

# Was gehört zur Vorbereitung auf den Kindergarten

## Eine kleine Checkliste

- Melden Sie Ihr Kind rechtzeitig im Kindergarten an
- Informieren Sie sich über die Art und Dauer der Eingewöhnungszeit. Planen Sie dafür genug Zeit ein, in der Sie noch keine beruflichen Verpflichtungen haben.
- Nützen Sie alle Möglichkeiten den Kindergarten kennen zu lernen. Viele Kindergärten haben Schnuppertage und laden „neue Kinder“ mit ihren Eltern zu Festen ein.
- Gehen Sie öfters am Kindergarten vorbei, wenn die Kinder im Freien spielen und schauen Sie mit Ihrem Kind zu. Auch das schafft Vertrauen und macht neugierig.
- Geben Sie Ihrem Kind die Gelegenheit immer wieder mit anderen Kindern zu spielen. Z.B. bei Freunden, am Spielplatz, in einer Eltern-Kind-Gruppe, beim Kinderturnen,.....
- Schaffen Sie Möglichkeiten, wo Ihr Kind ohne Sie bei anderen vertrauten Erwachsenen ist. Z.B. bei den Großeltern, bei befreundeten Familien,....So lernt das Kind, dass es auch von anderen Erwachsenen gut betreut ist und sich sicher fühlen kann und Sie selbst bekommen die Sicherheit, dass Ihr Kind auch ohne Sie zurecht kommt.
- Vermutlich haben Sie für Ihr Kind ein Abschiedsritual, wenn Sie weggehen und Ihr Kind in der Obhut von Papa oder jemand anderem bleibt. Wenn nicht, dann entwickeln Sie eines, dass für Sie und Ihr Kind passt. Das hilft dann auch beim Abschied im Kindergarten.
- Wenn Ihr Kind bereits eine Betreuungseinrichtung besucht, dann macht es dort viele Erfahrungen, die es auf den Kindergarten vorbereiten. Die verbleibende Zeit darf hier ruhig Familienzeit, ohne zusätzliche Aktivitäten sein.
- Lassen Sie Ihr Kind bei Kinder-Kontakten am Spielplatz usw. Selbstständigkeit üben. Z.B. den anderen Kindern zeigen, dass es mitspielen will, kleine Streitereien selbst lösen. Ist Ihr Kind mit einer Situation überfordert, dann helfen Sie ihm bei der Lösung.
- Geben Sie den ElementarpädagogInnen bei der Anmeldung alle wichtigen Informationen. Dazu gehören auch persönliche Eigenheiten des Kindes. Z.B. wenn ein Kind besonders schüchtern ist; mit Trennungen schlechte Erfahrungen gemacht hat; eine Nahrungsunverträglichkeit hat usw.
- Besorgen Sie alles, was Ihr Kind für den Kindergarten brauchen wird. Manchmal sind Großeltern oder andere Verwandte gerne bereit, einzelne Anschaffungen zu übernehmen und freuen sich, wenn sie gefragt werden.
- Wenn Ihr Kind eine Kleinkindbetreuung besucht oder bei einer Tagesmutter in Betreuung ist, dann denken Sie an die Gestaltung eines guten Abschiedes. Für Ihr Kind sind ja die PädagogInnen, die Tagesmutter und die anderen Kinder vertraute Menschen geworden, mit denen es gerne etwas macht. Nun „verschwinden“ diese Menschen wieder aus dem Leben Ihres Kindes. Ein Abschiedsfest, kleine Geschenke und Fotos können diese Trennung erleichtern und einen Erinnerungsplatz im Album des Kindes bekommen.
- Wenn Ihr Kind das erste Mal in eine Kinderbetreuungseinrichtung kommt, dann machen Sie sich bewusst, dass in den ersten Monaten die restliche Zeit eine ausgeglichene, entspannte Familienzeit sein soll. Das Kind ist mit den Anregungen im Kindergarten so ausgelastet, dass zusätzliche Aktivitäten am Nachmittag und an den Wochenenden überfordern könnten.
- Überlegen Sie, wer für Sie selbst eine gute Stütze sein kann, wenn Ihnen als Mutter/Vater der Abschied vom Kind für täglich mehrere Stunden schwer fällt. Eigene Erinnerungen können hoch kommen und stärkend, aber auch belastend sein. Da tut es gut mit jemandem reden zu können und verstanden zu werden.
- Wenn Sie sich Sorgen über Ihr Kind machen, weil es extreme Ängste hat oder unverständliche Verhaltensweisen zeigt, dann können Sie bei Gesprächen in einer Familienberatungsstelle, bei Erziehungsberatungsstellen oder KinderpsychologInnen Orientierung und Hilfe finden.
- Manche Kinder werden im ersten Kindergartenhalbjahr oft krank. Sie fangen einfach jede Verkühlung auf. Machen Sie in der Familie einen Notfallplan, wer dann die Betreuung des kranken Kindes übernehmen kann.

- Wenn möglich, planen Sie den Sommerurlaub so, dass noch zwei Wochen Zeit sind, bis der Kindergarten beginnt.
- Passen Sie 14 Tage vor Kindergartenbeginn den Tagesablauf mit Aufstehen, Essenszeiten und Schlafen gehen schrittweise an den Rhythmus der Kindergartenzeit an. Der Körper braucht für Rhythmusumstellungen zwei Wochen und machen Sie Ihrem Kind und sich selbst die Umstellung leichter.