenden Schulzeit auseinander. Da ist es auch ganz wichtig, was Freunde oder Nachbarkinder für einen Tornister oder eine Schultüte haben.



Tipps

- Nutzen Sie die Elternsprechtage in den Tageseinrichtungen für Kinder, um mit den Fachkräften zu überlegen, wie Sie Ihr Kind zu Hause unterstützen können, damit der Übergang gut gelingen kann.
- Schaffen Sie für Ihr Kind einen Ort, an dem es ungestört ist.
- Fördern Sie die spielerische Annäherung Ihres Kindes an den Schulstart.

Stichtagsregelung – Wann beginnt die Schulpflicht? Anmeldung zur Grundschule

Schulfähigkeit – was ist das?

Alle schulpflichtigen Kinder eines Jahrgangs werden in Nordrhein-Westfalen in die Schuleingangsphase der Grundschule aufgenommen und dort entsprechend gefördert. Eine Ausgrenzung von Kindern, denen früher eine Schulfähigkeit nicht bescheinigt wurde, findet nicht mehr statt. Die Schulfähigkeit wird als gemeinsame Aufgabe von Eltern, Erziehern/-innen, Pädagogen/-innen und den schulärztlichen Diensten verstanden. Schulpflichtige Kinder können nur noch in Ausnahmefällen aus erheblichen gesundheitlichen Gründen für ein Jahr zurückgestellt werden. In der Schuleingangsphase haben die Schulen die Verpflichtung, die Kinder individuell zu fördern. Um diese Aufgabe zu erfüllen, entwickeln die jeweiligen Schulen ein internes Förderkonzept, um den individuellen Bedürfnissen der Kinder gerecht zu werden. Diese Leitidee der individuellen Förderung des Schulgesetzes Nordrhein-Westfalens erlaubt es schnell lernenden Kindern, die Schuleingangsphase in nur einem Jahr zu durchlaufen, langsam lernende Kinder haben bis zu drei Jahre Zeit.

Der Stichtag

Die 5. Schulrechtsänderung in Nordrhein-Westfalen vom 30.03.2011 legt fest, dass alle Kinder, die bis einschließlich 30. September eines Jahres sechs Jahre alt werden, schulpflichtig sind. Eltern, deren Kinder nach diesem Tag geboren sind, können eine vorzeitige Einschulung bei der Grundschule beantragen. Die Schulleitung entscheidet darüber gegebenenfalls aufgrund eines schulärztlichen Gutachtens und nach eingehender Beratung mit den Eltern.

Die Schulanmeldung

Alle Eltern, deren Kind schulpflichtig wird, werden etwa ein Jahr vor Schulbeginn vom Referat Bildung schriftlich über das Anmeldeverfahren informiert. Da die Schulbezirke aufgehoben wurden, werden Sie gebeten, Ihr Kind an einer Grundschule Ihrer Wahl anzumelden. Die Anmeldung zur Grundschule bedeutet noch nicht automatisch, dass Ihr Kind auch wirklich aufgenommen ist. Grundsätzlich gilt zwar, dass Ihr Kind einen Anspruch darauf hat, die wohnortnächste Grundschule zu besuchen, aber nur insofern die Aufnahmekapazität dieses zulässt. Neben

den Gemeinschaftsgrundschulen können sich die Eltern auf Wunsch auch für Bekenntnisgrundschulen entscheiden, wenn ihr Kind nach diesen Grundsätzen erzogen werden soll.

Offene Ganztagschule (OGS) in Gelsenkirchen

Die OGS ist ein gemeinsames tägliches Bildungsangebot von Gelsenkirchener Grundschulen mit anerkannten Trägern der Jugendhilfe und der Wohlfahrtspflege bis zum Nachmittag.

Mit der Arbeiterwohlfahrt, dem Bauverein Falkenjugend Gelsenkirchen e. V., dem Caritasverband Gelsenkirchen und dem Evangelischen Kirchenkreis Gelsenkirchen/Wattenscheid hat die Stadt Gelsenkirchen kompetente und leistungsstarke Kooperationspartner für die Durchführung der OGS gewinnen können.

Für Kinder bietet die OGS:

- Ganztagsbetreuung von 8:00 bis 16:00 Uhr, Lehrerinnen oder Lehrer bis 12:00 Uhr, OGS Mitarbeiterinnen oder Mitarbeiter ab 12:00 Uhr
- ein ausgewogenes Mittagessen
- Zeit und Raum für das Lernen und die Hausaufgaben
- Verlässlichkeit durch kompetente Ansprechpartnerinnen oder Ansprechpartner
- begleitete und offene Freizeitangebote
- abwechslungsreiche Angebote auch in der Ferienzeit
- Freunde treffen/Freundschaften knüpfen

Für Eltern/Erziehungsberechtigte bietet die OGS:

- Betreuungszeit bis 16:00 Uhr, an ausgewählten Standorten auch bis 17:00 Uhr (Randzeitenbetreuung)
- Betreuung in den Ferien möglich (nicht durchgehend, nicht standortgebunden und nicht verpflichtend)
- abwechslungsreiches und ausgewogenes Mittagessen
- Aufsicht beim Lernen und bei den Hausaufgaben
- Betreuung der Kinder durch qualifizierte und feste Bezugspersonen



- strukturierte Tagesabläufe durch verlässliche und verbindliche Betreuungszeiten und feste Abholzeiten
- Bildungsangebote z. B. im musisch-kulturellen, sozialen und sportlichen Bereich
- Die OGS ist eine schulische Veranstaltung, dadurch sind die Kinder über die Gemeindeunfallversicherung (GUV) versichert.

Organisatorisches

Die **Anmeldung** zur Offenen Ganztagschule in Gelsenkirchen erfolgt im Sekretariat der besuchten Grundschule.

Das **Entgelt** für die Offene Ganztagschule in Gelsenkirchen setzt sich aus dem OGS-Beitrag (GeKita/ Stadt Gelsenkirchen) und den Kosten für das Mittagessen (Träger) zusammen. Wie die Regelungen in den Kindertageseinrichtungen für Kinder sind die OGS-Beiträge einkommensabhängig.

Geschwisterkindregelung: Besuchen mehrere Kinder einer Familie gleichzeitig die OGS, entfallen die Beiträge für das zweite und jedes weitere Kind. Besucht ein Kind einer Familie eine Tageseinrichtung für Kinder und ein weiteres Kind bzw. weitere Kinder

gleichzeitig die OGS, ist nur der Beitrag für die Tageseinrichtung zu zahlen. Das Entgelt für die OGS beträgt dann 0,00 €.

Mittagessen: Ein Zuschuss zum Mittagessen kann im Rahmen des Bildungs- und Teilhabepaketes beantragt werden. Kontakt: GEFördert, Telefon 0209 / 169 3700.

Für die **Randzeitenbetreuung** fallen eigene Kosten an, weitere Informationen dazu erhalten Sie im Sekretariat der jeweiligen Schule.

Die Schuleingangsuntersuchung

Für alle Kinder, die in die Schule kommen, ist die Schuleingangsuntersuchung gesetzlich verpflichtend vorgeschrieben und erfolgt durch eine Ärztin oder einen Arzt des Referates Gesundheit der Stadt Gelsenkirchen. Der genaue Termin für diese Untersuchung wird Ihnen direkt vom Referat Gesundheit mitgeteilt. Die Vergabe von Untersuchungsterminen soll die Wartezeiten für Sie so kurz wie möglich halten, planen Sie bitte aber dennoch mindestens 60 Minuten für diese wichtige Untersuchung Ihres Kindes ein. Zur Schuleingangsuntersuchung und -beratung bringen Sie bitte das Vorsorgeheft und den Impfausweis Ihres

Kindes sowie die vorhandenen ärztlichen und psychologischen Befunde/Briefe mit. Es ist gegebenenfalls auch sinnvoll, zuvor den Impfstatus Ihres Kindes bei Ihrem/Ihrer Kinderarzt/-ärztin überprüfen und, wenn nötig, vervollständigen zu lassen. Nach der Datenerfassung zur Entwicklung Ihres Kindes, des Vorsorge- und Impfstatus sowie der Frage nach speziellen, insbesondere gesundheitlichen Problemen, erfolgt eine einheitliche Untersuchung für alle Kinder.

Eine Zurückstellung vom Schulbesuch ist nach aktueller Gesetzeslage nur noch aus erheblichen gesundheitlichen Gründen vorgesehen.

Alle schwerwiegenden akuten und chronischen Erkrankungen werden eingehend besprochen und es

wird gemeinsam überlegt, wie die Bewältigung des Schulalltags für Ihr Kind möglich ist. Letztlich trifft die Schulleitung aufgrund der schulärztlichen Stellungnahme möglichst im Einvernehmen mit den Eltern hier eine Entscheidung. Die Ergebnisse der Schuleingangsuntersuchung werden mit den Eltern auch dahingehend besprochen, dass bei gesundheitlichen Problemen notwendige Therapien oder Fördermaßnahmen empfohlen werden. Sollte es der Fall sein, dass ein Kind im Regelschulbereich überfordert ist, können auch alternative Möglichkeiten einer besonderen Beschulung des Kindes besprochen werden.

Die Schulleitung erhält, ebenso wie die Eltern, über die Ergebnisse der Schuleingangsuntersuchung vom Schularzt ein kurzes schriftliches Gutachten.

Die neue Impfpflicht – das müssen Sie nun wissen

Die neue Impfpflicht trat am 1. März 2020 in Kraft. Das bedeutet, dass alle Kinder ab dem ersten Lebensjahr (beim Eintritt in Schule oder Kindergarten) die vorgeschriebene Masernimpfung vorweisen müssen. Ebenso betrifft das beispielsweise nach 1970 geborene Personen wie Lehrer oder Erzieher.

Masern sind hochansteckend

Masern sind hochansteckend und gefährden insbesondere Babys und Kleinkinder bis fünf Jahren sowie Erwachsene. Bei einer Masernerkrankung gibt es verschiedene gefährliche Nebenwirkungen oder Spätfolgen wie bspw. Lungenentzündung oder Gehirnentzündung. Die Maserninfektion kann auch zum Tod führen. Kindergärten und Schulen verlangen den Nachweis der Masernimpfung durch ein ärztliches Attest oder durch Einsicht in den Impfausweis. Besuchen die Kinder bereits die Einrichtung, muss der Nachweis bis 31. Juli 2021 vorliegen.

Ordnungswidrigkeit: Bußgeld bei Impfweigerung

Bei Weigerung der Impfung können Bußgelder bis 2.500 Euro oder, wenn dies nichts bewirkt, Zwangsgelder verhängt werden. Das Bußgeld kann auch

an Einrichtungen verhängt werden, die nicht geimpfte Kinder zulassen. Bei Schulkindern, die der Schulpflicht unterliegen, erfolgt die Meldung an das Gesundheitsamt. Das Amt kann die Erziehungsberechtigten zum Gespräch laden oder weitere Maßnahmen einleiten.

Wann wird geimpft?

Die erste Impfung erfolgt in der Regel im Alter von 11 bis 14 Monaten (nach Absprache ab neun Monaten). Die zweite Impfung erhalten Kinder frühestens vier Wochen nach der ersten Impfung und spätestens Ende des zweiten Lebensjahres. Bei Impfungen kann es manchmal zu Impfreaktionen wie Hautrötung, Fieber oder Kopfschmerzen und, sehr selten, zu sogenannten „Impfmasern“ (nicht ansteckend) kommen. Die Masernimpfung erfolgt normalerweise zusammen mit den Impfstoffen gegen Mumps und Röteln (kurz: MMR-Impfung).

Quellen & weiterführende Informationen:

- www.bundesgesundheitsministerium.de/impfpflicht/faq-masernschutzgesetz
- www.rki.de/DE/Content/Infekt/EpidBull/Merkblaetter/Ratgeber_Masern



Schon vor dem ersten Schultag

Was ein Schulkind können sollte

Schon seit der Geburt hat Ihr Kind gelernt und Fähigkeiten entwickelt. Das hat sich im Kindergarten in der Gemeinschaft mit Gleichaltrigen fortgesetzt und nun wird die Schule den Weg des aktiven Lernens begleiten.

Geistige Entwicklung

- **Sehen, Beobachten und Erkennen:**
Mit allen Sinnen die Welt erfahren (Riechen, Sehen, Hören, Fühlen, Schmecken).
- **Sprechen und Sprache:**
Fast die gesamte Kommunikation und Wissensvermittlung findet mittels Sprache statt. Wissen und Fähigkeiten werden mit der Sprache weitergegeben und können sich so erst entwickeln.
- **Konzentration und Merkfähigkeit:**
Sich ganz intensiv mit Problemen und Aufgaben befassen, Gehörtes lernen, verarbeiten und wiedergeben.
- **Logisches Denken:**
Unterschiede, Gemeinsamkeiten, Zusammenhänge erkennen und daraus Schlussfolgerungen ziehen.

- **Zeitliche Orientierung:**
Aufgaben und Probleme innerhalb eines vorgegebenen Zeitrahmens lösen und sich so selbst organisieren.

Soziale Entwicklung

- **Orientierung:**
Sich in einer neuen Umgebung innerhalb einer großen Gruppe meist unbekannter Gleichaltriger zurechtfinden.
- **Kontaktfähigkeit:**
Zu anderen Kindern und Lehrern Beziehungen aufbauen und zusammenarbeiten.
- **Gemeinschaftsgefühl:**
Sich in eine neue Gruppe einfügen, dort mitbestimmen, einander helfen und im Sinne der Gemeinschaft handeln.
- **Selbstbewusstsein:**
Sich etwas zutrauen, sich melden und etwas beitragen.
- **Motivation:**
Interesse an Neuem entwickeln, lernen und entdecken wollen.
- **Regeln einhalten:**
Umgangsformen innerhalb der Gruppe und gegenüber anderen einhalten.

Körperliche Entwicklung

- Still sitzen:
Dem Bewegungsdrang nicht spontan nachgeben, sondern kontrollieren und verschieben.
- Körperbeherrschung:
Verschiedene Formen der Fortbewegung. Zum Beispiel: Hüpfen auf einem Bein, balancieren, gleichzeitige Koordination verschiedener Bewegungen und Körperfunktionen.
- Fingerfertigkeit:
Einen Stift richtig halten und verschiedene Formen genau zeichnen (Rundungen, kleine Striche, Schleifen).

Was ändert sich für Ihr Kind

Mit dem Beginn der Schulzeit verändert sich der Tagesablauf bisweilen für die ganze Familie, auf jeden Fall aber für Ihr Kind.

- Abends rechtzeitig ins Bett gehen und morgens früh aufstehen, sich waschen, anziehen, frühstücken und fertig machen, um pünktlich in der Schule zu sein.
- Den Schulweg nach einiger Zeit alleine zurücklegen.

- Sich in dem größeren Schulgebäude zurechtfinden, sich der neuen Lernsituation und den Pausenzeiten anpassen und viele neue Kinder und Erwachsene kennenlernen.
- Innerhalb des neuen Tagesablaufs an Schultagen sich die Zeit für Lernen, Schule, Freunde und Spielen einteilen.



WOHNEN, WO DAS SCHLÄGT

Wichtige Tipps zum Schulstart

Mit Ihrer Hilfe geht es ganz leicht

Mit der Schulanmeldung Ihres Kindes ist es nun endlich soweit, ein neuer Lebensabschnitt beginnt, für Kinder und Eltern. Gegen Ende der Kindergartenzeit hat Ihr Kind die Schule zusammen mit den anderen Vorschulkindern schon mal besucht. Bei diesem ersten Schulbesuch konnten die Kinder ihre künftige Lebenswelt schon ganz genau erleben und auf spielerische Art ein richtiges Schulkind sein. Wie fühlt es sich an, als Schulklasse im Klassenraum zu sitzen und vielleicht auch schon mal ein paar Buchstaben und Zahlen zu schreiben?

Ihr Kind wird nun auch mit neuen Regeln des sozialen Umgangs miteinander konfrontiert, die für den Schulalltag unerlässlich sind. Die Kinder müssen lernen, sich in die Klassengemeinschaft zu integrieren. Das heißt nicht nur für längere Zeit still sitzen und sich auf eine bestimmte Sache konzentrieren. Es bedeutet auch andere ausreden zu lassen. Wenn man selber etwas sagen möchte, muss man sich erst melden und darf erst nach Aufforderung sprechen.

Bis jetzt waren es die Kinder gewohnt, im Mittelpunkt zu stehen und meist sehr schnell die persönliche Aufmerksamkeit der Eltern oder Erzieherinnen

und Erzieher zu erhalten, die ihnen auch genügend Zeit widmeten. In diesem Punkt muss sich ein künftiges Schulkind erst noch umstellen. Die Regeln des sozialen Umgangs miteinander, um in einer größeren Gemeinschaft lernen zu können, sind zuerst eine erzieherische Aufgabe der Eltern. Sie erleichtern Ihrem Kind den Schritt in den neuen Lebensabschnitt Schule, wenn Sie auch schon lange im Voraus Ihr Kind bei dieser Umstellung unterstützen.

Gerade im Alltag ist es sehr einfach, die richtigen Verhaltensweisen einzuüben. Hier kann Ihr Kind schon lernen, auf Aufmerksamkeit etwas länger als gewohnt zu warten, auf das eine oder andere erst mal zu verzichten und sich auch im Gespräch an Regeln zu halten. Jemanden ausreden zu lassen, der im Gespräch ist, fällt vielen Kindern schwer, wenn sie sofort etwas wissen wollen oder etwas brauchen.

Sie als Eltern sind wie in allen anderen Lebensbereichen auch das prägendste Beispiel und wichtigste Vorbild. Sie übertragen Ihre eigenen Einstellungen zu Schule und Lernen und beeinflussen ganz wesentlich das Denken Ihres Kindes. Ermöglichen Sie Ihrem Kind einen unvorbelasteten Start und vermitteln Sie ihm ein positives Bild von Schule und Lernen.





Lesen macht Spaß! – Buchtipps zum Lesen und Vorlesen

Bücher sind ein wertvoller Bestandteil in der kindlichen Entwicklung. Von reinen Bilderbüchern über Vorlesebücher bis hin zu den Büchern, die Ihr Kind selbstständig lesen kann. In jeder Entwicklungsstufe und in jedem Alter bieten Bücher so viele Möglichkeiten, mit Ihrem Kind zu sprechen, zu spielen sowie neue Dinge und Situationen kennenzulernen. Dadurch lernt Ihr Kind nicht nur sehr viel über die Welt, die es umgibt, es regt die Fantasie an und auch der Wortschatz und das Sprachgefühl entwickeln sich ständig mit. Das Lesenlernen geht dann später fast von alleine. Auch dann, wenn Ihr Kind in der Schule schon lesen lernt, lesen Sie weiterhin vor, lesen Sie gemeinsam oder abwechselnd und fördern Sie so den Spaß am Lesen, am Lernen und Entdecken.

Den passenden Lesestoff für jedes Alter finden Sie in allen Buchhandlungen oder öffentlichen Bibliotheken. Nutzen Sie diese Möglichkeit und leihen Sie sich zusammen mit Ihrem Kind regelmäßig neue Bücher aus. Zum Geburtstag oder zu Weihnachten darf ein tolles Buch natürlich nie fehlen.

Medienkompetenz von Anfang an!

Der Bibliotheksausweis für Kinder - ein wichtiger Begleiter durch die Grundschulphase.

Sachbücher, Romane, CDs, DVDs, Spiele, Comics, Tonies, Konsolenspiele und vieles mehr

- **Kinderbibliothek im Bildungszentrum**
Ebertstr. 19, 45879 Gelsenkirchen, 0209 169 2817
- **Stadtteilbibliotheken Buer, Horst und Erle, MedienMobil**

stadtbibliothek.gelsenkirchen.de





Hier einige Buchtipps für Kinder und Eltern zum Vorlesen und selbst lesen:

Abenteuer Klassenzimmer
Meine schönsten Schulgeschichten
Verlag: Fischer Duden

4,99 €

Inhalt:

Schulgeschichten für Erstleser der 1. Klasse
Für Jan wird das Klassenzimmer zum Raumschiff.
Lisas Schulweg ist ein echtes Abenteuer. Und Merlin
sieht Gespenster auf dem Schulklo...

Dieser Sammelband aus der Erstlesereihe „Lese-
detektive“ von FISCHER Duden Kinderbuch enthält
gleich vier spannende Schulgeschichten im Ge-
schenkformat für die Schultüte der Erstklässler und
solche, die es werden wollen!

Er begleitet beim Lesenlernen und fördert systema-
tisch das Textverständnis. Der Lesedetektiv führt mit
Fragen und kleinen Leserätseln durch die Geschich-
ten. Mit einem Lesezeichen als Detektivwerkzeug
können die Kinder die richtigen Antworten selbst
entschlüsseln.

Von Anton bis Zylinder

Verlag: Beltz Der Kinderbuch Verlag

19,95 €

Inhalt:

Das Lexikon für Kinder. In über 1.450 Stichworten
werden Bereiche wie Politik und Geschichte genauso
berücksichtigt wie Pflanzen, Tiere, Menschen, Kultur,
Kunst und Technik. Über 1.000 farbige Abbildungen
veranschaulichen die Informationen.

Der Lexikon-Klassiker – jetzt vollständig überarbeitet.

Tipp

*Lesen ist das ganze Leben lang eine der wichtigs-
ten Voraussetzungen für erfolgreiches Lernen.
Kinder brauchen dazu die Unterstützung ihrer
Eltern.
Geben Sie Ihrem Kind viele Anregungen zum
Lesen und natürlich ausreichend altersgerechten
Lesestoff.*



Das erste Taschengeld

Taschengeld ist wichtig für Kinder, damit sie möglichst früh den Umgang mit Geld üben. Es ist ein wichtiger Schritt zur Selbstständigkeit und Autonomie. Spätestens wenn Kinder in die Grundschule kommen, sollten sie auch regelmäßig Taschengeld bekommen. Sie entwickeln ein Gefühl für den Wert der Dinge, lernen bei ihren Wünschen Prioritäten zu setzen und mit ihrem Geld zu haushalten.

Beachten Sie dabei einige wichtige Regeln: Zahlen Sie das vereinbarte Taschengeld regelmäßig und zuverlässig aus. Im Grundschulalter wöchentlich, denn erst ab neun bis zehn Jahren können Kinder einen ganzen Monat überblicken und ihr Geld einteilen. Taschengeld ist nicht an das Verhalten des Kindes oder z. B. an Hilfen im Haushalt gebunden. Taschengeld ist zur freien Verfügung Ihres Kindes bestimmt und es entscheidet zunächst selbst, wofür es das Geld ausgeben oder sparen möchte. Die Höhe des Taschengeldes sollte altersabhängig so



© stock.adobe.com – Nkontrastwerkstatt

bemessen sein, dass kleinere Einkäufe möglich sind und auch auf etwas größere Wünsche gespart werden kann. Schenken Sie Ihrem Kind auch eine Spardose, damit es etwas zurücklegen kann, später wird eventuell ein Jugend-Girokonto sinnvoll sein um auch etwas größere Beträge selbst zu verwalten.

**Sparen
lernen
ist einfach.**



sparkasse-gelsenkirchen.de

**KNAX-Konto – das mitwachsende
Taschengeldkonto.**

 **Sparkasse
Gelsenkirchen**



Der sichere Schulweg

Noch bevor der Schulalltag beginnen kann, steht der sichere Schulweg auf dem Programm. Die beste Vorbereitung ist rechtzeitiges Üben, denn vieles, was für Erwachsene im Straßenverkehr selbstverständlich ist, müssen Kinder erst lernen und trainieren. Das praktische Schulwegtraining ist daher eine wichtige Aufgabe der Eltern. Nicht der kürzeste Schulweg, sondern der sicherste Schulweg ist der beste. Wählen Sie eine Route, die aus kindlicher Sicht am übersichtlichsten ist und möglichst wenig Gefahrenpunkte enthält. Begleiten Sie Ihr Kind in der ersten Zeit auf seinem Weg in die Schule, damit es an Sicherheit gewinnt und alle Gefahrenpunkte kennt. Ein „Spaziergang“ auf dem Weg zur Schule reicht nicht aus. Üben Sie den Schulweg mehrfach und besprechen Sie dabei die möglichen Gefahrenquellen und Verkehrssituationen. Lassen Sie Ihr Kind die Geschwindigkeit und Entfernung von sich nähernden Autos schätzen, denn Kinder müssen das Gefühl dafür erst noch entwickeln. Gehen Sie den Schulweg auch vorab schon an Wochentagen zur richtigen Uhrzeit, um einen realistischen Eindruck über die tatsächliche Verkehrssituation zu gewinnen. Lassen Sie sich den Schulweg auch einmal von Ihrem Kind erklären, das prägt das Gelernte ein und zeigt Ihnen, wie sicher Ihr Kind schon ist.

Vereinbaren Sie den eingeübten Schulweg als verbindlich, von dem es nicht abweichen darf. Legen Sie gemeinsam auch weitere prägnante Regeln fest. Stopp am Bordstein, immer vor der Bordsteinkante stehen bleiben. Vor dem ersten Schritt auf die Straße immer „links – rechts – links“ schauen. Immer auf dem Fußweg bleiben. Solche einfachen Regeln werden später viel mehr beachtet als langwierige Erklärungen. Manchmal ergeben sich im Straßenverkehr aber auch unvorhergesehene Situationen. Besprechen Sie mit Ihrem Kind auch, was zu tun ist, wenn die Ampel nicht funktioniert oder ein parkendes Auto den Gehweg versperrt.

Erlauben Sie Ihrem Kind erst dann alleine zur Schule zu gehen, wenn Sie überzeugt sind, dass es der Situation im Straßenverkehr gewachsen ist. Ihr Kind wird sich alleine im öffentlichen Raum bewegen und obwohl das Risiko statistisch gering ist, muss es wissen, dass es niemals mit einem Fremden mitgehen darf. Besprechen Sie auch hier das richtige Verhalten. Die Fahrt mit dem Auto zur Schule sollte dennoch eher die Ausnahme sein. Durch den täglichen Schulweg lernen die Kinder, sich im Straßenverkehr sicher zu bewegen, sie lernen Gefahren richtig einzuschätzen und gewinnen an Selbstsicherheit. Viele Lehrkräfte bestätigen auch,

dass Kinder, die sich auf dem Schulweg an frischer Luft bewegt haben, ausgeglichener und konzentrierter sind als jene, die mit dem Auto gebracht werden.

Der Schulbus und öffentliche Verkehrsmittel

Liegt die Schule für einen Fußweg zu weit entfernt, kann Ihr Kind mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder einem Schulbus zur Schule fahren. Wer mit dem Bus fährt, sollte aber zunächst ein sicherer Fußgänger sein, um den kombinierten Fuß- und Busweg zu bewältigen.

Der Schulbus gilt als vergleichsweise sicheres Verkehrsmittel. Unfälle ereignen sich meist nur an den Haltestellen und beim Ein- und Aussteigen. Deshalb sollten Sie auch hier das richtige Verhalten und Warten an den

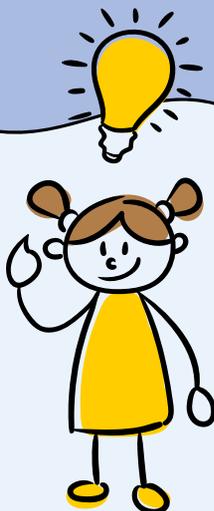
Haltestellen sowie das Ein- und Aussteigen üben. Nie vor oder hinter dem Bus die Fahrbahn überqueren und immer warten, bis der Bus wieder abgefahren ist. Dies ist eine der gefährlichsten Situationen. Erklären Sie das richtige Verhalten ganz genau, üben Sie das möglichst oft und weisen Sie auf die Gefahrenquellen hin.

Der Schulweg mit dem Fahrrad

Kinder sollten erst vom 5. Schuljahr an, also nach der Fahrradausbildung in der Grundschule, allein mit dem Rad zur Schule fahren. Im Grundschulalter sind Kinder mit dem Fahrrad im Straßenverkehr sehr schnell überfordert. Mehrere Tätigkeiten gleichzeitig, treten, lenken und gleichzeitig richtig reagieren, das ist in diesem Alter noch nicht möglich und das Radfahren sollte auf verkehrsfreie Bereiche beschränkt sein.

Bedenken Sie!

Die Verkehrserziehung Ihrer Kinder findet in erster Linie im Straßenverkehr statt. Üben Sie deshalb auf dem Schulweg Ihres Kindes das richtige Verhalten und seien Sie ein Vorbild!



The advertisement for 'SchokoTicket' features a central image of a chocolate bar wrapper with the 'VRR' logo. Handwritten text in white and yellow provides details: '24 Stunden am Tag, 365 Tage im Jahr!', 'Verzisst das Leben, ohne Kalorien', 'Für Schule und Freizeit', 'Für alle Busse, Bahnen, Nahverkehrszüge im gesamten Verkehrsraum Verbundraum', and 'Gültig im gesamten Verkehrsraum'. The BOGESTRA logo is in the top right corner. At the bottom, a blue banner reads 'SchokoTicket' and a dark blue banner reads 'Das Aboticket für Schüler'. An orange circle on the right says 'Als praktische Chipkarte'.



Das braucht Ihr Kind für die Schule

Kinderbekleidung

Mit dem Schulbeginn gewinnt auch das Thema Kinderbekleidung, vor allem hinsichtlich des Schulwegs, an Bedeutung. Neben der aktiven Verkehrssicherheit spielt auch die passive Verkehrssicherheit eine wichtige Rolle. Besonders in den Jahreszeiten, in denen es häufig mal regnerisch und neblig ist und die Sonnenstunden weniger werden, sollte Ihr Kind helle, bunte und auffällige Kleidung tragen, um von anderen Verkehrsteilnehmern möglichst früh gesehen zu werden. Achten Sie unbedingt auf Reflektoren an Jacken und Mänteln, die Sie als Aufnäher auch nachträglich anbringen können und vermeiden Sie dunkle Farben. Kinderkleidung muss natürlich zudem auch viel aushalten und praktisch sein. Berücksichtigen Sie beim Kleidungskauf, dass Ihr Kind die Sachen sowohl in der Schule als auch in der Freizeit tragen kann. Lassen Sie Ihr Kind seine eigene Individualität entdecken und auch seinen eigenen Modegeschmack entwickeln. Auch wenn sich dieser von dem Ihren deutlich unterscheidet, versuchen Sie im Zweifelsfall eher Kompromisse zu finden. Es nützt nämlich gar

nichts, wenn Ihr Kind widerstrebend die von Ihnen ausgewählte Mütze aufzieht, diese aber schon nach der ersten Querstraße wieder in der Schultasche verschwindet.

Sportoutfit für den Schulsport

Ihr Kind benötigt für den Sportunterricht in der Schule spezielle Sportkleidung. Für den Schulsport in der Halle eignet sich ein kurzärmeliges Shirt und eine Sporthose. Für draußen brauchen sie auch noch eine Sportjacke oder einen Fleecepulli. Die Kleidung sollte angenehm auf der Haut und atmungsaktiv sein, damit sich Ihr Kind in nasser Kleidung nicht verkühlen kann. In jedem Fall sind passgenaue Sportschuhe nötig, am besten Universal-Hallensportschuhe mit heller Sohle. Sie dämpfen Sprünge, schützen und schonen die Gelenke und verringern so deutlich das Verletzungsrisiko.

Sollte Ihr Kind eine Brille tragen, birgt dies im Sportunterricht zusätzliche Risiken, die Sie zum Beispiel mit einer Sportbrille vermeiden können. Lassen Sie sich dazu von Ihrem/Ihrer Optiker/-in beraten.

Im Turnbeutel sollten auch frische Socken und Waschzeug nicht fehlen, damit Ihr Kind nicht verschwitzt ins Klassenzimmer muss. Ohringe, Halsketten und sonstiger Schmuck dürfen beim Sport natürlich nicht getragen werden und bleiben an diesem Tag vielleicht besser zu Hause.

Die richtige Schultasche

Die erste Schultasche ist für jedes Kind etwas ganz besonderes, nicht nur ein Alltagsgegenstand, sondern vielmehr das Symbol für einen neuen Lebensabschnitt. Auch die Eltern oder Großeltern freuen sich schon darauf, die Schultasche anzuschaffen. Die richtige Wahl ist hier meist gar nicht so einfach. Grundsätzlich sollten Sie auf Alltagstauglichkeit, Ergonomie und Sicherheitsaspekte achten. Vielleicht hat Ihr Kind schon eigene Vorstellungen, wie die Schultasche aussehen muss, und Sie können es gerne bei der Auswahl einbeziehen. Dadurch wird es sich auch wieder ein Stück weit selbst auf den neuen Lebensabschnitt vorbereiten und einstellen. Nehmen Sie sich für die Auswahl der Schultasche etwas Zeit, bummeln Sie durch Fachgeschäfte und vergleichen Sie Design, Qualität und Preise in aller Ruhe. Sie werden feststellen, die beste Schultasche gibt es nicht, aber es ist wichtig, auf mehrere Kriterien zu achten.

Die Schultasche muss jahrelang sehr viel aushalten, sie wird täglich bei Wind und Wetter strapaziert und landet auch mal unsanft in der Ecke. Entscheiden Sie sich auf jeden Fall für ein Modell hoher Qualität, denn so manches „Billigprodukt“ überlebt nicht einmal die Hälfte der Grundschulzeit. Achten Sie beim Kauf darauf, dass Ihr Modell der DIN 58124 entspricht bzw. auch das TÜV- oder GS-Siegel für geprüfte Sicherheit trägt.

Als Faustregel gilt, dass der Tornister mit Inhalt 10 Prozent des Körpergewichts nicht überschreiten soll. Obwohl diese Regel mittlerweile als nicht mehr unbedingt gültig angesehen wird, entscheiden Sie sich doch besser für ein Leichtgewicht. Zu schwere Schultaschen und falsche Tragegewohnheiten können sehr schnell zu Haltungsschäden führen. Sorgen Sie vor allem immer für die richtige Einstellung der Tragegurte und passen Sie die Tragegurte beispielsweise dicken Winterjacken an.

Zu lange wie auch zu kurze Gurte können zu Rückenbeschädigungen führen. Wie auch schon bei der Bekleidung erhöhen auch hier auffällige Farben, Reflektoren und Rückstrahler die Sicherheit Ihres Kindes im Straßenverkehr. Empfehlenswert sind auch Tornister mit ergonomisch geformten Rückenteilen, Netzbespannung und Beckenpolster. Ein Rucksack ist als Schultasche nicht geeignet.

Zuhause: Der Arbeitsplatz Ihres Kindes

Mit dem Schulbeginn stellt sich auch die Frage, wo denn später die Hausaufgaben erledigt werden. Für Eltern und Kind ist es wichtig, sich schon vorher einen Arbeitsplatz zu Hause einzurichten, an dem in aller Ruhe und konzentriert gearbeitet werden kann. Je nach Wohnsituation und Geldbeutel gibt es verschiedene Möglichkeiten. Der Küchentisch ist mit Sicherheit ungeeignet, ein Kinderschreibtisch im Kinderzimmer hingegen bestimmt eine gute Wahl. Berücksichtigen Sie aber bei der Größe des Schreibtisches, dass auch noch genügend Platz zum Spielen bleibt.

Wichtig!

Schreibtisch und Schreibtischstuhl sollen aus strapazierfähigem Material sein und sich gut reinigen lassen. Schließlich sollen beide für eine lange Zeit benutzt werden.



Trotz Schule und Hausaufgaben bleibt das Spielen gerade in den ersten Schuljahren ein ganz wichtiger Bestandteil im Alltag Ihres Kindes und der sollte auch genügend Raum bekommen. Insofern sollte der Schreibtisch nicht zu groß ausfallen. Ob schmal oder breit, groß oder klein, einige wichtige Kriterien sollten Sie bei der Anschaffung beachten. Achten Sie darauf, dass der Schreibtisch praktisch, widerstandsfähig und höhenverstellbar ist. So kann er an die Größe Ihres Kindes jederzeit angepasst werden. Durch falsches Sitzen stellen sich sonst bald Kopfschmerzen, Rückenschmerzen sowie Muskelverspannungen ein. Bitte achten Sie darauf, dass der

Tisch schadstoffgeprüft ist. Ein höhenverstellbarer Stuhl bildet zusammen mit dem Schreibtisch eine Einheit, die dem Wachstum des Kindes angepasst werden kann. Ergonomisch mitwachsende Schreibtischstühle sollen durch rückenfreundliches Sitzen eine aufrechte Sitzhaltung ermöglichen und so Rückenschmerzen vorbeugen. Nicht nur die Sitzhöhe, sondern auch die Sitztiefe sollte veränderbar sein. Die Rückenlehne sollte sich so justieren lassen, dass sie am Rücken anliegt. Zum Abstützen der Arme sind Armlehnen sehr hilfreich. Bitte kontrollieren Sie die Einstellungen regelmäßig. Die beste Einstellmöglichkeit ist umsonst, wenn sie nicht genutzt wird.

So passen Sie Tisch- und Stuhlhöhe optimal der Größe Ihres Kindes an:

Körpergröße des Schülers in cm	Tischhöhe in cm	Sitzhöhe in cm
97–112	46	26
112–127	52	30
127–142	58	34
142–157	64	38
157–172	70	42
über 172	76	46

(nach der DIN/ISO-Norm 5970 für die optimale Tisch- und Sitzhöhe)





© stock.adobe.com – Floydine

Die Gesundheit Ihres Kindes

Linkshänder: Das schafft Ihr Kind mit links

Auch Linkshänder können ganz entspannt mit einem Füller schreiben, ohne die eigene Schrift mit der Hand zu verwischen. Mit der richtigen Technik ist das gar kein Problem. Sie sollten als Eltern aber von Anfang an darauf achten, dass Ihr Kind diese Techniken sowohl in der Schule als auch Zuhause anwendet. Linkshänder schreiben von unten, das heißt, die Finger der Schreibhand bleiben unterhalb der Buchstaben.

Das Blatt liegt vor Ihrem Kind um circa 30 Grad im Uhrzeigersinn gedreht und etwas nach links verschoben. Im Schreibwarenhandel finden Sie neben vielen anderen hilfreichen Linkshänderartikeln auch spezielle Schreibunterlagen, die dem Schreibanfänger als Orientierungshilfe zur richtigen Blatt- und Armhaltung dienen.

Achten Sie auch auf einen „linkshänderfreundlichen“ Arbeitsplatz Ihres Kindes. Zuhause sollte der Lichteinfall von rechts kommen und in der Schulbank sitzt Ihr Kind auf der linken Seite, damit sich die Arme mit dem Nachbarn beim Schreiben nicht berühren.

Nicht nur der Linkshänder-Füller und die Linkshänder-Schere helfen Ihrem Kind. Es gibt viele spezielle Schreibwaren für Linkshänder. Lassen Sie sich beraten.

Unsere Buchempfehlung:

Sylvia Weber

Linkshändige Kinder richtig fördern

Mit vielen praktischen Tipps

Verlag: Reinhardt

4., aktual. und neu gest. Auflage 2014. 137 Seiten.

14,90 €



Gesunde Ernährung ist wichtig

Ihr Kind hat in der Schule große Anforderungen zu bewältigen. Die falsche Ernährung ist nicht selten der Grund für Konzentrationsmängel und Lernschwächen in der Schule. Zudem wird in der Kindheit auch das Essverhalten erlernt, das so bis ins Erwachsenenalter fortgesetzt wird. Etliche der sogenannten „Zivilisationskrankheiten“ sind durch falsche Ernährung begründet und in der Kindheit wird hier der erste Grundstein dazu gelegt. Seien Sie ein gutes Vorbild für Ihr Kind. Der Schultag Ihres Kindes sollte grundsätzlich mit einem gesunden Frühstück beginnen. Auch wer morgens keinen Hunger hat, sollte zumindest eine Kleinigkeit essen oder vielleicht einen Kakao trinken.

Genauso wichtig ist auch, eine ausreichende Menge zu trinken. Gerade in Stresssituationen wird das häufig vergessen, obwohl es für den Körper gerade dann besonders wichtig ist. Gemeint sind aber nicht Limonaden oder andere überzuckerte Getränke. Tee, Wasser oder mit Wasser gemischter Saft sind sicherlich die bessere Wahl. Für die Schule geben Sie Ihrem Kind ebenfalls schon von Anfang an eine Trinkflasche mit Wasser, Tee oder Saftmischungen mit. Für das Pausenbrot verzichten Sie besser auf süße Snacks und bevorzugen abwechslungsreich belegte Brote

und etwas Obst. So ausgestattet, mit Trinkflasche und Brotdose, sorgen Sie für eine gesunde Ernährung Ihres Kindes und gleichzeitig auch für eine umweltgerechte Verpackung.

Vermeiden Sie unzählige kleine Trinktüten und Süßigkeitenverpackungen, die für die richtige Ernährung meist nicht geeignet sind.

Kinder-Gesundheit ist ein hohes Gut

Schlafstörungen, falsche Ernährung, Antriebslosigkeit, Prüfungsangst, Schulunlust, Bewegungsarmut, Dickleibigkeit durch zu hohen Fernseh- und PC-Konsum bei Kindern... – Sie kennen alle diese Schlagzeilen aus der Presse und aus den TV-Berichten.

Tatsächlich belegen Umfragen und Studien von Lehrerverbänden, Kinderschutzbund und Universitäten, dass die gesundheitlichen Beeinträchtigungen bei Kindern in den letzten Jahren deutlich zugenommen haben, bis hin zu psychischen und sozialen Auffälligkeiten sowie Mobbing und Gewalt, wie Lehrkräfte und Elternverbände übereinstimmend feststellen.

Das Nachrichten-Magazin „FOCUS“ stellt die negative Rangliste der Beeinträchtigungen, die sich in den letzten Jahren durch eine deutliche Zunahme zeigen, so dar:

1. Konzentrationsprobleme
2. Verhaltensauffälligkeiten
3. Motorische Defizite
4. Psychosomatische Störungen
5. Störung der Sprachentwicklung
6. Übergewicht

Staatliche Bildungskataloge und Richtlinien, vor allem aber die hohen erzieherischen und psychologischen Gegenmaßnahmen der Lehrer/-innen steuern diesen Tendenzen entgegen. Dabei kommt es entscheidend auf die Mithilfe und auf das gute Beispiel der Eltern an. Machen wir es mit Erich Kästner: „Es gibt nichts Gutes, außer man tut es“.

- Kinder brauchen einen überschaubaren Tagesrhythmus mit Anspannungs- und Entspannungsphasen, klaren Regeln und individuellen, persönlichen Freiräumen
- Bewegung in frischer Luft, sportliche Aktivitäten in Gruppe und Verein sowie freies Spiel nach Lust und Laune erhöhen Lebensfreude und Offenheit

- Gute Freunde in Schule und Wohnumgebung fördern positiven Sozialbezug und Gemeinschaftsgefühl
- Kinder brauchen Ansprechpartner, um ihre kleinen und großen Sorgen artikulieren zu können. Sie brauchen ein offenes Ohr und Gespräche auf Augenhöhe, Anteilnahme, Zuspruch, Unterstützung, Bestätigung, Verstärkung und Achtung auch bei Schwächen und Problemen
- Kinder brauchen Anregungen zur Selbstfindung und Selbstentdeckung
- Kinder mit Selbstbewusstsein und Selbstverantwortung bewältigen leichter schwierige Situationen

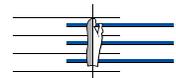
Wenn diese Sätze eher rezeptartig klingen oder vielleicht zu abstrakt sind, lassen wir gerne ein paar konkrete Stichworte folgen, die für Sie und Ihr Kind unmittelbar Gutes bewirken, wenn man es sofort und gemeinsam tut: Haben Sie gemeinsam Zeit, Zeit und nochmals Zeit für basteln, schnipseln, kleben, falten, töpfeln, kritzeln, malen, schneiden, modellieren, Wochenplan besprechen, Gymnastik machen,

Du lernst neue Dinge und spielst in den Pausen...

...und falls mal etwas schief geht, gibt es immer noch uns!

- Ein gebrochener Arm?
- Schlimme Bauchschmerzen, die einfach nicht weggehen wollen?
- Oder beim Basteln geschnitten?

Wir machen Dich ganz schnell wieder gesund!



Marienhospital
Gelsenkirchen GmbH
Akademisches Lehrkrankenhaus



Perinatalzentrum
Gelsenkirchen
Level 1



Marienhospital Gelsenkirchen
Virchowstraße 135
45886 Gelsenkirchen

Klinik für Neonatologie,
Kinder- und Jugendmedizin
Chefarzt Dr. med. Marcus Lutz
Tel. 0209 172-4701

Abteilung für **KinderChirurgie**,
der Klinik für Chirurgie
Leitender Arzt Dr. med. Kolja Eckert
Tel.: 0209 172-3701



Atemtechniken einüben, Spiele spielen, Helferdienste organisieren, Einkaufslisten erstellen, Sticker-Bilder gestalten, Geschichten erzählen, puzzeln, Pilze suchen, Steine am Fluss stapeln, einen Abenteuer-Spaziergang im Wald machen, „Mensch ärgere dich nicht“ spielen, austoben, radeln, zuhören, in den Arm nehmen, Gute-Nacht-Kuss geben, Pflöcke setzen, Zuneigung zeigen und so weiter und so fort. Sie wissen viele weitere gute Beispiele und Ansatzpunkte.

Sieht mein Kind richtig?

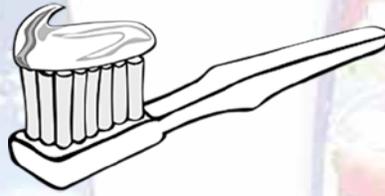
Gutes Sehen ist nicht nur für die Schule und für gutes Lesen unerlässlich, sondern auch für die gesamte Entwicklung Ihres Kindes wichtig, denn sehr vieles, das gelernt wird, wird durch Lesen gelernt. Sehfehler sollten unbedingt möglichst frühzeitig erkannt und behandelt werden. Im Rahmen der gesetzlich empfohlenen Vorsorgeuntersuchungen wird der Sehsinn bei drei von zehn Terminen routinemäßig überprüft. An diesen Untersuchungen sollte Ihr Kind auch unbedingt teilnehmen. Wegen der relativ großen zeitlichen Abstände der Untersuchungen können mögliche

Sehfehler nicht immer frühzeitig erkannt werden. Sollten Sie den Eindruck haben, dass Ihr Kind eventuell an einer Sehschwäche leidet, sollten Sie das unbedingt bei einem Augenarzt überprüfen und gegebenenfalls korrigieren lassen. Auch bei der Einschulungsuntersuchung wird die Sehfähigkeit Ihres Kindes überprüft. Sollten Auffälligkeiten festgestellt werden, werden Sie ausführlich beraten. Gutes Sehen ist und bleibt unerlässlich für gutes Lernen. Unkorrigierte Sehfehler benachteiligen Ihr Kind nicht nur in der Schule, sondern auch im späteren Leben und führen nicht selten zu Konzentrationsschwäche, Stress, Müdigkeit und Antriebslosigkeit. Diese erhöhen auch das Risiko im Straßenverkehr zu verunfallen.

Hört mein Kind richtig?

Bisweilen sind Lernprobleme und Auffälligkeiten von Schulkindern im Unterricht auch auf Hörprobleme zurückzuführen. Betroffene Kinder können Informationen nicht richtig oder nur unvollständig wahrnehmen und dann natürlich auch nicht folgerichtig reagieren. Probleme beim Lernen, aber auch

 <p>Gemeinschaftspraxis Dr. med. Melanie Teschendorf Dr. med. Nicola Rothmeier Fachärztinnen für Hals-Nasen-Ohrenheilkunde</p>	<p>Ebertstraße 20 45879 Gelsenkirchen Tel.: (02 09) 2100-5 /-6 Fax: (02 09) 20 7416 www.hno-team-gelsenkirchen.de info@hno-team-gelsenkirchen.de</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> ■ Plastische Operationen ■ Schlafmedizin ■ Stimm- und Sprachstörungen ■ Ambulante und stationäre Operationen 	<p>Mo. 8.30 - 12.00 h, 14.00 - 18.00 h Di. 8.30 - 12.00 h, 14.00 - 17.30 h Mi. 8.30 - 12.00 h Do. 8.30 - 12.00 h, 14.00 - 17.30 h Fr. 8.30 - 13.00 h sowie Termine nach Vereinbarung</p>



ZAHNÄRZTEVEREIN
GELSENKIRCHEN E.V.



Liebe Eltern!

Gesund beginnt im Mund und geht von dort aus weiter. Zähneputzen ist für Zähne wichtig. Um das 6. Lebensjahr kommen die ersten Erwachsenen-Zähne, die bis zum Lebensende halten sollen. **3x** am Tag (morgens, mittags und abends) **Zähneputzen** ist richtig. Falls Zähneputzen über Mittag in der Schule nicht möglich sein sollte, ist das Putzen zu Hause umso wichtiger. Ab dem 3. Schuljahr kann Ihr Kind seine Zähne ganz gut alleine putzen. Bis dahin sollten Sie bitte täglich – am besten abends – noch einmal nachputzen. In der Grundschule bleibt die in der Kita geübte **KAI-Putztechnik** weiter bestehen: **K**= Kauflächen, **A**= Außenflächen, **I**= Innenflächen. Jeder in der Familie sollte eine eigene Zahnbürste haben und spätestens nach 3 Monaten sollte diese Bürste gegen eine neue getauscht werden. **1x** im Jahr kommen die **Schulzahnärzte/-ärztinnen** des Gesundheitsamtes und schauen, ob die Zähne noch gesund sind. Gleichzeitig erhält Ihr Kind beim **Hauszahnarzt/-ärztin 2x** im Jahr ein **Zahnputztraining**, inklusive Versiegelung der neuen Backenzähne. Das alles ist für Ihre Kinder kostenlos. In vielen Schulen Gelsenkirchens erklärt der **Arbeitskreis Zahngesundheit** mit altersgerechten Spielstationen Kariesentstehung & -verhinderung, richtiges Zähneputzen und gesunde Ernährung. Falls Sie noch Fragen haben, die Gelsenkirchener Zahnärzte beantworten diese gerne.

Wir wünschen Ihrem Kind einen guten Start in die Schulzeit und lebenslang gesunde Zähne.

Ihre
Arbeitskreis Zahngesundheit Gelsenkirchen
& Zahnärzterein Gelsenkirchen e.V.



KAI-Film

Einschränkungen bei der aktiven Teilnahme am sozialen Miteinander sind die Folge. Hier sind dann das Zuhören und eine genaue Beobachtung durch Lehrer und Eltern gefragt, um das Kind optimal zu fördern. Gerade beim Lesen- und Schreibenlernen kommt der normalen Hörfähigkeit eine besondere Bedeutung zu. Viele ähnliche Laute wie zum Beispiel „dem“ und „den“ können nur dann genau erkannt und verarbeitet werden. Beeinträchtigungen des Hörvermögens bei Ihrem Kind sollten möglichst frühzeitig erkannt, fachärztlich untersucht und behandelt werden. Die Therapiemöglichkeiten reichen, je nachdem, von einer medikamentösen Therapie über Hör- und Sprachtherapie bis hin zur Versorgung mit z.B. Paukenröhrchen und im extremen Fall mit einem Hörgerät. Jede Therapie, die eine Hörstörung

vermindert oder gar beseitigt, wird in der Regel sehr positiv von Kindern angenommen und gewährleistet eine positive und normale Entwicklung in Schule, Familie und sozialem Umfeld.

Der Zahnarztbesuch – kein Problem

Niemand wird mit Zahnarztängsten geboren. Vielfach entstehen sie erst durch unbedachte Äußerungen von Verwandten. Beachten Sie folgende Tipps zur Vorbereitung eines Zahnarztbesuchs: Bereits ab dem ersten Zahn wird das regelmäßige Zähneputzen mit einem Fingerling empfohlen. Dadurch ergibt sich eine tägliche Routine, an die das Kind von klein auf gewohnt ist und deshalb auch nicht in Frage stellt. Der erste Termin beim Zahnarzt/-ärztin sollte spielerisch erfolgen, möglichst bei einem Kontrollbesuch der

Eltern, bei welchem dem Kind auch mal in den Mund geschaut wird. Durch regelmäßige Zahnarztbesuche bauen sich für das Kind gar nicht erst Hürden auf. Es entsteht ein Vertrauensverhältnis zwischen Arzt und Kind. Es gibt auch die Möglichkeit, sich an einen auf Kinder spezialisierten Zahnarzt/-ärztin zu wenden. Diese finden Sie im Internet beispielsweise unter www.kinderzahnaerzte.de oder Sie fragen Ihren Kinderarzt/-ärztin.

Kieferorthopäde/-in

Der/die Kieferorthopäde/-in ist der Spezialist für Zahn- und Kieferfehlstellungen. Diese können langfristig für die Gesundheit Ihres Kindes erhebliche, weiterreichende Einschränkungen mit sich bringen. Sprachstörungen, erhöhte Kariesanfälligkeit, Magen-Darm-Erkrankungen und vieles mehr können die Folge sein. Durch verschiedene Behandlungsmöglichkeiten, wie den Einsatz von unterschiedlichsten Hilfsmitteln beziehungsweise Therapieansätzen, können Fehlstellungen frühzeitig korrigiert werden. Es empfiehlt sich, rechtzeitig einen Termin zu vereinbaren. So

können Zahn- und Kieferfehlstellungen in beiden Kiefern gleichzeitig korrigiert werden. Neben einer gesunden und gutaussehenden Zahnstellung wird bisweilen auch die positive Entwicklung des Nervensystems gefördert, Spannungskopfschmerzen lösen sich und die Körperhaltung verbessert sich. Bei folgenden Anzeichen ist ein Termin unabdingbar:

- Abneigung gegenüber harter Nahrung
- Daumenlutschen
- frühzeitiger Verlust der Milchzähne
- offensichtliche Zahnfehlstellungen
- schlaffe Lippen, geöffneter Mund
- Zähneknirschen

Bei Krankheit

Bei einer vorliegenden Erkrankung, mit der Ihr Kind nicht zur Schule gehen darf/kann, informieren Sie die Schule rechtzeitig vor Unterrichtsbeginn. Erkundigen Sie sich bitte im Vorfeld, wie die Krankmeldung (z. B.: Telefon oder E-Mail) durchgegeben werden muss.

KIEFERORTHOPÄDIE

Dr. med. dent. Michael Weichsel

Goldbergplatz 1 45894 Gelsenkirchen Tel. 0209 - 3 21 22 www.zahnspange-ge-buer.de

we make you

.....smile



Auf die richtigen Schuhe kommt es an

Das richtige Schuhwerk spielt eine wichtige Rolle für eine gesunde Fußentwicklung Ihrer Kinder: Kinderfüße wachsen ab dem sechsten Lebensjahr im Schnitt zwei bis drei Zentimeter pro Jahr, manchmal aber auch viel mehr. Körperliche Veränderungen und schnelles Längenwachstum können dazu führen, dass Funktion und Form der Füße auffällig werden. Das Nervensystem und somit auch das Empfinden sind bei Kindern noch nicht so ausgeprägt wie bei Erwachsenen. Daher merken sie oft nicht, wenn der Schuh drückt. Die Folge: Die Füße passen sich auch an zu kleine und zu enge Schuhe an, da sie noch verhältnismäßig weich und formbar sind. Regelmäßige Fußmessungen vor Schuhkäufen sind daher ein Muss.

Der richtige Schuh: Kinderschuhe sollten wenig Gewicht haben. Leichtes, atmungsaktives Material beugt Schweißfüßen vor. Biegsames, weiches Material ist wichtig, damit sich die Füße gut anpassen und beweglich bleiben können. Spezielle Einlegesohlen sind nicht notwendig.

Die Füße sollen sich frei entwickeln und eine gute Fußmuskulatur aufbauen können. Die Fersenkappe soll ein Abknicken der Ferse nach innen verhindern. Die Sohle soll das natürliche Abrollen unterstützen, aber nicht stören. Übrigens sind gebrauchte Schuhe nicht prinzipiell schlecht. Falls die Schuhinnensohle nicht sehr abgenutzt ist, können gebrauchte Schuhe bedenkenlos genutzt werden.

Die richtige Größe: Viele Kinder haben zu kurze Straßenschuhe. Sie sollten generell ein bis zwei Zentimeter größer gekauft werden. Entscheidend ist aber nicht nur die Länge, sondern auch die Breite. Ist der gewünschte Schuh im Vorfußbereich zu eng, nicht eine größere Nummer kaufen, sondern lieber einen anderen Schuh suchen, in den der Vorfuß passt. Die beste Zeit zum Schuhkauf ist übrigens nachmittags. Füße werden im Tagesverlauf dicker.

Die Füße Ihres Kindes werden es Ihnen danken!

Quelle: Berufsverband für Orthopädie und Unfallchirurgie e. V. (BVOU e. V.)





Allgemeine Pädiatrie
Dr. med. Gerrit Lautner

Neonatologie und Kinderintensivmedizin
Dr. med. Frank Niemann

Pädiatrische Psychosomatik, Allergologie, Pneumologie
Dr. med. Kurt-André Lion

Neuropädiatrie - Sozialpädiatrisches Zentrum
Dr. med. Markus Klotz

Tagesklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie
Dr. med. Marion Kolb

Kinder- und Jugendklinik Gelsenkirchen
Adenauerallee 30
45894 Gelsenkirchen
Tel 0209 / 369-1
info@kjkge.de
www.kjkge.de



Wenn die Traurigkeit nicht verschwindet

Depression bei Kindern – erkennen und helfen

Selten denkt man beim Thema Depressionen an Kinder – obwohl leichte depressive Verstimmungen bis hin zu schweren depressiven Störungsbildern zu den **häufigsten psychischen Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen** gehören.

Die Ursachen für die Entwicklung einer depressiven Symptomatik sind unterschiedlich. Meist kommen mehrere Belastungen und Faktoren zusammen: belastende Lebensereignisse, wie Trennungs- oder Verlusterfahrungen, Trennungängste oder andere kinder- und jugendpsychiatrische Störungsbilder, wie etwa ADHS. Konflikte mit Gleichaltrigen, fehlende Freundschaften, Schulschwierigkeiten oder Mobbing Erfahrungen begünstigen die Entstehung einer Depression. Bei Vorschulkindern können Bauchschmerzen und Schlafstörungen sowie Reizbarkeit und schwankende Stimmungen Anzeichen einer depressiven Erkrankung sein. „Der Verlust der Spielfreude ist immer ein Warnzeichen. Oft nimmt auch ihr Interesse am Alltag ab und sie werden kontaktärmer“, sagt Dr. Marion Kolb, Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie- und psychotherapie. „Schulkinder leiden häufig unter Traurigkeit und befürchten, von den Eltern nicht gemocht zu werden. Es können Konzentrationsprobleme auftreten und die Schulleistungen abnehmen. Möglicher-

weise werden Selbstmordgedanken geäußert.“ Wenn solche Symptome über mehrere Wochen anhalten, sollte ein Kinder- und Jugendpsychiater oder Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut aufgesucht werden. Im Vor- und Grundschulalter fällt es den Kindern meist schwer, sich mit Worten über ihre Befindlichkeiten zu äußern. Die diagnostische Abklärung muss deshalb immer durch die Beobachtung des Kindes, z. B. im Kontakt mit seinen Bezugspersonen und beim Spielen, unterstützt werden.

Wenn trotz ambulanter Behandlung keine Fortschritte erzielt werden oder die Symptome chronisch und schwerwiegend sind, kann eine intensivierete tagesklinische Behandlung hilfreich sein, insbesondere bei zusätzlich bestehenden Schulproblemen. Der Vorteil: die Kinder bleiben in ihrem häuslichen Umfeld. In der Tagesklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie an der Adenauerallee 30 werden Kinder- und Jugendliche mit unterschiedlichen seelischen Erkrankungen mit modernen, wissenschaftlich fundierten Therapiekonzepten behandelt. „Glücklicherweise kann man Depressionen heute gut behandeln. Die Aussicht, dass das Kind wieder gesund und glücklich wird, ist gut“, sagt Dr. Marion Kolb.

Weitere Informationen unter Tel.: 0209 – 369 364

E-Mail: tagesklinik@kjkge.de, www.kjkge.de

Die Grundschulzeit – eine Herausforderung für Kind und Eltern

Julius freut sich, bald ein Grundschulkind zu sein, zu den Großen zu gehören. Aber er ist auch ein wenig aufgeregt. Vieles wird ganz neu sein. Für die Eltern ist das erste Schuljahr sicher genauso spannend wie für das Schulkind selbst, in der Zeitspanne zwischen „Schultüte“ und „Zeugnis“ gilt es, neue Lebensgewohnheiten zu entwickeln und akzeptieren zu lernen, dass die Leistungen ihres Kindes durch andere Personen beurteilt werden. Dieses Loslassen der Eltern fällt nicht immer leicht.

Für das Kind bedeutet der Schuleintritt auch den Abschied von vertrauten Bezugspersonen der Kindergartenzeit. Es muss sich an strengere Regeln gewöhnen und akzeptieren, dass die eigenen Wünsche zumindest in der Schule nicht mehr im Vordergrund stehen. Es lernt neue Wege und Gebäude kennen. Der Lebensplan ändert sich vom „spielen dürfen“ zum „lernen müssen“ – und hier entzündet sich oft schon die ersten Konflikte zwischen Eltern und Kind, wenn es z. B. um die Hausaufgaben geht. Die Leistungsanforderungen

der Schule zu akzeptieren, ist eine der grundlegenden Aufgaben, die ein Schulkind zu bewältigen hat. Früher oder später kommt es an seine eigenen Grenzen, merkt, dass es Aufgaben gibt, die ihm nicht leicht fallen und beginnt, sich mit anderen zu vergleichen. „Dieser Anpassungsprozess des Kindes in den ersten vier Schuljahren ist markiert von Erfolgen, aber auch Frustrationen und er mündet letztlich in eine neue Identität: sich selbst als Schulkind zu begreifen. Sich selbst nicht mehr als scheinbarer „Alleskönner“ zu sehen wie das Kleinkind, sondern zu akzeptieren, dass die eigene Person gerade durch die Schwächen und Stärken, in denen sie sich von anderen unterscheidet, etwas Besonderes ist,“ sagt Dietmar Langer, Psychologischer Psychotherapeut in der Kinder- und Jugendklinik Gelsenkirchen. Die Art zu lernen ändert sich in den ersten vier Jahren: Von dem mehr spontanen Verhalten der Kindergartenzeit zu einem geordneten Vorgehen und weiter, gegen Ende der Grundschulzeit, zu einem zielgerichteten Lernschema. So ist das Wichtigste, was ein Kind während der Grundschulzeit lernt,

Mit uns kann man reden!

Das Leben mit Kindern und Jugendlichen bedeutet Bewegung und Entwicklung. Dabei die Balance zu halten, ist nicht immer leicht.

Wir bieten Ihnen Beratungsgespräche und Unterstützung z. B. bei Fragen zur Erziehung, Entwicklung, Schule und Leistung oder Konflikten im Familienleben.

Wir nehmen uns Zeit für Sie.

Offene Sprechstunden:
montags 15.30 – 17.30 Uhr oder
mittwochs 09.30 – 11.30 Uhr

Unsere Leistungen sind für Sie kostenlos. Die Beratung ist vertraulich und unterliegt der Schweigepflicht.



BERATUNGSSTELLE
für Kinder, Jugendliche und Eltern

Rotthäuser Str. 48 (Schweizer Dorf)
Tel.: 0209/ 169 5390

E-Mail: beratungsstelle-fuer-kinder@gelsenkirchen.de

Hochstr. 40 (im Linden-Karree)
Tel.: 0209/ 169 5400

E-Mail: beratungsstelle-fuer-kinder-buer@gelsenkirchen.de



ein erfolgreiches Lernschema zu entwickeln – zu lernen, wie man lernt. Eine Voraussetzung dazu ist es auch, seine Emotionen beherrschen zu lernen, etwas, das einem Erstklässler eher noch nicht gelingt. Für alle diese Prozesse benötigt ein Kind ein sicheres „Gegenüber“, an dem es sich ausprobieren und reiben kann, und dies sind seine Eltern. Sie sind gefordert, wenn

es um Aufgabenlösungen, Frustrationen, Gefühle und Selbstfindung des Kindes geht. Das Wichtigste für die Eltern ist es, nicht die Geduld zu verlieren, die zeitweisen Ausbrüche des Kindes nicht persönlich zu nehmen, sondern bereit zu sein, immer wieder mit dem Kind neu zu beginnen. Zeit und Geduld zu haben ist eine Investition in die Zukunft seines Kindes.

Vorsorge und Sicherheit

Unfallversicherung

Während des Schulbesuchs ist Ihr Kind gesetzlich unfallversichert. Für Sie ist dieser Versicherungsschutz beitragsfrei. Der Versicherungsschutz erstreckt sich auf die Zeiten des Unterrichts sowie die Pausen, auf den direkten Schulweg und auf Schulveranstaltungen auch außerhalb der Schule. Die Leistungen umfassen Heilbehandlung, Reha, Fördermaßnahmen und bei dauerhaften Gesundheitsschäden auch Renten. Weicht Ihr Kind allerdings vom direkten Schulweg ab oder passiert ein Unfall in der Freizeit, zahlt die gesetzliche Unfallversicherung nicht. Für diese Fälle können Sie mit einer privaten Unfallversicherung Vorsorge treffen. Auch im Falle einer unfallbedingten Erwerbsminderung können Sie durch private Vorsorge zusätzliche Leistungen erhalten, egal ob bei Unfällen in der Schule oder nachmittags am Spielplatz.

Schutz bei hohen Sach- und Personenschäden

Schnell ist es mal passiert: Ihr Kind tobt zum Beispiel bei einer befreundeten Familie und zerbricht dabei eine teure Vase. Oder Ihr Kind stellt einem Freund beim gemeinsamen Spiel ein Bein. Dieser verletzt sich dabei. Da Kinder ab dem siebten Lebensjahr schadensersatzpflichtig sein können, kann hier auch mal ganz schnell eine hohe Forderung auf die Eltern zukommen.

Hier schützt eine private Haftpflichtversicherung vor derartigen Ansprüchen für Reparatur oder Wiederbeschaffung, aber auch für Schmerzensgeld und Verdienstausschlag, schlimmstenfalls bis hin zu Renten für den Geschädigten. Sorgen Sie deshalb für einen umfassenden Versicherungsschutz für Ihre Familie.

Endlich darf ich in die Schule

Der erste Schultag

Endlich ist es soweit, der lang ersehnte erste Schultag ist da. Nach dem ersten Kindergarten tag ist das ein ganz wichtiges Ereignis für Kinder und Eltern gleichermaßen. Nur schade, wenn dieser Tag mit den mahnenden Worten „Jetzt beginnt der Ernst des Lebens“ getrübt wird. Vielmehr steht an diesem Tag die Freude im Mittelpunkt, mit der Ihr Kind offen und unbefangen zur Schule geht, um viel Neues und Interessantes zu entdecken. Schon weit im Voraus planen viele Eltern, wie sie diesen Tag mit der ganzen Familie entsprechend feiern können, nehmen sich wenn möglich einen Tag Urlaub und überlegen sich ein Programm. Der Ablauf des ersten Schultags wird von jeder Grundschule ganz individuell gestaltet. Meist versammeln sich die Erstklässler zusammen mit ihren Eltern und vielleicht auch Großeltern oder Verwandten in der Aula oder Turnhalle für eine gemeinsame Feier. Ältere Schüler haben dazu bisweilen ein kleines Programm einstudiert, es werden Lieder gesungen, Gedichte vorgetragen oder ältere Schüler berichten von ihrem spannenden ersten Schultag und schönen Schulerlebnissen. Natürlich wird auch eine aufmunternde Ansprache der Schulleitung und Informationen der Lehrerinnen und Lehrer über den kommenden Schulalltag nicht fehlen. Nach der Feier gehen die Schulkinder mit ihren Eltern in die entsprechenden Klassenzimmer und werden dort von

ihren Lehrerinnen und Lehrern begrüßt. Nach einer kurzen Einführung verlassen die Eltern das Klassenzimmer und die Kinder erleben ihre erste Schulstunde. Die Kinder können sich mit der neuen Situation vertraut machen. Nach dieser ersten Schulstunde holen die Eltern ihre Kinder wieder ab.

Die Schultüte

Schultüten werden schon mehrere Monate vor Schulbeginn im Spiel- und Schreibwarenhandel, in Kaufhäusern und natürlich auch im Internet angeboten. Sowohl leer, zum Selbstbefüllen, oder auch schon fertig gefüllt.

Obwohl das Angebot doch recht umfangreich ist, basteln viele Eltern mit ihren Kindern zusammen ihre ganz individuelle Schultüte. Eine gelungene Mischung besteht aus einigen Süßigkeiten, vielleicht auch einem Apfel oder kleinen Geschenken.

Tipp

Packen Sie Schreib- und Malstifte, ein Mal- oder Vorlesebuch oder auch ein neues Spiel in die Schultüte. Sehr beliebt sind auch ein Kuscheltier oder ein kleiner Talisman.





Mittendrin in der Grundschule

Der Lehrplan

Der Auftrag der Grundschule geht weit über Lesen, Schreiben und Rechnen hinaus. Vielmehr sind zunächst grundlegende Fertigkeiten und Arbeitstechniken von Bedeutung. Die Grundschule schafft die Grundlagen, die zum Lernen in der Schule und auch später im Berufsleben notwendig und hilfreich sind. Zunächst lernen die Kinder viele Dinge, die für uns Erwachsene selbstverständlich sind. Eine Vielzahl von alltäglichen Handlungen und Verhaltensweisen, die in kleinen Schritten eingeübt werden müssen. Die Grundschulen verfolgen aber ein viel breiter gefasstes Ziel. In erster Linie wollen sie die Persönlichkeitsbildung der Kinder unterstützen, den Erwerb von Wissen ermöglichen, Interessen entwickeln und soziale Verhaltensweisen genauso wie praktische oder musische Fähigkeiten aufbauen.

Im Einzelnen ist das im Lehrplan der Grundschulen des Bundeslandes Nordrhein-Westfalen geregelt, der den Lehrstoff, den Ihr Kind in dem jeweiligen Schuljahr lernen wird, beinhaltet. In den ersten beiden Schuljahren sind diese Inhalte zu einer Einheit zusammengefasst, um während der ersten und zweiten

Klasse die individuellen Lernfortschritte zu berücksichtigen. Das unterschiedliche Lerntempo der einzelnen Kinder wird auf diese Weise berücksichtigt, der Unterricht entsprechend abgestimmt und alle Kinder erreichen bis zum Ende der zweiten Klasse eine gute Ausgangslage für ihre weitere Schullaufbahn. Der durchaus noch spielorientierte Unterricht beinhaltet im ersten und zweiten Jahr im „grundlegenden Unterricht“ die Fächer Deutsch, Mathematik, Sachkunde sowie Musik- und Kunsterziehung.

Die Unterrichtszeit

Einen einheitlichen Tagesablauf gibt es nicht, er unterscheidet sich von Schule zu Schule und sogar von Klasse zu Klasse. Der Ablauf wird von der Klassenlehrerin oder dem Klassenlehrer individuell gestaltet und berücksichtigt auch die Besonderheiten der jeweiligen Klassen. Meist bestimmen feste Abläufe den Schulltag. Das können ein Begrüßungsritual wie z. B. ein Lied sein, oder es werden aktuelle Themen angesprochen. Gemeinsame Lernphasen, Einzel- und Gruppenarbeit sowie freie Arbeitsphasen wechseln sich ab. Der Schultag endet meist auch wieder mit einem festen Ritual, einem Gespräch oder vielleicht einem Abschiedslied.

Wie wichtig sind Neue Medien schon in der Grundschule

Medienkompetenz ist das erklärte Ziel der Medien-nutzung in der Schule und auch zu Hause. Hörbücher, DVD, Fernsehen, Computer, Tablet-PC und Internet, die Medienvielfalt, mit der wir heute fast schon selbstverständlich umgehen, will natürlich auch ge-lernt sein. Die Medien zu nutzen genügt heute nicht, viel wichtiger ist die sinnvolle Nutzung. Kinder wie Erwachsene sollen in der Lage sein, die unterschied-lichen Medien effektiv einzusetzen, sich aber auch kritisch damit auseinanderzusetzen.

In vielen Grundschulen ist deshalb ein Computer im Klassenzimmer nichts Ungewöhnliches mehr, sondern vielmehr ein Weg, die richtige Mediennutzung zu üben. Natürlich nicht unkontrolliert und unter kun-diger Aufsicht einer Lehrkraft wird der Umgang mit Maus und Computer spielerisch erlernt. Ob Rechen-spiele, ein Sachkundequiz oder vieles mehr, auch für zuhause finden Sie zu allen Themenbereichen mittler-weile ein breites Angebot an Lernsoftware im Handel.

Beschulung von Flüchtlingskindern

Aktuell suchen viele Menschen aus Krisen-gebieten in unserem Land Schutz vor Gewalt und Verfolgung. Nach ihrer Flucht sind sie in einem fremden Land, zunächst sprachlos und hilflos. Zusätzlich müssen sich die Kinder an ein völlig neues kulturelles Umfeld anpassen. Vieles ist an-ders, ungewohnt und viele Alltäglichkeiten müs-sen neu erlernt werden. Hinter jedem Kind ste-hen individuelle Schicksale und die Belastungen sind individuell ausgeprägt. Daher bedarf es einer sensiblen Unterstützung und einer Willkommens-kultur, damit die Kinder einen guten Start in ihrer neuen Umgebung haben.

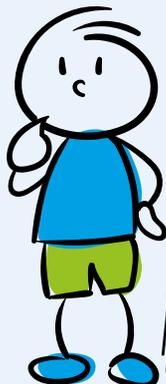
Zudem werden die Kinder, wenn sie Anerkennung und Wertschätzung erfahren, schulische An-forderungen leichter bewältigen können. Die wichtigste Leistung der Schule besteht darin, den betroffenen Kindern einen „sicheren Ort“ zu bie-ten, und dass die Kinder so schnell wie möglich zunächst die deutsche Sprache erlernen. Je jünger die Kinder sind, desto leichter fällt ihnen das und sie sind bei einem hilfreichen sozialen Klima darin auch sehr erfolgreich. Das geschieht einerseits durch gezielten Sprachunterricht oder durch viele Gelegenheiten zum richtigen Sprechen und Hören. Ermutigen Sie daher Ihre Kinder, auf Flüchtlings-kinder zuzugehen und sie ins Spiel zu integrieren. Vielleicht können Sie auch Patenschaften inner-halb der Klasse übernehmen.

Fremdsprachen in der Grundschule lernen

Nach dem Motto je früher, desto besser, lernen die Kinder in den meisten Bundesländern schon in der Grundschule die erste Fremdsprache. In Nordrhein-Westfalen gibt es Projekte zu zwei-sprachigem Unterricht und die Kinder können be-reits ab dem zweiten Halbjahr des ersten Schul-jahrs Englisch lernen. Dabei steht aber zunächst ein gemeinsames Erleben der Fremdsprache im Vordergrund. Also eher singen oder ein kleines Gruppenspiel. Es kann auch ein bestimmtes Unter-richtsfach, wie zum Beispiel Kunsterziehung, Handarbeiten oder Werken sein.

Beachten Sie:

Medienkompetenz bedeutet nicht Fernseh- und Computerverbot, vielmehr ist ein dosierter und sorgsamer Umgang mit Medien gefragt. Eine Auf-gabe von Elternhaus und Schule gleichermaßen.



Fernsehen, Handy, Internet, Spielekonsolen und Apps

Wie Grundschüler den richtigen Umgang mit unterschiedlichen Medien lernen können



Mit den Rakuns spannende Abenteuer rund um die Gesundheit erleben. ©Stiftung Kindergesundheit

Elektronische und digitale Medien gehören schon lange zum Alltag von Kindern dazu. Insbesondere das Fernsehen nimmt bei den 6- bis 13-Jährigen einen wichtigen Stellenwert ein. Laut aktueller KIM-Studie (Kindheit Internet Medien) gaben 79 Prozent der befragten Kinder an, jeden oder fast jeden Tag fernzusehen. Der Fernseher ist das Medium, auf das die 6- bis 11-Jährigen am wenigsten verzichten können. Bei den 12- bis 13-Jährigen ist es der Computer und das Internet. Während 63 Prozent der 10- bis 11-Jährigen ein eigenes Handy besitzen, haben 54 Prozent eine eigene Spielekonsole, 39 Prozent einen eigenen Fernseher und 19 Prozent einen eigenen Computer. Aber was stellen die Kinder mit diesen Medien an? Sind sie in der Lage sicher damit umzugehen? Können sie ihr eigenes Medienverhalten bereits einschätzen?

„Gerade Grundschüler können das noch nicht“, sagt Stefanie Müller, Gesundheitsmanagerin der Krankenkasse IKK classic. „Wer vor dem Fernseher oder der Spielekonsole sitzt, bewegt sich in dieser Zeit eher nicht“ sagt sie. „Häufig werden dabei noch Snacks oder Süßigkeiten verputzt, was schon in jungen Jahren zu Übergewicht führen kann.“ Je nachdem, was die Kinder für einen Film schauen oder welches Spiel sie auf der Konsole spielen, können unterschiedliche Emotionen ausgelöst werden – zum Beispiel Angst oder Trauer. „Beim Medienkonsum spielen Eltern und Grundschulen eine wichtige Rolle“, so Stefanie Müller. Sie möchte Eltern und Lehrern deshalb das kostenfreie Präventions-

programm „Die Rakuns – das gesunde Klassenzimmer“ ans Herz legen. Es wurde von der Stiftung Kindergesundheit gemeinsam mit der IKK classic entwickelt. Comic-Waschbären vermitteln Grundschulern kindgerecht Wissenswertes rund um die Gesundheit und stärken die unterschiedlichsten Kompetenzen – im Klassenverbund, aber auch in Gruppenarbeit und mit vielen vertiefenden Informationen für Zuhause. Bei dem Modul Medienkompetenz für die Klassen drei und vier bewerten die Schüler unterschiedlichste Medien, setzen sich mit ihrem eigenen Medienverhalten auseinander und erlernen einen sinnvollen Umgang mit den Medien.

Unter www.rakuns.de finden Kinder und Eltern viele Informationen. Fragen beantwortet Stefanie Müller unter 02361 1809-35035 oder per E-Mail: stefanie.mueller.vi@ikk-classic.de

Alle Grundschullehrer können die Materialien zu den jeweiligen Unterrichtsmodulen kostenlos bestellen:



Kinder sollten bereits in der Grundschule den richtigen Umgang mit Medien lernen.

@shutterstock/Littlekidmoment

Wie wird die Leistung in der ersten Klasse bewertet

In den Zeugnissen der ersten Jahrgangsstufe werden Sie vergeblich nach Schulnoten suchen. Die Klassenlehrerin oder der Klassenlehrer erstellt vielmehr für jedes Kind einen Bericht über Sozial-, Lern- und Arbeitsverhalten.

Weiterhin enthält dieser Bericht den Lernstand und -fortschritt Ihres Kindes in Deutsch, Mathematik, Heimat- und Sachkundeunterricht, Werken/Textiles Gestalten, Kunst- und Musikerziehung sowie Sport. Dazu wird auch aufgezeigt, wie das Kind weiterhin am besten gefördert werden kann. Die Lernzielkontrollen bleiben unbenotet. Die Lehrkräfte führen zu jeder/m einzelner/n Schülerin/Schüler einen Beobachtungsbogen, der sowohl die Entwicklung als auch die erworbenen Kompetenzen des Kindes in den einzelnen Fächern und im Sozial-, Lern- und Arbeitsverhalten erfasst.

Hausaufgaben und Lernzeiten

Hausaufgaben sind wichtig

Über den Sinn von Hausaufgaben gibt es immer wieder Diskussionen. Die Schülerinnen/Schüler sollen sich an eine strukturierte Arbeitsweise gewöhnen und den Unterrichtsstoff vom Vormittag wiederholen. Es ist wichtig, dass diese Lerninhalte beherrscht werden, da meist am nächsten Tag darauf aufgebaut wird.

Wie lange sollte ein Erstklässler dafür brauchen?

Die Hausaufgaben in der ersten Klasse sollten in ungefähr einer halben Stunde zu erledigen sein. Gerade in den ersten Wochen überschreiten viele Kinder diesen Zeitrahmen allerdings häufig, da sie noch nicht gelernt haben, sich konzentriert und ohne Ablenkung einer Aufgabe zu widmen. So kann leicht einmal aus einer kleinen Hausaufgabe, die eigentlich in einer Viertelstunde erledigt sein sollte, mit etlichen „Spielunterbrechungen“ eine ganze Stunde werden.

Hausaufgaben: Auch lernen will gelernt sein

Finden Sie zunächst mit Ihrem Kind zusammen heraus, wann die beste Zeit mit der größten Leistungsfähig-

keit für die Hausaufgaben ist. Direkt im Anschluss an vier oder fünf Unterrichtsstunden kann vielleicht erst einmal eine größere Pause und etwas Entspannung nötig sein, um sich wieder gut konzentrieren zu können. Starten Sie gerade am Anfang einen Versuch für ein paar Wochen, in denen Ihr Kind selbst den besten Zeitpunkt für seine Hausaufgaben findet. Je nach Typ wird es die Hausaufgaben möglichst schnell erledigen wollen oder erst etwas später damit anfangen. Die Abendstunden werden sich schnell als die ungünstigste Zeit herausstellen. Die Konzentrationsfähigkeit lässt nach und in den meisten Familien ist zu der Zeit sehr viel los, was von der Arbeit immer wieder ablenkt. Führen Sie mit Ihrem Kind ein Gespräch und überlegen Sie gemeinsam, wann wohl der beste Zeitpunkt für Hausaufgaben ist. Bei dieser Uhrzeit sollte es dann aber auch bleiben. Erinnern Sie Ihr Kind auch rechtzeitig daran, mit den Hausaufgaben zu beginnen, damit das Spielen nicht abrupt unterbrochen werden muss und die Hausaufgaben als normaler Bestandteil des Tagesablaufs angesehen werden.

Ihr Kind sollte seine Hausaufgaben weitgehend selbstständig erledigen. In der Praxis sieht es allerdings meist etwas anders aus, da die Kinder gerade in der ersten Zeit noch unsicher sind. Wenn Sie anfangs auch noch etwas helfen, lassen Sie es nicht zur Gewohnheit werden, nebeneinander bei den Hausaufgaben zu sitzen. Sie werden dies sonst auch noch in der vierten Klasse tun. Ermuntern Sie Ihr Kind selbstständig zu arbeiten, zeigen Sie ihm, dass es selbst überlegen und handeln kann, aber seien Sie auch da, wenn es nicht weiterkommt. Helfen heißt aber auf gar keinen Fall fertige Lösungen liefern, das würde nur zu Unselbstständigkeit führen. Lassen Sie sich das Problem und die Denkschritte erklären, um Wege in die richtige Richtung aufzuzeigen und lassen Sie Ihr Kind dann wieder selber fortfahren. Für alles, was uns begeistert, steht uns fast unerschöpfliche Energie zur Verfügung, bei weniger interessanten Aufgaben und Tätigkeiten kann die Motivation und Konzentration sehr schnell verloren gehen. Konzentrations- und Gedächtnisspiele trainieren unsere Fähigkeit, auch bei nicht ganz so spannenden Themen des Schulalltags bei der Sache zu bleiben.

Schulprobleme – Lernprobleme

ADHS / ADS – Viele Hilfen sind möglich

ADHS (Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitäts-Störung) ist heute eines der am häufigsten beschriebenen Krankheitsbilder im Kindes- und Jugendalter. Ohne das Merkmal der Hyperaktivität spricht man von Aufmerksamkeitsdefizit-Störung (ADS). Nach aktuellen Erhebungen sind in Deutschland knapp fünf Prozent der Kinder und Jugendlichen betroffen, Jungen häufiger als Mädchen. ADHS wird als eine verminderte Fähigkeit zur Selbststeuerung beschrieben.

Das äußert sich hauptsächlich in Aufmerksamkeits- und Konzentrationsstörungen, als ausgeprägte körperliche Unruhe und starkem Bewegungsdrang (Hyperaktivität) sowie in impulsivem und unüberlegtem Handeln. Wenn ADHS nicht erkannt und behandelt wird, können sich die Störungen im Sozialverhalten auf alle Lebensbereiche erstrecken. Die Symptome können bis ins Erwachsenenalter hin bestehen. Allerdings nicht jedes Kind, das unkonzentriert, lebhaft und laut ist, leidet auch an ADHS.

Verschiedene „auffällige“ Verhaltensweisen können auch Ausdruck einer normalen Entwicklung sein, denn beispielsweise Aufmerksamkeit und planvolles Handeln müssen eben auch erst gelernt werden. Genauso können soziale Probleme in der Familie oder im Umfeld zu Verhaltensauffälligkeiten führen. Die Diagnose ADHS kann nur nach einer umfassenden Untersuchung durch erfahrene Ärzte oder Psychologen gestellt werden.

Die Behandlung umfasst unterschiedliche Therapieprogramme, Aufmerksamkeits- und Konzentrationstrainings, psychotherapeutische Maßnahmen und kann nach eingehender Abwägung auch medikamentöse Therapien beinhalten.

Startschwierigkeiten?

Nach der ersten Euphorie kommt bei vielen Erstklässlern bereits der erste Frust auf. Sie haben keine Lust mehr auf die starren Regeln im Unterricht. Sie sehnen sich oftmals zurück zur unbeschwertem Kindergartenzeit mit Spiel und Spaß. Möglichkeiten, überschüssige Energie los zu werden, gibt es in der Schule kaum. Hier bleibt nur die Pausenhofzeit oder der Sportunterricht. Oft ist es schon nach den Herbstferien soweit, dass die Kinder nicht mehr in die Schule möchten. Hier ist es wichtig, mit viel Geduld und Einfühlungsvermögen den genauen Hintergrund zu erfragen. In dieser Zeit wird schon bei vielen Kindern der Grundstein für Lust oder Unlust auf die Schule gelegt.

Lernprobleme können dazu führen, dass sich Kinder in der Schule nicht mehr wohlfühlen. Jedes Kind hat eigene Vorlieben und Schwächen. Hier müssen die Schülerinnen/Schüler auf ein gemeinsames Niveau gebracht werden. Dieser Spagat ist für die Lehrerinnen/Lehrer nicht einfach. Das eine Kind zeigt bereits große Begeisterung für Rechenaufgaben und kann sich schon lange darauf konzentrieren. Andere Kinder begeistern sich eher fürs Lesen. Die Lehrerinnen/Lehrer versuchen, auf der einen Seite den gelangweilten Schülern ein Erfolgserlebnis zu bieten und



Probleme in der Schule?

Hilfe von den Plan-B-Experten

www.kompetenzzentrum-gelsenkirchen.de



WORTSpiel

Praxis für Logopädie Andrea Merker
Therapie für Sprech-, Sprach-,
Stimm- & Schluck-Störungen
Robert-Schmidt-Straße 18
45884 Gelsenkirchen-Rotthausen
Tel: 0209 94 76 77 46
Grillostraße 51
45881 Gelsenkirchen-Schalke
Tel: 0209 59082111

Weitere Infos auf : www.wortspiel-gelsenkirchen.de

gleichzeitig die überforderten Schülerinnen/Schüler behutsam zu fördern. In dieser Zeit ist vor allem die Geduld und Hilfe der Eltern gefragt. Eine enge Abstimmung zwischen Eltern und Lehrerinnen/Lehrern ist zwingend notwendig, um Lernblockaden oder anderen Auslösern für Schwierigkeiten in der Schule gemeinsam entgegenwirken zu können. Die Ursachen der Blockade müssen schnell ausgeräumt werden, um den Kindern die rege Teilnahme am Unterricht zu ermöglichen und so auf sanfte Weise den Einstieg in den häufig stressigen Schulalltag zu erleichtern.

Wie kann Logopädie helfen?

Die Logopädie beschäftigt sich mit der Diagnostik und der Behandlung bei Problemen in der Sprachentwicklung, der Stimme und des Schluckens. Wenn Sie sich als Eltern Sorgen über die altersgemäße

Entwicklung der Sprache und Sprechfähigkeit Ihres Kindes machen, führt Sie der Weg zunächst zu Ihrem/Ihrer Kinderarzt/-ärztin. Der wird Ihr Kind gegebenenfalls an eine Logopädin oder einen Logopäden überweisen.

Mithilfe moderner Diagnostik ist es heute bereits bei zweijährigen Kindern möglich festzustellen, ob hier eine logopädische Störung vorliegt oder Ihr Kind nur einfach noch nicht so weit ist und noch etwas Zeit braucht.

Wie erkenne ich eine Lese- und Rechtschreibschwäche?

Nach neuesten Untersuchungen besteht der Verdacht auf eine Lese- und Rechtschreibschwäche (Legasthenie) in der ersten und zweiten Klasse der Grundschule bei nahezu 15 Prozent aller teilnehmenden




**Logopädische Praxis
Lau & Lechtenberg**

Am Wedem 6c · 45899 Gelsenkirchen
Auf dem Schollbruch 25 · 45899 Gelsenkirchen
Fon 0209 5177407 · Fax 0209 5177408
info@lau-lechtenberg.de · www.lau-lechtenberg.de

Behandlung von Sprechen, Sprache,
Stimme, Kommunikation, Hörverarbeitung,
Lesen und Schreiben, Familienberatung



Praxis für Logopädie
Ihre Stimme | Ihr Sprechen | Ihre Sprache

**Tohit Yildiz
Logopäde**

Praxis für Logopädie
Ebertstraße 20, 45879 Gelsenkirchen
Tel.: 0 209 – 94 79 03 58, Fax: 0 209 – 94 77 55 11
E-Mail: tohityildiz@hotmail.de



PRAXENGEMEINSCHAFT FÜR SPRACH-, SPRECH- UND STIMMTHERAPIE

Dipl.-Päd. Simone Siemes
Bahnhofstraße 85 a · 45879 Gelsenkirchen
Telefon: 02 09/9 57 07 72 · Fax: 02 09/9 57 07 74

Kinder. Meist bemerken die Eltern in den ersten beiden Grundschulklassen, dass ihr Kind Schwierigkeiten beim Lesen und Schreiben hat.

Es ist aber auch nicht gleich auf eine Lese- und Rechtschreibschwäche zurückzuführen, wenn Ihr Kind vielleicht etwas langsamer und mit etwas mehr Mühe Lesen und Schreiben lernt. Kinder sind nun mal unterschiedlich, entwickeln sich unterschiedlich und lernen natürlich auch unterschiedlich leicht und schnell. Fehler zu machen gehört hier ebenfalls zum Lernen dazu. Bestimmte Fehler werden mit der Zeit und mit ausreichend Übung immer seltener und die Lernerfolge stellen sich über kurz oder lang ein, denn alle Kinder wollen lesen. Verschwindet diese Begeisterung oder verkehrt sie sich gar ins Gegenteil, dann hat das Gründe.

Der Lernprozess bei Kindern mit Lese- und Rechtschreibschwäche unterscheidet sich in dem Ausmaß und der Beharrlichkeit der Probleme beim Lesen und Schreiben.

Hinweise können sein:

- Zunächst ist die hohe Fehlerzahl auffällig.
- Die selben Worte werden heute falsch und morgen richtig geschrieben.
- Einfache Worte werden falsch, schwierige werden hingegen richtig geschrieben.
- Trotz Übung vermindert sich die Fehlerzahl nicht.

- Es kommt zu keinen stabilen Fortschritten und auch oft gelesene Worte werden nicht wiedererkannt.
- Verschleifen von Sprachlauten und das Lesen aufeinanderfolgender Mitlaute fällt schwer.

Einer der großen Irrtümer zur Lese- und Rechtschreibschwäche ist, dass es legasthenietytische Fehler gibt. Die gibt es aber nicht. Die Fehler sind meist individuell.

Sollten mehrere der genannten Kriterien auf Ihr Kind zutreffen, suchen Sie das Gespräch mit der Lehrerin oder dem Lehrer und holen Sie sich Rat bei Spezialisten. Nur eine umfassende Untersuchung kann genaueren Aufschluss darüber geben, inwieweit Ihre Sorgen begründet sind.

Ergotherapie

Zeigt Ihr Kind bestimmte Entwicklungsauffälligkeiten, das können beispielsweise Störungen in der Fein- und Grobmotorik, Wahrnehmungs- und Konzentrationsstörungen, Verhaltensauffälligkeiten, Lernschwierigkeiten oder ADS sein, empfiehlt die/der Kinderärztin/Kinderarzt oftmals den Besuch der/dem Ergotherapeutin/Ergotherapeuten. Die Ergotherapie betrachtet das Kind ganzheitlich mit seinen Stärken und Schwächen, aber auch mit seinen Potenzialen. Auf der Basis eines differenzierten Befundes können



Praxis für Ergotherapie
Zerin Yilmaz Weinzierl

📍 Lasthausstraße 35
45894 Gelsenkirchen

☎ 0209 / 977 590 78
☎ 0209 / 977 590 79
✉ zerin.weinzierl@mail.de

✓ **NACHHILFE-SCHULE**
Göke-Fritsch

Unser Angebot:

- intensive und individuelle Förderung
- Einzelunterricht
- zwei Probestunden gratis

Hochstr. 5, 45984 Gelsenkirchen

☎ 0209/3 18 66 23
www.nachhilfeschule-goeke-fritsch.de

verschiedene alltägliche Beschäftigungsmaßnahmen, Bewegung und Spiel eingesetzt werden. Es werden körperliche, emotionale und auch soziale Aspekte betrachtet, um die Fähigkeiten der/des Patientin/Patienten zu verbessern.

Wie erkenne ich eine Rechenschwäche?

Viel weniger bekannt als die Lese- und Rechtschreibschwäche ist die Dyskalkulie, die vergleichbare Störung im mathematischen Bereich. Kinder mit Rechenschwäche entwickeln nicht in gleicher Weise einen Zahlenbegriff und Mengenvorstellungen wie ihre Altersgenossen. Sie können zum Beispiel Zahlen nicht mit den Augen erfassen, sondern nur durch Abzählen, meist mit den Fingern. Die Kinder haben wenig Verständnis für Zahlen und können die einfachen mathematischen Aufgaben gar nicht oder nur nach vielen Übungen lösen, insbesondere haben sie Schwierigkeiten, wenn das Rechnen die Zahl der eigenen Finger übersteigt. Obwohl die Merkfähigkeit betroffener Kinder in anderen Bereichen gut ist, trifft dies für mathematische Aufgaben nicht zu.

Es muss somit jeden Tag wieder von vorne begonnen werden. Betroffene Kinder müssen mathematische Lösungen mit ganz anderen Strategien finden. Zunächst wird natürlich nur die Fehlerhäufigkeit bemerkt, das eigentliche Problem aber nicht erkannt und mehr Übung gefordert. Die Kinder, die in anderen Fächern durchaus gute Leistungen erbringen, können so Selbstzweifel entwickeln und ihr Selbstvertrauen verlieren.

Nicht zuletzt deshalb kommt der frühzeitigen Diagnose eine besondere Bedeutung zu, um mit gezielten Hilfestellungen Ihr Kind zu unterstützen. In sehr vielen Fällen lässt sich eine Rechenschwäche mit einer

individuellen Therapie, die an den besonderen Fähigkeiten des Kindes anknüpft, erfolgreich behandeln. Nachhilfe nützt in einem solchen Fall natürlich nicht.

Hochbegabung

Hinter manch einer Verhaltensauffälligkeit wie Aggressivität oder Zappeligkeit versteckt sich in Wirklichkeit eine Unterforderung. Wenn Ihr Kind diese Symptome zeigt, kann das ein Anzeichen für hohe Intelligenz sein, muss aber nicht. Es empfiehlt sich, das auf jeden Fall von einem Spezialisten abklären zu lassen.

Was ist eigentlich der IQ?

Der IQ wird allgemein als Maßstab für Intelligenz verstanden, doch ein Test kann nur bestimmte Fähigkeiten untersuchen, etwa logisches Denken oder räumliches Vorstellungsvermögen.

Wo kann mein Kind einen IQ-Test machen?

IQ-Tests bei Kindern werden von allen Kinder- und Jugendpsychiatern, vom schulpyschologischen Dienst und von manchen niedergelassenen Psychologen sowie in sozialpädiatrischen Zentren in Kinderkliniken durchgeführt.



Praxis für Ergotherapie
Martina Erbeck

www.ergotherapie-erbeck.de

0209 40522660

Bismarck **Bulmke- Hüllen**

Diagnostik • Beratung • Therapie

- Schul- und Lernprobleme
- Konzentrationsstörungen
- Verhaltensprobleme
- Einzel- und Gruppentraining
- Videoberatung für Eltern und Pädagogen



Praxis für Ergotherapie Gunhild Butteweg

Ahstraße 2
45879 Gelsenkirchen
Telefon 0209 148 82 80
www.ergotherapie-butteweg.de



Die Freizeit ist sehr wichtig!

Nachmittag – Erholung und Stressabbau

Gerade für die Erstklässler enthält der Tagesablauf im Schulalltag nun sehr viel mehr Pflichten, als das noch im Kindergarten der Fall war. Achten Sie deshalb darauf, Ihrem Kind am Nachmittag nicht zu viele Aktivitäten und Termine zuzumuten. Lassen Sie genügend selbstbestimmte Freizeit. Ein Tag hat „nur“ 24 Stunden. In unserer Zeit scheint dies bereits für Kinder manchmal zu wenig zu sein. Nach Aktivitäten wie Schule, Sport, Musik oder Nachhilfe bleibt kaum mehr eigene Freizeit übrig, um sich mit Freunden zu treffen, zu toben, oder sich einfach nur zu entspannen. Gerade Erstklässler sind nach der Schule häufig müde und erschöpft. Viele Eindrücke durch den neu gestalteten Alltag kosten Energie. Nur Kinder, die einen unbeschwerten Nachmittag verbringen konnten, werden am nächsten Tag motiviert und mit neuer Energie zur Schule gehen.

Schwimmen

Rund ein Drittel aller Kinder können auch nach der Grundschule noch nicht richtig schwimmen. Diese Tatsache ist tragischerweise dafür verantwortlich, dass die Anzahl der Bade- und Schwimmunfälle steigt. Sie als Eltern sollten unbedingt dafür sorgen, dass Ihr Kind schwimmen lernt. Ab etwa vier Jahren ist die motorische Entwicklung meist soweit

ausgereift, dass Ihr Kind schwimmen lernen kann. Schwimmen ist nicht nur wichtig, es macht auch Spaß! Beim Schwimmen trainieren Kinder Ausdauer und Geschicklichkeit und entwickeln Selbstbewusstsein und Sicherheit.

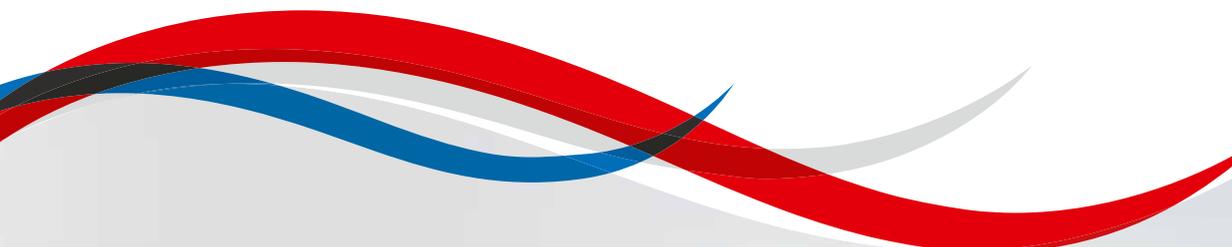
Kinder und Haustiere

Irgendwann kommt einmal der Tag an dem sich Ihr Kind ein eigenes Haustier wünscht. Egal ob Hund, Katze oder Hamster – es gilt dabei immer mehrere Aspekte abzuwägen. Lässt Ihre Wohnsituation und Ihre berufliche Situation ein Haustier überhaupt zu und wenn ja, welches? Das selbstständige Versorgen eines Tieres fördert das Verantwortungsgefühl und das Selbstbewusstsein des Kindes. Die Hauptverantwortung bleibt jedoch bei den Eltern, da Kinder immer nur Teilbereiche übernehmen können.

Voltigieren und Reiten

Auf der Wunschliste der Hobbys steht das Reiten ganz weit oben, vor allem bei Mädchen. Wenn möglich, ein durchaus unterstützenswerter Wunsch. Reiten verbindet den natürlichen Bewegungsdrang der Kinder mit der Verantwortung für das Pferd. Bereits ab vier Jahren können die Jüngsten mit dem geführten Ponyreiten oder Voltigieren beginnen, selbstverantwortliches Reiten ist dann ab neun bis zehn Jahren möglich.

Ich schwimme sicher, denn Mama und Papa passen auf!



Viel Spaß!

SPORT-PARADIES im Arenapark
Adenauerallee 118 · 45891 Gelsenkirchen
0209 95440 · www.sport-paradies.de



facebook.com/SportParadiesGe

Medien

In heutiger Zeit gehören auch Medien (Fernseher, Computer ohne und mit Internet, Spielkonsole, Handy) zu beliebten Freizeitbeschäftigungen und in der modernen Gesellschaft zum Leben der Kinder dazu. Es gibt keine verlässliche Regel, wieviel Medien die Kinder konsumieren dürfen. Es ist jedoch bewiesen, dass ein übermäßiger Medienkonsum den Kindern und Jugendlichen schaden kann und das Risiko einer krankhaften Abhängigkeit deutlich erhöht ist. Eine Faustregel besagt, dass die Vorschulkinder bis zu einer halben Stunde und die Grundschulkinder bis zu einer Stunde am Bildschirm verbringen dürfen. Kinder unter 10 Jahren sollten nur unter Aufsicht einer erwachsenen Person im Internet surfen.

Der übermäßige Medienkonsum kann zu Konzentrationsschwierigkeiten, Kopfschmerzen, Schlafstörungen, aggressiven Verhaltensweisen und zu Lernschwierigkeiten führen. Das Entstehen von körperlichen Erkrankungen wie Adipositas auf Grund mangelnder Bewegung und Zuckererkrankungen werden begünstigt.

Führen Sie folgende Regeln zum Schutz Ihres Kindes vor übermäßigem Medienkonsum ein:

- Lassen Sie Ihr Kind morgens vor dem Kindergarten oder der Schule nicht fernsehen oder mit Computer/Handy spielen
- Lassen Sie Ihr Kind nicht vor dem Fernseher essen
- Lassen Sie Ihr Kind am besten nur einmal täglich fernsehen oder am Computer spielen. Danach werden die Geräte ausgeschaltet.
- Sehen Sie sich die Fernsehsendungen gemeinsam mit Ihrem Kind an, sprechen Sie danach über die Sendung.
- Bieten Sie Ihrem Kind andere Beschäftigungen wie Vorlesen, Geschichten erzählen, Hörspiele hören, gemeinsame Spiele spielen, basteln etc. an. Häufig verlangen die Kinder nach Fernsehen oder Computer aus Langeweile.

Musik, Sport und Freizeitangebote

Musik macht Spaß. Und dieser Spaß sollte auch bei allen Überlegungen zur Musikerziehung im Vordergrund stehen. Nur so wird Ihr Kind auch über viele Jahre oder sein ganzes Leben lang der Musik treu bleiben.

Das wirklich Besondere und auch wertvolle am Musikmachen ist die Verbindung aller emotionalen und intellektuellen Potenziale des Menschen. Die frühkindliche Musikerziehung, die in vielen Kindergärten stattfindet, fördert Intelligenz und Begabung, aber auch Kreativität und Sozialverhalten. Es wird auch eine Sensibilisierung des Gehörs erreicht. Auf spielerische und musische Art werden Kinder an das Singen, an Instrumente und weitere Möglichkeiten des Musizierens herangeführt. Letztendlich erreicht man eine ganzheitliche Förderung. Die Wünsche und Vorlieben Ihres Kindes sollten Sie dabei möglichst berücksichtigen und der Fachhandel kann Ihnen ebenfalls bei der Auswahl eines altersgerechten Instruments helfen. Die Möglichkeit, mit Gleichaltrigen zusammen zu musizieren, ist immer wieder eine zusätzliche Motivation und so legen Sie bei Ihrem Kind mit der Musik vielleicht den Grundstein für eine lebenslange Bereicherung.

Sport hält fit

Nachdem Ihr Kind am Vormittag überwiegend sitzen muss, sollten Sie dafür sorgen, dass es nachmittags die fehlende Bewegung nachholt. Viele Sportvereine bieten bereits im Vorschulalter ein breites Programm an sportlichen Möglichkeiten an. Ihr Kind erwirbt auf spielerische Art die ersten technischen und taktischen Fähigkeiten und erlebt ein faires Miteinander in der Gemeinschaft. Außerdem sollte möglichst jedes Kind Fahrrad fahren. Abgesehen von der Bewegung an der frischen Luft fördert das Fahrrad das Koordinationsvermögen und den Gleichgewichtssinn. Freie Zeit ist Freizeit. Neben dem wachsenden Bedürfnis der Kinder nach Freizeitaktivitäten mit Gleichaltrigen, lassen Sie auch Raum für Unternehmungen mit der Familie. Um den nötigen Erholungswert und Ausgleich zum Schulalltag zu schaffen, sollten bei der Freizeitgestaltung Unternehmungen mit der ganzen Familie nicht zu kurz kommen. Eine Radtour, ein Freibadbesuch oder ein Ausflug – suchen Sie sich aus der Vielzahl von Möglichkeiten die Aktivitäten aus, die dem Erholungsbedürfnis aller Familienmitglieder gerecht werden.

Familienurlaub

Wohin? Jedes Jahr stellen sich Familien die gleiche Frage, wenn es um die Urlaubsplanung geht. Die Reiselust der Deutschen ist ungebrochen – lediglich

jeder fünfte Deutsche fährt nicht in den Urlaub. Die Palette an Angeboten ist breit – mittlerweile stellen sich immer mehr Reiseveranstalter und Hotels auf Familien und Kinder ein und bieten nicht mehr nur Programme in den Ferien, sondern auch außerhalb an. Waren es früher nur größere Hotels und Clubs, so führt die seit einigen Jahren starke Nachfrage an Familien-Urlaubern dazu, dass auch Campingplätze, Rundreisen und ganze Hotelketten sich hauptsächlich auf Familien einstellen.

Während die Individualisten sich mit Wohnmobil, Wohnwagen oder gar Zelt auf Campingplätzen tummeln oder es sich in einer Ferienwohnung oder einem -haus gemütlich machen, gilt für immer mehr Reiseziele, dass das Hotel den Eltern und Kindern etwas bieten muss – für Kinder in Form von Kinderanimation und/oder Kinderclubs unterteilt in verschiedene Altersgruppen, für die Eltern werden oft spezielle Themenwochen angeboten wie Yoga/Pilates, Koch- und Sprachkurse, Wellness etc.

Da viele Familien und Kinder auch sportlich sehr aktiv sind, bieten sich spezielle Aktivreisen wie Reiterferien, Kanutouren oder Skiurlaub an. Auch kulturell wird für Familien mittlerweile einiges geboten: Studienreisen speziell auf die Familie zugeschnitten werden bereits von einigen deutschen Reiseveranstaltern extra aufgelegt. Doch nicht nur Eltern und Kinder verreisen immer häufiger – auch Großeltern reisen mit oder mit den Enkeln zusammen.

Jedoch müssen die Interessen nicht immer auf einer Wellenlänge schwimmen: Vater träumt vom Camping, das Kind will an den Strand und die Mutter möchte gerne Wellness – auch Gegensätzliches kann in einem Urlaub vereinbart werden, das Internet bietet hier die ideale Suchplattform an. Die Nachfrage für Familienurlaub steigt und somit werden sich die Reiseveranstalter auch immer mehr für Familien einfallen lassen.



© stock.adobe.com – Robert Kneschke



ZOOM
ERLEBNISWELT
Gelsenkirchen

Weltreise an einem Tag

Auf ins Abenteuer!

T 0209 95450
info@zoom-erlebniswelt.de
www.zoom-erlebniswelt.de

f
You Tube
📷

PREMIUMPARTNER









Außerschulische Lernorte in Gelsenkirchen

Consolidation Schacht 9

kultur.gebiet CONSOL, Bismarck-/Consol-/Klarastraße 6
45889 Gelsenkirchen (Bismarck)

www.ib-consolidation.de bzw.
www.gelsenkirchen.de/kultur

Telefon: 0160 / 90494607 (Martin Gernhardt) bzw.
Telefon: 0209 / 169-9106 (Referat Kultur)

Die beiden zum erhaltenen Förderturm gehörenden
Maschinenhäuser beherbergen zum einen eine
funktionstüchtige Fördermaschine, die vom „Initiativ-
kreis Bergwerk Consolidation“ gewartet wird, zum an-
deren die „Kunstinstallation – Sammlung Werner Thiel“.

Consol Theater

Bismarckstraße 240, 45889 Gelsenkirchen (Bismarck)
Telefon: 0209 / 9882382, www.consoltheater.de

Im ehemaligen Lüftermaschinengebäude auf dem
Zechengelände Consolidation 3/4/9 hat im Septem-
ber 2001 das Consol Theater seine Heimat gefunden.
Programmschwerpunkt ist Kinder- und Jugendtheater,
ergänzt um Stücke für Erwachsene, Konzerte sowie Se-
minar- und Kursangebote.

Dokumentationsstätte „Gelsenkirchen im Nationalsozialismus“

Cranger Straße 323, 45891 Gelsenkirchen (Erle)
Telefon: 0209 / 169-8552

www.gelsenkirchen.de/isg

Im ehemaligen Sitz der NSDAP-Ortsgruppe Erle befindet
sich eine Dauerausstellung zu Ursachen und Folgen der
nationalsozialistischen Gewaltherrschaft am Beispiel
Gelsenkirchen. Die Dokumentationsstätte bietet Vortrags-
und Filmreihen sowie Seminare und Gesprächskreise.

KreativWerkstatt für Kinder und Jugendliche

aGEnda 21-Büro,

Von-Oven-Straße 19, 45879 Gelsenkirchen (Altstadt)
Telefon: 0209 / 1479130, www.kreativwerk.org Die

KreativWerkstatt ist ein Programmbereich der Volks-
hochschule und ein Netzwerk von mehr als 65 Organisa-
tionen und Gruppen in Gelsenkirchen mit dem Ziel: die
Zukunftskompetenzen der Kinder und Jugendlichen und
damit auch die Zukunft Gelsenkirchens zu fördern und
zu sichern. In allen Stadtteilen gibt es die Angebote
für Kinder und Jugendliche zwischen 10 und 18 Jahren.

Kulturraum „die flora“

Florastraße 26, 45879 Gelsenkirchen (Altstadt)
Telefon: 0209 / 169-9105

www.gelsenkirchen.de/dieflora

Seit 1995 bietet der städtische Kulturraum im ehemaligen
Landeszentralbankgebäude ein reichhaltiges Kultur-
angebot rund um die frühere Kassenhalle mit Lesungen,
Vorträgen, Filmen, Theater und Musik. Der Kulturraum ist
Partner bei den Kinder- und Jugendprogrammen Kultur-
strolche und Kulturrucksack und bietet z. B. auch Theater-
vorstellungen für Kindergärten und Schulen an.

Kunstschule Gelsenkirchen e. V.

Neustraße 7, 45892 Gelsenkirchen (Erle)
Telefon: 0209 / 6138772

www.kunstschule-gelsenkirchen.de

Bietet Freiraum für Ideen mit Malen, Zeichnen, Thea-
ter, Film, Musik, Literatur, Tanz u. v. m. für Kinder im
Früh- und Vorschulbereich, Kinder im Grundschulalter
und Jugendliche, aber auch für Erwachsene.

Kunstmuseum Gelsenkirchen

Horster Straße 5-7, 45897 Gelsenkirchen (Buer)
Telefon: 0209 / 4377

www.gelsenkirchen.de/kunstmuseum

Ob ein Museumsbesuch mit praktisch-künstlerischer
Arbeit, kreative Feriengestaltung oder ein spannendes Ge-
burtstagsprogramm: Für Kinder und Jugendliche bietet die
Kunstvermittlung des Kunstmuseums Gelsenkirchen kosten-
frei vielseitige Programme an. Die Themen sind alters-
gerecht ausgewählt und auf die jeweiligen Fähigkeiten
ausgerichtet. Neben spielerischen Bildbetrachtungen
haben die Kinder immer die Möglichkeit, selbst kreativ
zu werden. Die Bildbetrachtung schult die Wahrnehmung,
das gemeinsame Gespräch fördert die Sprache und regt die
Fantasie an, und beim Malen und Basteln werden motori-
sche Fähigkeiten gefördert. Die kleinen Künstler nehmen
am Ende des Museumsbesuchs etwas selbst Gemachtes mit.

MiR – Musiktheater im Revier

Kennedyplatz, 45881 Gelsenkirchen (Schalke)
Telefon: 0209 / 4097-243

www.musiktheater-im-revier.de

Das 1959 von einer Architektengruppe um Werner Ruhna
gemeinsam mit einer Künstlergruppe um Yves Klein ge-
staltete Gebäude gehört zu den wichtigsten deutschen

Nachkriegs-Theaterbauten. Auf dem populären Musiktheaterprogramm stehen Opern, Operetten und Musicals sowie Konzerte der Neuen Philharmonie Westfalen und Inszenierungen des „Balletts im Revier“.

Schloss Horst

Turfstraße 21, 45899 Gelsenkirchen (Horst)
Telefon: 0209 / 169-6162

www.gelsenkirchen.de/schlosshorst

Bedeutendstes Renaissance-Schloss des nordwestdeutschen Raumes, erbaut zwischen 1554 und 1572. Ab 1992 nach Plänen von Prof. Jourdan grundlegend renoviert und ergänzt. Seitdem finden hier Kulturveranstaltungen verschiedenster Art statt. In der Erlebnisausstellung „Leben und Arbeiten in der Renaissance“ im Museum Schloss Horst erfahren die Besucherinnen und Besucher „hautnah“ die damalige Zeit. Es werden Führungen mit einem Audioguide oder Referenten angeboten. In der restaurierten Vorburg haben der BÜRGERService und die Stadtteilbibliothek ansprechende Räume gefunden. Außerdem steht dort ein angenehmer Tagungs- und Ausstellungsraum zur Verfügung.

Stadtbibliothek

Kinderbibliothek und MedienMobil

Ebertstraße 19, 45879 Gelsenkirchen (Altstadt)
Telefon: 0209 / 169-2817

Stadtteilbibliothek Buer

Im Linden-Karree, Hochstr. 40 - 44
45894 Gelsenkirchen (Buer)
Telefon: 0209 / 169-4378

Stadtteilbibliothek Horst

Turfstraße 21, 45899 Gelsenkirchen (Horst)
Telefon: 0209 / 169-6221

Stadtteilbibliothek Erle

Cranger Straße 323, 45891 Gelsenkirchen (Erle)
Telefon: 0209 / 169 6785

stadtbibliothek.gelsenkirchen.de

Ein attraktives Medienangebot aus Romanen und Sachbüchern, Musik- und Hör-CDs, DVDs und Spielen für Kinder und Erwachsene lädt zum Besuch ein. Regelmäßig im Programm sind auch Vorleseaktionen, Kinderkino, Puppentheater, Sommerleseclub, Trickfilmworkshops und vieles mehr.

Städtische Musikschule Gelsenkirchen

Rolandstraße 3 (GE-Zentrum) und Neustraße 7 (GE-Erle)
Telefon: 0209 / 1696174

www.gelsenkirchen.de/musikschule

An zwei zentral gelegenen Standorten in Gelsenkirchen bietet die Städtische Musikschule ihre Kurse an. Erstes gemeinsames Musizieren, Instrumentalunterricht, das Spiel in Ensembles, Bands oder Orchestern, junges Musiktheater, sowie das Singen in den Chören – die Städtische Musikschule Gelsenkirchen bietet für Jeden etwas!

Volkshochschule Gelsenkirchen

Ebertstraße 19, 45879 Gelsenkirchen (Altstadt)
Telefon: 0209 / 169-2508

www.vhs-gelsenkirchen.de

Die Volkshochschule (VHS) ist das kommunale Weiterbildungszentrum der Stadt Gelsenkirchen und bietet in den Bereichen Politik und Gesellschaft, Kulturelle Bildung und kreatives Gestalten, Gesundheit und Umwelt, Berufliche Weiterbildung, Fremdsprachen und Deutsch als Zweitsprache, Grundbildung und Schulabschlüsse zahlreiche Weiterbildungsmöglichkeiten für Eltern an. Aber auch für Kinder und Jugendliche werden immer mehr Kurse und Veranstaltungen angeboten.

Kinder entdecken Gelsenkirchen

Ein Stadtführer für 4- bis 12-Jährige

Einem Fuchs begegnen oder sich als Künstlerin oder Künstler ausprobieren – Gelsenkirchen bietet viele Möglichkeiten.

Fünf Entdeckungstouren stellt das kostenfreie Buch auf 68 Seiten im handlichen DIN A5-Format vor. Autor ist der Naturpädagoge und Macher der Kinderumweltzeitung Michael Godau. Er hat bei jeder Tour je zwei Kinder mit dem Fotoapparat begleitet, die von ihren Ausflügen erzählen.

Unter www.gelsenkirchen.de/publikationen gibt es das Buch zum Herunterladen.

Städtische Jugendzentren, Bau- und Abenteuerspielplätze



Die Jugendzentren, Bau- und Abenteuerspielplätze bieten Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen vielfältige Möglichkeiten der Freizeitgestaltung. Gleichzeitig sind sie Lern- und Erfahrungsorte. Ob Chillen, Hausaufgabenbetreuung, Bewerbungstraining oder Workshops zu Themen wie Tanz, Musik, Theater, kreatives Gestalten, für jeden gibt es das passende Angebot. Die Angebote sind offen und richten sich nach den Interessen der Besucherinnen und Besucher.

Bauspielplatz Bochumer Straße

Bochumer Straße 214
45886 Gelsenkirchen
Tel.: 0209 / 203129 oder 0209 / 21373
E-Mail: bsp.bochumer@gelsenkirchen.de



Bauspielplatz Bottroper Straße

Bottroper Straße 40b
45899 Gelsenkirchen
Tel.: 0209 / 514240
E-Mail: bsp.bottroper@gelsenkirchen.de



Jugendzentrum Buerer Straße „JUBS“

Buerer Straße 86
45899 Gelsenkirchen
Tel.: 0209 / 516165
E-Mail: jz.buerer@gelsenkirchen.de

Jugendzentrum Driburger Straße „Jugi“

Driburger Straße 10
45896 Gelsenkirchen
Tel.: 0209 / 398080
E-Mail: jz.driburger@gelsenkirchen.de

Jugendzentrum Kanzlerstraße „Die Villa“

Kanzlerstraße 23
45883 Gelsenkirchen
Tel.: 0209 / 4084126
E-Mail: jz.kanzler@gelsenkirchen.de

Jugendzentrum Nottkampstraße „Junos“

Nottkampstraße 32
45897 Gelsenkirchen
Tel.: 0209 / 594585
E-Mail: jz.nottkamp@gelsenkirchen.de

Jugendzentrum Erich-Kästner-Haus

Frankampstraße 43
45891 Gelsenkirchen
Tel.: 0209 / 771202
E-Mail: jz.frankamp@gelsenkirchen.de

Jugendzentrum Tossehof

Plutostraße 89
4588 Gelsenkirchen
Tel.: 0209 / 873355
E-Mail: jz.pluto@gelsenkirchen.de

www.gelsenkirchen.de/jugendzentren

Finanzielle Unterstützung: „GEfördert! Damit Ihr Kind weiterkommt“



Das Gelsenkirchener Bildungs- und Teilhabepaket

In Gelsenkirchen sollen alle Kinder und Jugendlichen bei allen Aktivitäten in der Schule und Freizeit mitmachen können. Deshalb gibt es für Kinder aus Familien mit geringem Einkommen finanzielle Unterstützung.

Schulbedarfspaket

Sie können für Schulmaterialien im August 100 € und im Februar 50 € erhalten.

Empfänger von ALG II, Hilfe zum Lebensunterhalt und Empfänger von Asylbewerberleistungen erhalten dieses Geld i. d. R., automatisch, bei der Einschulung reichen Sie dem Jobcenter oder dem Referat Soziales bitte eine Schulbescheinigung ein.

Beim Bezug von Wohngeld oder Kinderzuschlag muss einmalig ein Antrag beim Team Bildung und Teilhabe gestellt werden.

Ausflüge und Klassenfahrten

Wenn Klassenfahrten oder Ausflüge in der Schule geplant sind, dann können Sie einen Antrag auf Übernahme der tatsächlichen Kosten stellen. Sie können diesen im Sekretariat oder beim Team Bildung und Teilhabe des Referates Kinder, Jugend und Familien abgeben. Die Zahlung erfolgt direkt an die Kita, die Schule oder die Lehrerin/den Lehrer.

Lernförderung (Nachhilfe)

Wenn es mal nicht so gut läuft, können auch die Kosten einer durch die Schule organisierten Nachhilfe übernommen werden. Eine private Nachhilfe wird nicht übernommen. Bitte wenden Sie sich zunächst an die Lehrerin oder den Lehrer Ihres Kindes. Diese bestätigen dann den Bedarf und haben sicher auch den Vordruck bereit.

Zuschuss zur Mittagsverpflegung

Für Kinder, die am gemeinsamen Mittagessen teilnehmen, kann über das Sekretariat oder beim Team Bildung und Teilhabe eine Kostenübernahme beantragt werden.

Teilhabe

Ihr Kind möchte sich sportlich oder künstlerisch betätigen? Das Kind ist im Verein? Oder es möchte in den Sommerferien an einer Ferienfreizeit teilnehmen? Sie können einen monatlichen Zuschuss von 15 € in Form von Gutscheinen erhalten.

Wo Ihre Teilhabegutscheine willkommen sind können Sie unserer Internetseite entnehmen unter: www.gelsenkirchen.de/bildungspaket.

Schülerbeförderung

Bei Schülerinnen und Schülern, die für den Besuch der nächstgelegenen Schule des gewählten Bildungsgangs auf Schülerbeförderung angewiesen sind, können die dafür erforderlichen tatsächlichen Aufwendungen berücksichtigt werden, soweit diese nicht von Dritten übernommen werden.

**Unsere Kundenbüros
finden Sie hier:**

Kundenbüro Gelsenkirchen:
Kurt-Schumacher-Straße 4,
45881 Gelsenkirchen, Raum 225 – 228

Kundenbüro Buer:
Horster Straße 6, 45897 Gelsenkirchen,
Ladenlokal

E-Mail: bildungspaket@gelsenkirchen.de

Die Grundschulempfehlung

Im ersten Halbjahr der Klasse 4 werden Sie über die Bildungsgänge der Sekundarstufe I und das Schulangebot in der Stadt Gelsenkirchen informiert. Die Klassenlehrerin oder der Klassenlehrer Ihres Kindes wird mit Ihnen ein Beratungsgespräch über die weitere schulische Förderung Ihres Kindes führen. Mit dem Halbjahreszeugnis in Klasse 4 erhält Ihr Kind eine Schulformempfehlung.

Die Empfehlung trifft Aussagen, die über die üblichen Noten hinausgehen. Die Einschätzungen betreffen insbesondere die Lernentwicklung, besondere Leistungsmerkmale und die Sozial-, Methoden und Arbeitskompetenzen Ihres Kindes. Die Grundschule begründet in dieser Empfehlung, welche Schulform des gegliederten Schulwesens (Hauptschule, Realschule, Gymnasium) für Ihr Kind geeignet ist und welche es voraussichtlich am besten in seiner weiteren Entwicklung fördern kann. Darüber hinaus sind die Gesamtschule und die Sekundarschule für jedes Kind geeignet, weil sie durch ihr besonderes pädagogisches Konzept Kinder jeglicher Eignung angemessen fördern kann.

Übergang Grundschule – weiterführende Schule

Der Übergang von der Grundschule in die weiterführende Schule ist mit Vorfreude und auch Unsicherheiten verbunden. In Gelsenkirchen arbeiten Grundschulen und weiterführende Schulen daran, den Übergang für die Schülerinnen und Schüler einheitlich zu gestalten. Ein Ziel dabei ist, dass die Kinder und ihre Eltern der neuen Situation sicher und gelassen begegnen.

Sozialdienst Schule – Unterstützung ab der 3. Klasse

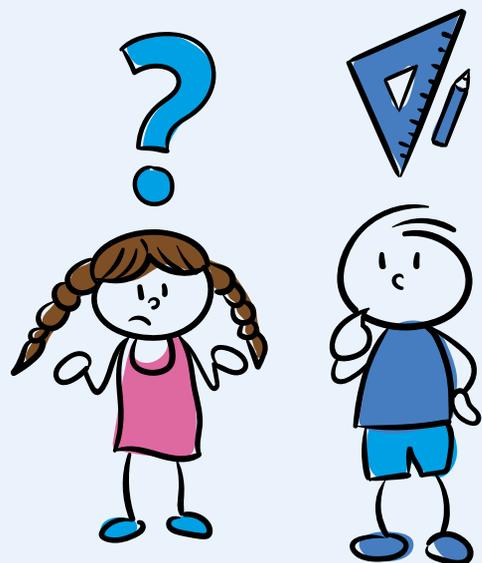
Der Sozialdienst Schule hat das Ziel, die Bildungsbiografien von Schulkindern in Gelsenkirchen erfolgreich mit zu gestalten und zu unterstützen, um jedem Kind eine gute Bildung und eine soziale Inklusion zu ermöglichen. Gelsenkirchener Schulkindern soll eine gesunde physische, psychische, emotionale und soziale Entwicklung ermöglicht werden, mit dem Ziel, einen Schulabschluss zu erwerben.

Zielgruppe des Sozialdienstes Schule sind Schülerinnen und Schüler von der 3. bis zur 10. Klasse.

Im Grundschulbereich unterstützen wir Ihre Kinder dabei, das Klassenziel mit einer Versetzung zu erreichen. Des Weiteren möchten wir Sie als Eltern in Ihrer Erziehungs- und Bildungsverantwortung dahingehend stärken, gemeinsam mit Ihnen einen gelingenden Übergang an die weiterführenden Schulen zu erreichen. Unser Auftrag ist es, Sie als Eltern in diesen Schulphasen in gemeinsamer Verantwortung mit Ihrem Kind zu unterstützen und zu begleiten. Damit die Schule Freude macht und der Schulalltag erfolgreich bewältigt werden kann, stehen wir Ihnen bei Fragen in diesem Bereich unter folgender Adresse als Ansprechpartner gerne zur Verfügung:

Referat Kinder, Jugend und Familien Team Sozialdienst Schule (51/7.2), Zeppelinallee 9-13
45879 Gelsenkirchen
Tel. 0209 – 169 44 31

Das Team des Sozialdienstes Schule wünscht allen Erstklässlern und ihren Familien einen tollen Schulstart.



Stichwortverzeichnis

A	ADHS/ADS	36	N	Nachmittag	40
	Arbeitsplatz.	19		Neue Medien	33
	Ausflüge	47		Noten	35
B	Bekleidung.	18	O	Öffentlicher Nahverkehr.	17
	Branchenverzeichnis	3	P	Pausenbrot.	22
	Buchtipp	13	R	Rechenschwäche	39
C	Camping	43		Rechtschreibschwäche.	37
D	Dyskalkulie	39		Reiten	40
E	Ergotherapie	38	S	Schreibtisch.	19
	Erholung	40		Schuhe	27
	Ernährung	22		Schulanmeldung	7
	Erster Schultag	31		Schulbedarfspaket	47
F	Fahrrad	17		Schulbus	17
	Familienurlaub	43		Schuleingangsuntersuchung	8
	Flüchtlingskinder	33		Schulfähigkeit	7
	Förderung	4		Schulprobleme	36
	Freizeit	40		Schulstart	12
	Fremdsprachen	33		Schulsystem	4
G	Ganztagsschule.	7		Schultasche	19
	Gesundheit.	21		Schultüte.	31
	Grundschulempfehlung	48		Schulweg	16
H	Haftpflichtversicherung.	30		Schwimmen	40
	Hausaufgaben	35		Sehen	24
	Haustiere.	40		Sozialdienst.	48
	Hochbegabung	39		Sport.	42
	Hören	24		Sportoutfit.	18
I	Impfpflicht	9		Sprachstandsfeststellung.	5
	Inhaltsverzeichnis.	2		Startschwierigkeiten	36
	Inklusion	5		Stichtag	7
	Jugendzentrum.	46		Stressabbau	40
K	Kieferorthopäde	26	T	Taschengeld.	15
	Kleidung	18		Teilhabe.	47
L	Lehrplan	32	U	Unfallversicherung	30
	Leistungsbewertung	35		Unterrichtszeit.	32
	Lernförderung	47		Urlaub	43
	Lesen	13	V	Versicherung	30
	Leseschwäche.	37		Vorwort	1
	Linkshänder	21	W	Wellness	43
	Logopädie	37	Z	Zahnarzt	25
M	Masern	9		Zuschuss	8
	Musik	42			

www.gelsenkirchen.de/schule



Herausgeber:
WIKOMmedia Verlag für Kommunale- und Wirtschaftsmedien GmbH
in Zusammenarbeit mit der Stadt Gelsenkirchen, Referat Bildung
September 2020