



ELTERNINFORMATION ZUR EINSCHULUNGS- UNTERSUCHUNG

Bitte aufbewahren!
Dient zur Vorlage bei der Schulanmeldung

www.rv.de

LAND
KREIS
RAVENS
BURG



Freund
lichkeit³
Bürger/innen
Gemeinden
Mitarbeiter/innen



Inhalt

Vorwort	4
Sprache	5
Grobmotorik.....	9
Fein-, Schreib- und Visuomotorik	10
Zahlen- und Mengenverständnis	12
Fernsehen und Computer	13
Ernährung	14
Zahngesundheit.....	17
Was können Eltern noch für ihre Kinder tun?	18
Impfungen	20
Kontakte	21
Adressen und Anlaufstellen.....	22
Bescheinigung über ESU-Teilnahme.....	23

Vorwort

Liebe Eltern, liebe Sorgeberechtigte!

Die Grundlagen für die gesunde Entwicklung Ihres Kindes werden in den ersten Lebensjahren gelegt. Wie diese abläuft, hängt nicht nur von den Anlagen des Kindes ab, sondern auch von den altersgemäßen Anregungen und eigenen Erfahrungen. Als Eltern können Sie diese Entwicklung nicht beschleunigen, Sie können Ihr Kind aber unterstützen, neue Erfahrungen zu machen und neu erworbene Fähigkeiten durch Üben sicherer werden zu lassen. Sie werden dabei merken, dass Ihrem Kind manche Fähigkeiten leichter fallen und es für andere vielleicht etwas mehr Zeit braucht.

Die Einschulungsuntersuchung erfasst den aktuellen Entwicklungsstand Ihres Kindes. Gezielte Unterstützungs- und Fördermaßnahmen können so gegebenenfalls rechtzeitig vor dem Schulbeginn eingeleitet werden.

Mit dieser Broschüre erhalten Sie Hinweise und Vorschläge zur häuslichen Förderung, also all das, was Sie zuhause mit Ihrem Kind spielen und üben können, sowie Tipps für Spiele, Bücher und anderes mehr.

Wir wünschen Ihnen und Ihrem Kind viel Freude auf diesem neuen spannenden Weg und hoffen, dass unsere Empfehlungen Sie dabei unterstützen können.

Die Untersuchungsergebnisse Ihres Kindes erhalten Sie gesondert auf einem Befundbogen für sorgeberechtigte Personen und zur Weitergabe an den Arzt/die Ärztin.

Ihr Kinder- und Jugendgesundheitsdienst

“Kinder sind keine Fässer, die gefüllt, sondern Feuer, die entfacht werden wollen.”

François Rabelais

Die Sprache dient der Verständigung

Das verständliche Sprechen, das Verstehen von Sprache, die richtige Betonung und Aussprache von bestimmten Lauten und die Merkfähigkeit sind Grundlagen für Ihr Kind, um sich auszudrücken und leichter Lesen und Schreiben zu lernen.

Kinder ohne ausreichende Kenntnisse in der Schulsprache Deutsch können vom Kindergarten über die Schule bis hin zum Beruf in ihrer Entwicklung benachteiligt sein. Dies kann die deutschen Kinder mit verzögerter Sprachentwicklung in ähnlicher Weise betreffen wie die Kinder, die Deutsch als Zweitsprache nicht ausreichend lernen.

Ihr Kind lernt besser sprechen, wenn Sie mit ihm nicht in der Kleinkind- oder Babysprache sprechen, sondern so, wie Sie in Ihrer Familie mit allen sprechen. Ein Kind entwickelt sich besser in einer reichen Sprachumgebung.

Reiche Sprachumgebung Wiederholung und Sprachabwechslung

Die kindliche Sprache entwickelt sich weiter,

- ✓ wenn Sie wiederholen, was das Kind sagt, damit es merkt, dass Sie ihm zuhören.
Kind: „Oma war vorher da.“
Vater: „Aha, Oma war vorher da, was wollte sie?“
- ✓ wenn Sie den Inhalt wiederholen und dabei den Satz verändern. So lassen sich neue Worte einführen.
Kind: „Im Zoo war da so ein Tier mit schwarz-weiß.“
Mutter: „Du meinst bestimmt das Zebra, das Du im Gehege gesehen hast, ja stimmt, sein Fell hat schwarze und weiße Streifen.“
- ✓ wenn Sie beim Sprechen mit Ihrem Kind Blickkontakt halten, damit das Kind neue Worte von Ihren Lippen ablesen kann.
- ✓ Richtiges Wiederholen: Falls Ihr Kind etwas nicht richtig sagt, hilft es ihm, wenn Sie den Satz richtig wiederholen, ohne auf den Fehler hinzuweisen.
Kind: „Der Pferd steht da.“
Vater: „Ja, stimmt, das Pferd steht da auf der Weide.“

Reiche Sprachumgebung

Begleitendes Sprechen

Ihr Kind lernt dazu,

- ✓ wenn Sie zu Ihrem Kind über das sprechen, was gerade geschieht.
Mutter: „Wir gehen jetzt Äpfel kaufen, Papa hat gesagt, er möchte welche haben.“
- ✓ wenn Sie sprachlich ausdrücken, was ein anderer gerade fühlt oder was Ihr Kind gerade fühlt.
Vater: „Da wird die Mama traurig sein, wenn Du ihr Buch runter wirfst.“
oder: „Du hast Dich gestoßen, das tut sicher weh, da würde ich auch weinen.“

Art des Sprechens

- ✓ Langsames und betontes Sprechen ist hilfreich.
- ✓ Auch der Einsatz Ihrer Hände und Ihres Gesichtes (Gesten, Mimik) beim Sprechen ist wichtig. Die Dinge, über die Sie sprechen, dürfen Sie gerne begleitend zeigen.

Unterstützung der Sprachentwicklung

Vorlesen und Geschichten erzählen

- ✓ Anschließend darüber sprechen
- ✓ Viele W-Fragen stellen (warum, wozu, wer, weshalb)
Das geht am besten, wenn die Geschichten Ihrem Kind und Ihnen gut gefallen.

Lieder und Gedichte lernen - das alles macht mehr Spaß als man denkt!

- ✓ Klatschen, tanzen und singen
- ✓ Wort-, Reim- und Fingerspiele, Hoppe-Reiterspiele, Zungenbrecher

Zuhör-Übungen

- ✓ Dem Kind Gelegenheiten zum Erzählen geben
- ✓ Gut zuhören als Regel für alle Familienmitglieder (zum Beispiel beim Essen)
- ✓ Gezieltes Hinhören mit Lauschspielen (Geräusche-Memory, Stille Post)

Rollenspiele

- ✓ Anregungen zum Rollenspiel durch Erwachsene und dann Rückzug, sobald die Kinder alleine zurechtkommen
- ✓ Bereicherung mit neuen Ideen

Rollenspiele lassen Kinder in eine andere Welt verreisen („... und dann wärst Du das Kind und ich die Mama und wir gehen jetzt einkaufen und ...“)

Deutliche Aussprache - gute Artikulation

Übungen für die Mundmotorik

- ✓ Mit dünnem Trinkhalm trinken
- ✓ Luftballons aufblasen
- ✓ Wattepusten mit Trinkhalm
- ✓ Kamm mit Seidenpapier umwickeln und ein Lied blasen
- ✓ Schmollmund, Brummlippen
- ✓ Seifenblasen

Zungenbrecher

- ✓ Zwei Ziegen zogen zehn Zentner Zucker zum Zoo.
- ✓ Unser Hund heißt Kunterbunt. Kunterbunt heißt unser Hund.
- ✓ Schnecken essen Kresse nicht, denn Kresse schmeckt den Schnecken nicht.
- ✓ Fischers Fritze fischt frische Fische, frische Fische fischt Fischers Fritze.
- ✓ Es klapperten die Klapperschlangen, bis ihre Klappern schlapper klangen.



Lernen von zwei oder mehr Sprachen

Kinder können verschiedene Sprachen gut gleichzeitig lernen. Sie sollen erfahren, dass Eltern ihre Muttersprache schätzen und erleben, dass sich ihre Eltern für die deutsche Sprache interessieren und sie lernen. Eltern sind wichtige Vorbilder!

Der Kindergarten als Chance

Im Kindergarten wird das Kind von den Erzieherinnen gezielt mit Spielen, mit Gesprächen, mit Liedern und Versen, mit Bilderbüchern und Geschichten gefördert.

Empfehlungen für das zweisprachige Zuhause

Wenn in der Familie ein Elternteil sehr gut deutsch spricht, sollte er mit dem Kind deutsch sprechen, der andere Elternteil spricht die nicht-deutsche Familiensprache.

Wenn in der Familie beide Elternteile nicht gut deutsch sprechen, sollten die Eltern mit dem Kind in ihrer Muttersprache sprechen und das Kind in der Muttersprache fördern (Vorlesen, Reime, Lieder in der Muttersprache). Zusätzlich sollten die Eltern vom ersten Lebenstag der Kinder an dafür sorgen, dass ihr Kind viel Kontakt zur deutschen Sprache bekommt (Krabbelgruppe, Mutter-Kind-Turnen, regelmäßiger Besuch des Kindergartens, Hörkassetten in Deutsch).

Fernsehen ist zum Deutschlernen nicht geeignet!

Empfohlene Fernseh-Richtzeiten:

0 bis 3 Jahre: am besten gar kein Fernsehen

3 bis 6 Jahre: täglich höchstens 30 Minuten

Grobmotorik

bedeutet Auseinandersetzung mit der Umwelt, Erweiterung des Lebensraumes und damit auch des sozialen Umfeldes. Über die Grobmotorik werden auch die Sprachentwicklung und das räumliche Vorstellungsvermögen beeinflusst.

Besonders geeignet sind Bewegungsformen, die große Bereiche des Gehirns aktivieren. Dies ist bei allen Übungen der Fall, welche die Körpermitte überschreiten und bei denen gleichzeitig Arme und Beine bewegt werden. Der Gleichgewichtssinn informiert unseren Körper über die Lage im Raum. Hier erfolgt das Zusammenspiel mit unserem Seh- und Tastsinn.

Grobmotorische Geschicklichkeit und Gleichgewicht

- ✓ gehen, laufen, rennen, hüpfen, klettern, springen
- ✓ zu Fuß zum Kindergarten gehen
- ✓ Zehengang, Fersengang
- ✓ Einbeinstand, Einbeinhüpfen, Balancieren
- ✓ Übungen mit Hula-Hupp-Reifen, Gummi-Twist
- ✓ Roller und Fahrrad fahren (mit Helm!)
- ✓ Fang- und Versteckspiele
- ✓ Bewegung und klatschen zu Musik
- ✓ tanzen, Ball spielen, Seil springen
- ✓ turnen, schwimmen
- ✓ jonglieren mit Tüchern und Bällen, Jo-Jo

Raum-Lage-Orientierung

(rechts-links, oben-unten, vorne-hinten, vor-hinter, über-unter)

- ✓ sich Wege merken
- ✓ beim Aufräumen helfen



Jede Form von Bewegung, die Spaß macht, tut Ihrem Kind gut!

Die richtige Stifthaltung

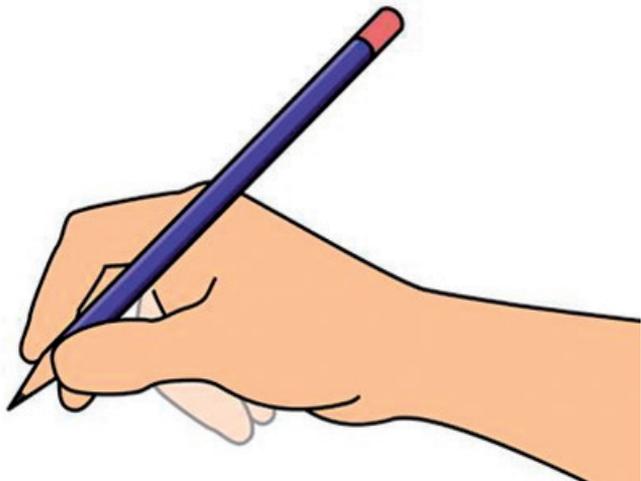
3-Punkt-Griff

Mit dem 3-Punkt-Griff sind die Finger und der Stift bei aufliegendem Handgelenk am beweglichsten.

Eine gut entwickelte Feinmotorik ist wichtig, um Bewegungsabläufe geschickt und gezielt umsetzen zu können. Die Schreibmotorik entsteht durch differenzierte Bewegungen der Finger und der Hände, die diese beim Schreiben, Malen, Ausschneiden, Falten usw. ausführen.

Um das Schreiben zu lernen, benötigen Kinder eine sichere Hand-Auge-Koordination (Visuomotorik). Diese entwickelt sich durch:

- ✓ eine gute Handbeweglichkeit (Bewegungsabläufe der Hand ohne Hinsehen oder Nachdenken)
- ✓ eine gute Wahrnehmung mit den Augen (Symbole und Zeichen genau erkennen und unterscheiden können)
- ✓ eine gute Umsetzung des Gesehenen in Bewegung.



Tipps zum Üben der Feinmotorik

- ✓ Kneten, Tönen, Perlen auffädeln, Perlenbilder, Murmelspiele
- ✓ Knüpfen, Weben, Stricklieseln
- ✓ Fingerspiele
- ✓ Brot streichen, mit Messer und Gabel essen, Obst schneiden
- ✓ Ein Instrument spielen
- ✓ Spiele: Dr. Bibber, Angenspiel, Steckerspiel, Ausnahkarten, Fantasia, Nagelmaterial
- ✓ Buchtipp: „Fädeln, Schnüren, Zubinden“

Tipps zum Üben der Handmotorik

- ✓ Freies Malen, Ausmalen, Mandalas, Schwungübungen

Tipps zum Üben der visuellen Wahrnehmung (mit den Augen)

- ✓ Genaues Hinsehen, genaues Unterscheiden
- ✓ Spiele: Schau genau, Differix, Bilderlotto, Fehlerbildsuche, Memory

Tipps zum Üben der Visuomotorik (Hand-Auge-Koordination)

- ✓ Muster nachzeichnen, Faltspiele mit Papier, Ausschneiden,
- ✓ Klebekollagen, mit kleinen Legosteinen oder Ähnlichem nach Vorlage bauen, Steckspiele
- ✓ Spiele: Colorama, Puzzles, Kindergarten-Trainer, Muster legen
- ✓ Buchtipp: Legespiel-Buch „Challenger“

Die Händigkeit

sollte bis spätestens zu Beginn des letzten Kindergartenjahres geklärt sein. Eindeutige Linkshänder sollte man mit praktischen Hilfen fördern, auf keinen Fall umschulen! Bei wechselnder Händigkeit können Spielbeobachtungen oder eine Arztberatung weiterhelfen.

Mathematische Vorläuferfähigkeiten

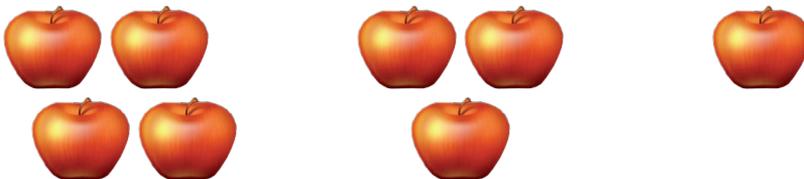
Im Vorschulalter erworbene mathematische Vorläuferfähigkeiten können spätere schulische Leistungen positiv beeinflussen.

Mathematische Vorläuferfähigkeiten sind

- ✓ Zahlenfertigkeit vorwärts und rückwärts
- ✓ Zahlenwissen
- ✓ räumliches Vorstellungsvermögen
- ✓ simultane Mengenerfassung (Erfassung von Zahlen ohne Abzählen)

Fördertipps für Zuhause

- ✓ Brett-, Würfel- und Kartenspiele:
Mensch-ärgere-Dich-nicht, Fang-den-Hut, Kniffel, Uno, Halli Galli, 4 gewinnt, Quartett, Domino
- ✓ Zählübungen im Alltag:
Bestecke, Teller, Gläser, Früchte, Töpfe, Autos, Fahrräder, Straßenlaternen, Seilspringen, Ballprellen, Schaukeln, Hüpfen...
- ✓ Spontan kleinere Mengen erkennen:



Bildschirme raus aus Kinderzimmern!

Durch zu frühen und übermäßigen Medienkonsum können weitreichende Entwicklungsprobleme bei Kleinkindern und Vorschulkindern entstehen:

- ✓ unzureichend entwickelte Motorik
- ✓ sprachliche Defizite
- ✓ Aufmerksamkeitsstörungen
- ✓ Verhaltensauffälligkeiten
- ✓ Übergewicht

X Schulische Probleme und zu viel Fernsehen oder Spielen am Computer weisen einen Zusammenhang auf! Bitte achten Sie deshalb im Interesse Ihres Kindes auf einen bewussten und altersgerechten Umgang mit elektronischen Medien!

Es ist nicht nur wichtig, was ein Kind anschaut oder mit welchem Computerspiel es sich beschäftigt, sondern auch, wie lange es vor dem Fernseher, dem Computer, dem Gameboy, der Playstation usw. sitzt.

Manchmal entdeckt sich die Familie ohne Smartphone, Radio, Fernsehgerät oder andere Medien neu!

Die Grundlage für ein liebevolles Familienklima ist das gemeinsame Gespräch. Dies gelingt ohne Medien besser!

Empfohlene Fernseh-Richtzeiten

0 bis 3 Jahre: am besten gar kein Fernsehen

3 bis 6 Jahre: täglich höchstens 30 Minuten

Weitere Informationen erhalten Sie bei der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (www.bzga.de).

Für eine gute Entwicklung

Kinder entwickeln sich in der vorschulischen Phase in Riesenschritten weiter. Damit sie diese Aufgaben bewältigen können, sollte auch die Ernährung stimmen.

Welche Mahlzeiten im Alltag?

- ✓ Kinder haben nur geringe Energiereserven und brauchen deshalb eine klare

Mahlzeitenstruktur:

Frühstück - Pausenbrot - Mittagessen - Imbiss - Abendessen

- ✓ Gönnen Sie Ihren Kindern und sich selbst genügend Zeit zum Essen und Genießen
- ✓ Kinder brauchen Rituale, auch beim Essen, beispielsweise einen Tischspruch
- ✓ Das Auge isst mit: Essen soll schön zubereitet und angerichtet sein

Was sollen Kinder essen?

Eine vielseitige Mischkost ist für Ihre Kinder am besten:

- ✓ **Reichlich**
(zuckerfreie) Getränke und pflanzliche Lebensmittel (Getreide, Gemüse, Obst)
Mindestens die Hälfte der Getreideprodukte sollte aus Vollkorn sein!
- ✓ **Mäßig**
tierische Lebensmittel (fettarme Varianten von Fleisch, Wurst oder Milchprodukten)
- ✓ **Sparsam**
fett- und zuckerhaltige Lebensmittel (Süßigkeiten, Fastfood ...)

Was wissen Ihre Kinder über das Essen?

Binden Sie Ihre Kinder so oft wie möglich in die Planung und die Zubereitung der Mahlzeiten mit ein. Beim gemeinsamen Einkaufen und Kochen lernen die Kinder, was im Essen drin ist.

Wie, wie viel und was sollen Kinder essen?

- ✓ Kleingeschnitten? - Ja, denn Kinder essen deutlich mehr Obst und Gemüse, wenn es in appetitliche Stücke geschnitten ist.
- ✓ Richtig eingekauft? - Wenn Süßigkeiten und Knabberzeug, süße Limonade, Eistee, Cola usw. immer frei verfügbar sind, werden sie auch konsumiert...
- ✓ Noch mehr? - Nein! Gesunde Kinder essen genau so viel, wie sie brauchen!
- ✓ Zum Anbeißen? - Kinder brauchen feste Kost zum Beißen. Das fördert die Verdauung, gibt früher ein Sättigungsgefühl, fördert die Mundmotorik, kräftigt das Zahnfleisch und die Kaumuskelatur.

Genug getrunken?

Am besten Leitungs- oder Mineralwasser, ungesüßten Tee oder verdünnten Saft. Übrigens: Leitungswasser kommt aus der Region und wird streng kontrolliert. Wie wäre es mit einem Krug frischen Wassers auf dem Familientisch?

Stimmt die Atmosphäre?

Beim gemeinsamen Essen lernen Kinder die richtige Nahrungsauswahl und das Sozialverhalten am Tisch. Eine angenehme Atmosphäre ist Wegbereiter für normales Essverhalten.



Liebe geht durch den Magen?

Süßigkeiten und Fastfood können Zuwendung und Liebe nicht ersetzen, sie helfen nicht über Traurigkeit und Probleme hinweg.

Manche Kinder verweigern demonstrativ bestimmte Nahrungsmittel oder ihr Verhalten am Tisch soll Aufmerksamkeit einfordern.

Am besten ist es, ruhig zu bleiben und die eingeforderte Zuwendung in positiver Form zu geben.

Wenn Fastfood und Süßigkeiten nicht als Belohnung benutzt werden, bekommt Ihr Kind auch nicht das Gefühl, sich mit Essen immer etwas Gutes tun zu müssen.

Ist Ihr Kind ein bisschen zu dick?

Übergewicht beim Kind ist ein Auftrag an die ganze Familie.

Allen muss gesundes Essen wichtig sein.

Eine Diät ist meist nicht zu empfehlen!

Besser ist eine gesunde Mischkost mit 5x täglich Obst und Gemüse, am besten ohne gesüßte Getränke und mit wenig Süßigkeiten. Sprechen Sie mit Ihrer Kinderärztin oder Ihrem Kinderarzt oder nehmen Sie Kontakt zu ihrer Krankenkasse auf!

Fehlt Ihrem Kind Bewegung?

Ohne regelmäßige Bewegung ist Normalgewicht kaum möglich.

Deshalb gehören Alltagsanstrengungen zum Leben.

Wege am Wohnort können auch zu Fuß bewältigt werden, Kindergarten- und Schulwege machen in der Gemeinschaft viel mehr Spaß!

Gute Informationen bietet das Landratsamt Ravensburg mit dem EU-Projekt

“Kinder im Gleichgewicht” (KIG)

(www.kinder-im-gleichgewicht.eu).

Die Zahnentwicklung Ihres Kindes

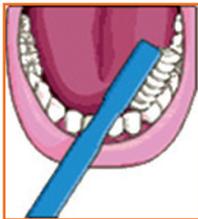
Ihr Kind hat 20 Milchzähne. Obwohl diese später ausfallen und durch die bleibenden Zähne ersetzt werden, erfüllen sie wichtige Aufgaben im Mund.

- ✓ Platzhalter
Milchzähne halten Platz für die bleibenden Zähne frei. Gehen sie z.B. durch Karies zu früh verloren, wachsen die bleibenden Zähne oft schief nach.
- ✓ Zahnwechsel
Ab dem 6. Lebensjahr beginnt bei Ihrem Kind der Zahnwechsel. Die unteren Schneidezähne fangen an zu wackeln und fallen aus. Ein besonderes Augenmerk ist auf die hinter den Milchzähnen wachsenden bleibenden Backenzähne zu legen. Sie sollen das ganze Leben lang halten, sind aber besonders durch Karies gefährdet.

Wichtige Regeln

- ✓ Mindestens 2 Mal täglich Zähneputzen mit fluoridhaltiger Zahnpasta (nach dem Frühstück und vor dem Schlafengehen). Kleinkinder putzen mit Kinderzahnpasta, ab 6 Jahren sollten die Kinder die Zahnpasta der Erwachsenen verwenden. Richtiges Zähneputzen ist wichtig! Helfen Sie deshalb Ihrem Kind und putzen Sie die Zähne abends von allen Seiten gründlich nach.

Alle Zähne von allen Seiten nach dem KAI-Zahnpflegesystem putzen:



Kauflächen



Außen



Innen

Vorsorge

Gehen Sie mit Ihrem Kind mindestens halbjährlich zum Zahnarzt zur Kontrolle der Zähne und der Kieferentwicklung. Ab 6 Jahren kann eine kostenfreie Individualprophylaxe (z.B. Zahnputztraining, Fissurenversiegelung oder Fluoridierung) in Anspruch genommen werden.

Was können Eltern noch für ihre Kinder tun?

Erziehungsgrundsätze

So unterschiedlich wir auch sind, es gibt ein paar allgemeine Erziehungsgrundsätze, die nicht nur unser Familienleben angenehmer machen, sondern vor allem unseren Kindern den Halt und das Rüstzeug geben, um neugierig und zuversichtlich unsere Welt zu erfassen.

Leben in der Familie und Leben in der Gemeinschaft

- ✓ Ein Kind braucht berechenbare und verlässliche Regeln sowie verlässliche Zeiten für Mittagessen, Spielen, Zubettgehen.
- ✓ Auch Rituale stärken das Gefühl der Zusammengehörigkeit und geben Halt, z.B. ein Essensspruch am gemeinsamen Mittags- und Abendtisch, eine kleine Gutenachtgeschichte, ein Bilderbuch, ein Lied zum Schlafengehen. Lassen Sie sich etwas einfallen!
- ✓ Ein Kind kann in der Gemeinschaft nur bestehen, wenn es dazu angeleitet wird, auch die Bedürfnisse der Anderen zu achten und zu respektieren. Ein „Wildfang“ muss zum Beispiel lernen, die Redezeit anderer Geschwister zu beachten, eine Stillarbeit am Tisch zu Ende zu bringen oder sich alleine ruhig mit einem Spiel wenigstens für 10 Minuten (je nach Alter auch länger) zu beschäftigen.
- ✓ Wenn das Kind für eine Weile „still sein“ soll, braucht das Kind für diese Zeit aber auch ein altersgerechtes Beschäftigungsangebot!

Gleiche Erziehungsziele

Ideal ist es, wenn sich Eltern immer wieder die Ziele der Erziehung gemeinsam bewusst machen und sie gemeinsam verfolgen.

NICHT: Papa lässt alles durchgehen, Mama ist fürs Erziehen zuständig oder umgekehrt.

Auch die Selbständigkeit will gefördert sein

Kinder übernehmen gerne kleine Aufgaben, die sie dann auch in ihrem Selbstbewusstsein bestärken. Dabei ist zu beachten, dass dem ältesten Geschwisterkind nicht Aufgaben aufgebürdet werden, die nicht in seinen Verantwortungsbereich gehören. Auch sollten nicht alle Geschwister gleiche Rechte zum gleichen Zeitpunkt haben, z.B. Fernseh- und Bettgehzeiten.

Kinder sind verschieden

Stille und ängstliche Kinder brauchen immer wieder Ermunterung und Bestärkung, um auch Neues und Schwieriges zu wagen.

Besonders unruhige Kinder und Kinder mit Wahrnehmungsproblemen profitieren von ruhigen Phasen des Tages, ansonsten kommt es zur Reizüberflutung, welche die negativen Symptome wie Unruhe, Unaufmerksamkeit oder Merkschwäche verstärken kann.

Hier hilft Ihr Vorbild: ruhiges und gedämpftes Sprechen, ruhige Tätigkeiten wie gemeinsam ein Buch anschauen, einen kleinen Spaziergang machen, gemeinsam basteln ...

Erziehung ist anstrengend

- ✓ Ihr Kind braucht regelmäßige Essens- und familiäre Treffzeiten sowie „Rituale“. Dinge, die wir als Erwachsene eventuell als lästige Routine empfinden, geben Ihrem Kind hingegen Halt.
- ✓ Arbeiten Sie am besten mit „positiver Verstärkung“ (z.B. sichtbaren Smileys / Sternchen / Pluspunkte), wenn ihr Kind unangenehme oder schwierige Aufgaben erfüllt: das Spielzeug aufräumen, ein Bild 10 Minuten malen... Schlechte Verstärker sind Süßigkeiten oder Fernsehen!
- ✓ Auch wenn Ihr Kind unartig war, nicht alles „rund lief“, entlassen Sie Ihr Kind mit dem Gefühl des Verzeihens in den Schlaf.
- ✓ Eine „Auszeit“ entschärft Situationen. Gemeint ist damit, dass das Kind z.B. auf sein Zimmer geschickt wird und so ein eindeutiges Signal gesetzt wird, dass sein Verhalten in dieser speziellen Situation nicht annehmbar war.
- ✓ Ein Kind darf ein Kind sein und ist kein kleiner Erwachsener! Nicht alles kann es schon selbst entscheiden. Es ist Aufgabe der Eltern, das Kind zu leiten und nicht umgekehrt.

Die besten Vorbilder sind die Eltern!

Leben Sie es vor: Gesunde Essgewohnheiten, Bewegungsfreude, Freude am Lernen, Durchhaltevermögen, Freude an der Gemeinschaft, abwechslungsreiche Freizeitaktivitäten

Impfungen

Impfungen sind wirksame und wichtige Vorbeugemaßnahmen.

Das Ziel ist, den Geimpften vor einer Krankheit zu schützen. Bei hohen Durchimpfungsraten ist es möglich, Krankheitserreger dauerhaft zu bekämpfen.

Fragen zu allen Impfungen beantworten Ihnen die Kinder- und Hausärzte. Das Landesgesundheitsamt empfiehlt bei Zeckenkontakt die FSME-Impfung. Weitere Informationen finden Sie auf der Seite des Robert-Koch-Instituts: https://www.rki.de/DE/Content/Kommissionen/STIKO/Empfehlungen/Aktuelles/Impfkalender.pdf?__blob=publicationFile

Direkt per QR-Code zum RKI:



Kontakte

Landratsamt Ravensburg
Gesundheitsamt
Kinder- und Jugendgesundheitsdienst
Gartenstraße 107
88212 Ravensburg
Telefon 0751/85-5310
Telefax 0751/85-5305

Landratsamt Ravensburg
Gesundheitsamt
Standort Leutkirch
Ottmannshofer Straße 46
88299 Leutkirch i. Allg.
Telefon 07561/9820-5610
Telefax 07561/9820-5605

E-Mail: ge@rv.de

Sprechzeiten

Mo bis Fr	08.00 bis 12.00 Uhr
Mo bis Mi	13.30 bis 15.30 Uhr
Do	13.30 bis 17.30 Uhr

Termine nach Vereinbarung

Team des Kinder- und Jugendgesundheitsdienstes

Sozialmedizinische Assistentinnen

Eva Anlauf, Ravensburg 0751/85-5372
Angelika Bautz, Ravensburg 0751/85-5373
Ursula Görlich, Ravensburg 0751/85-5374
Peggy Graf, Ravensburg 0751/85-5379
Monika Herteux, Leutkirch 07561/9820-5632
Karin Hertkorn, Ravensburg 0751/85-5375
Claudia Waizenegger, Leutkirch 07561/9820-5633

Schulärztinnen und Schulärzte

Dr. Michael Kunrath, Leutkirch, 07561/9820-5622
Julia Richtmann, Ravensburg 0751/85-5318
Dr. Birgit Schuster, Ravensburg 0751/85-5321
Dr. Katharina Siebenhaller, Ravensburg 0751/85-5345
Dr. Gabriele Steidel-Hahn, Ravensburg 0751/85-5343

Weitere Informationen bezüglich der Einschulungsuntersuchung erhalten Sie beim Sozialministerium Baden-Württemberg oder auch unter http://www.sm.baden-wuerttemberg.de/fm7/1442/130402_ESU_FAQ_Jan13.pdf

Adressen und Anlaufstellen

Jugendamt Ravensburg

- ✓ Gartenstr. 107, 88212 Ravensburg, Telefon 0751/85-3200
- ✓ Liebigstr. 1, 88239 Wangen, Telefon 07522/996-3720
- ✓ Robert-Koch-Str. 52, 88339 Bad Waldsee, Telefon 07524/9748-3410

<http://www.rv.de/servlet/PB/menu/1073920/>

Psychologische Beratungsstellen

- ✓ Robert-Koch-Str. 52, 88339 **Bad Waldsee**, Telefon 07524/4011680
Email: pb-bw@caritas-bodensee-oberschwaben.de
- ✓ Seidenstr. 3, 88316 **Isny**, Telefon 07522-3552
Email: pbs@diakonie-rv.de
- ✓ Bischof-Sproll-Str. 9, 88299 **Leutkirch**, Telefon 07561/4231
Email: pb-ltk@mail.caritas-bodensee-oberschwaben.de
- ✓ Marktstraße 53, 88212 **Ravensburg**, Telefon 0751/3977
Email: pbs@diakonie-rv.de
- ✓ Allmandstr. 10, 88212 **Ravensburg**, Telefon 0751/3590150
Email: pfl-rv@caritas-bodensee-oberschwaben.de
- ✓ Buchweg 8, 88239 **Wangen**, Telefon 07522/3552
Email: pbs@diakonie-rv.de

Erziehungskurse

- ✓ **VHS Ravensburg**
Wilhelmstr. 5, 88212 Ravensburg, Telefon 0751/36199-11 oder -12
- ✓ **VHS Bad Waldsee**
Klosterhof 2, 88339 Bad Waldsee, Telefon 07524/49941
- ✓ **Städt. VHS Bad Wurzach**
Marktstr. 16, 88410 Bad Wurzach, Telefon 07564/302-110
- ✓ **VHS Leutkirch**
Marktstr. 32, 88299 Leutkirch, Telefon 07561/87187
- ✓ **VHS Wangen**
Zunftausgasse 4, 88239 Wangen, Telefon 07522/74-242

Bescheinigung über ESU-Teilnahme

Das Kind

geboren am

hat an der Basisuntersuchung (ESU 1) durch das Gesundheitsamt

am

teilgenommen.

Sozialmedizinische Assistentin

Diese Bescheinigung dient zur Vorlage bei der Schulanmeldung.

Impressum

Herausgeber und Bestelladresse:
Landratsamt Ravensburg
Kreishaus II
Gesundheitsamt
- Kinder und Jugendgesundheitsdienst -
Gartenstraße 107
88212 Ravensburg

Gestaltung:
Landratsamt Ravensburg
Stabsstelle des Landrats

Fotos:
Martin Maier, Wahlwies
Fotolia

Stand Mai 2022



www.rv.de

