

KOSTENLOSES E-BOOK



# MEIN KIND KOMMT IN DIE SCHULE

**EIN KLEINER RATGEBER FÜR ELTERN UND  
ERZIEHUNGSBERECHTIGTE, KITA-FACHKRÄFTE UND  
LEHRER:INNEN ÜBER DIE BESTE VORBEREITUNG AUF DIE SCHULE  
VIELLEICHT EINE ANDERE SICHTWEISE**

# "Das Spiel ist die höchste Form der Forschung." Albert Einstein

Die beste Schulvorbereitung ist keine Schulvorbereitung, sondern eine glückliche, bewegte, spielreiche Kindheit. Dieser kleine Ratgeber zeigt Ihnen Ideen auf und ist eine Einladung, den Druck aus dieser Zeit zu nehmen.



- Vorwort Ein Brief an alle, die Kinder begleiten
- Kapitel 1 Was Kinder wirklich für die Schule brauchen
- Kapitel 2 Spielen – die ernsteste Arbeit der Kindheit
- Kapitel 3 Draußen sein – Natur als Lernraum
- Kapitel 4 Vorlesen, Geschichten, Sprache
- Kapitel 5 Alltagskompetenz und Selbständigkeit
- Kapitel 6 Soziale Reife: Warten, verlieren, zuhören
- Kapitel 7 Selbstregulation: die stille Superkraft
- Abschluss Ein kindgerechter Tag, das Beste für morgen  
(Oder vielleicht doch ein anderer Abschluss)

Vorwort  
Ein Brief an alle, die Kinder begleiten

Liebe Eltern und Erziehungsberechtigte, liebe Fachkräfte, liebe Lehrerinnen und Lehrer,

wenn der Sommer naht und die Schulranzen in den Schaufenstern auftauchen, beginnt für viele Familien eine besondere Zeit voller Vorfreude und manchmal auch Unsicherheit. Eltern fragen sich: Ist mein Kind bereit? Sollte ich ihm schon Buchstaben beibringen? Sollte es die Zahlen bis 20 kennen?

Dieser Ratgeber möchte Ihnen eine andere Antwort geben, eine, die aus jahrzehntelanger Forschung zur Kindheitsentwicklung und aus der gelebten Praxis von Erzieherinnen, Grundschullehrerinnen und Eltern stammt:

**Die beste Vorbereitung auf die Schule ist keine Schulvorbereitung, sondern eine kindgerechte, bewegte, spielreiche Kindheit.**

Kinder, die viel gespielt haben, mit anderen Kindern, in der Natur, mit Bausteinen, Farben und Wasser bringen etwas mit, das kein Übungsheft ersetzen kann: Neugier, Ausdauer, Fantasie und die Freude am Entdecken. Diese inneren Strukturen, aufgebaut durch echte Erfahrung, Bewegung und Beziehung sind der Nährboden, auf dem schulisches Lernen wirklich wachsen kann.

Dieses eBook richtet sich an alle, die Kinder in dieser wichtigen Zeit begleiten: an Eltern zu Hause, an Fachkräfte im Kindergarten und an Lehrerinnen und Lehrer, die den Übergang in die Schule mitgestalten. Er gibt Ihnen konkrete Ideen, Ermutigung und vielleicht das Wichtigste – die “Erlaubnis”, die Kinder einfach Kind sein zu lassen.

In diesem Sinne: Genießen Sie die Zeit vor der Schule. Sie ist ein Geschenk.



# Kapitel 1

## Was Kinder wirklich für die Schule brauchen

Wenn Grundschullehrer:innen gefragt werden, welche Kinder gut in die Schule starten, nennen sie selten jene, die schon lesen konnten. Sie nennen Kinder, die neugierig sind. Die zuhören können. Die mit anderen spielen, streiten und sich wieder vertragen. Die Ausdauer kennen und Rückschläge wegstecken.

Das sind keine angeborenen Eigenschaften, das sind Fähigkeiten, die Kinder ganz natürlich erwerben, wenn sie eine kindgerechte Kindheit erleben dürfen.

Die wichtigsten Basiskompetenzen für einen guten Schulstart:

Sprache und Kommunikation .	Zuhören, Geschichten folgen, eigene Gedanken ausdrücken, nicht durch Übungsblätter, sondern durch tägliches Gespräch, Vorlesen und gemeinsames Spielen.
Emotionale Reife	Mit Frust umgehen, warten können, sich freuen und trauern – Kinder brauchen sichere Bindungen und Raum zum Fühlen.
Soziale Kompetenz	Mit anderen spielen, Kompromisse eingehen, Regeln verstehen und einhalten – das Gesellschaftsspiel am Küchentisch ist eine echte Schule.
Körperliche Geschicklichkeit	Klettern, rennen, kneten, schneiden, malen – die Hand, die den Stift hält, lernt im Spielen.
Ausdauer und Konzentration	Wer gelernt hat, ein Spiel zu Ende zu spielen oder einem Bilderbuch bis zur letzten Seite zu folgen, kann auch im Unterricht dabei bleiben.
Selbständigkeit im Alltag	Anziehen, Schulranzen packen, Brotdose öffnen, kleine Hände, die zu Hause geübt haben, kommen in der Schule gut zurecht.

Ein Kind, das gespielt, gesungen, gebaut, getobt und gelacht hat, kommt mit den besten Voraussetzungen in die Schule. Nicht das Wissen zählt, sondern die inneren Strukturen, die durch echte Erfahrung entstehen.

# Kapitel 2

## **Spielen, die ernsteste Arbeit der Kindheit**

Kinder spielen nicht, um sich zu beschäftigen. Sie spielen, weil sie es müssen, weil das Spiel ihr wichtigstes Werkzeug ist, um die Welt zu verstehen. Im Spiel erforschen sie Ursache und Wirkung, erproben Rollen, verhandeln Regeln und lernen, mit Sieg und Niederlage umzugehen.

Bitte schenken Sie Ihrem Kind täglich ausreichend freie, ungeleitete Spielzeit ohne Bildschirm, ohne Aufgabe, ohne Erwartung. Das ist keine verlorene Zeit. Es ist die wichtigste Zeit des Tages.

### **Rollenspiele**

- Kaufladen, Arztpraxis, Ritterburg, Piratenschiff, mit einfachen Materialien
- Verkleidungskiste anlegen: alte Kleidungsstücke, Tücher, Hüte
- Puppenhaus oder kleine Tierfiguren für eigene Geschichten
- Kochen und Backen im Kinderspiel: Matschküche im Garten



## Gesellschaftsspiele

- Einfache Würfelspiele (Mensch ärgere dich nicht, Obstgarten)
- Kartenspiele (Schwarzer Peter, Memory, Mau-Mau einfach, UNO)
- Kooperative Spiele: alle gewinnen gemeinsam oder verlieren gemeinsam
- Domino, Puzzles, Legespiele mit Formen und Farben



## Kreatives und Konstruktives Spiel

- Malen, zeichnen, modellieren mit Ton oder Salzteig
- Bauen mit Holzklötzen, Legosteinen, Kartons und Pappröhren
- Basteln mit Naturmaterialien: Zapfen, Äste, Steine, Blätter
- Schneiden, kleben, reißen – feinmotorische Goldgrube



Weniger Spielzeug ist oft mehr. Ein Korb mit Tüchern, Holzstücken und Alltagsgegenständen regt die Fantasie stärker an als das ausgefeilteste Kunststoffspielzeug.

# Kapitel 3

## Draußen sein – Natur als Lernraum

Kinder, die regelmäßig draußen sind, sind nicht nur gesünder. Sie sind ausgeglichener, konzentrierter und kreativer. Die Natur ist der reichste Lernraum, den es gibt und er steht allen offen.

Matsch, Regen, Hitze, Frost - all das sind keine Hindernisse, sondern Erfahrungen, die Kinder stark machen. Der berühmte Satz "Es gibt kein schlechtes Wetter, nur schlechte Kleidung" ist tatsächlich pädagogisch klug.

### Frühling

- Pfützen nach dem Regen erkunden
- Pflanzensamen in Töpfe stecken
- Ameisenwege beobachten
- Blütenkränze binden



### Sommer

- Barfuß laufen: Wiese, Sand, Erde, Pflastersteine
- Wasser spielen mit Kannen, Schläuchen, Eimern
- Beeren pflücken und bestimmen
- Im Wald Höhlen bauen

### Herbst

- Kastanien, Eicheln, Zapfen sammeln
- Tiere auf Wintervorbereitung beobachten
- Herbarium anlegen
- Drachen steigen lassen



### Winter

- Im Schnee buddeln und Skulpturen bauen
- Vogelfutter herstellen und aufhängen
- Eisblumen am Fenster beobachten
- Spuren im Schnee lesen
- 

**Naturerfahrungen stärken nicht nur den Körper, sie trainieren Aufmerksamkeit, Geduld und das Staunen. Das ist in der Schule Gold wert.**

Und wenn das alles mal nicht klappt, ist kein Versagen. Das ist Alltag.

# Kapitel 4

## Vorlesen, Geschichten, Sprache

Vorlesen ist das Beste, was Sie für die Schulbereitschaft Ihres Kindes tun können. Das ist keine Übertreibung, das ist Forschungskonsens. Kinder, denen täglich vorgelesen wird, verfügen über einen größeren Wortschatz, können besser zuhören, haben mehr Fantasie und zeigen mehr Empathie.

Und das Schönste: Vorlesen ist einfach. Es braucht kein Konzept, keine App, keinen Kurs. Es braucht ein Buch, einen bequemen Platz und Sie.

### So wird Vorlesen noch wertvoller

Beim Vorlesen im Gespräch bleiben

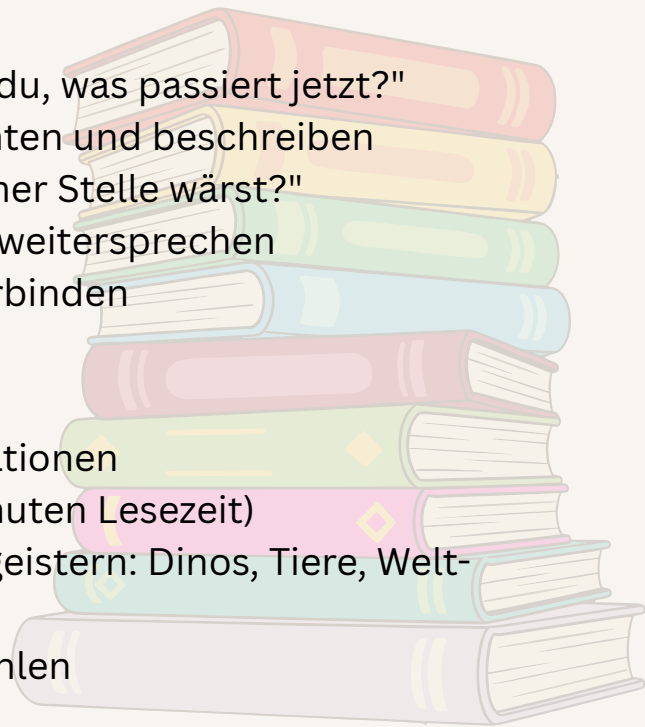
- Halten Sie inne und fragen: "Was denkst du, was passiert jetzt?"
- Bilder im Bilderbuch gemeinsam betrachten und beschreiben
- "Wie würde es dir gehen, wenn du an seiner Stelle wärst?"
- Über das Gelesene nach der Geschichte weitersprechen
- Eigene Erlebnisse mit der Geschichte verbinden

Bücher für Vorschulkinder – was passt?

- Bilderbücher mit klaren, schönen Illustrationen
- Kurze Geschichtenbücher (ca. 10–20 Minuten Lesezeit)
- Sachbücher zu Themen, die das Kind begeistern: Dinos, Tiere, Welt-  
raum
- Wimmelbücher zum Entdecken und Erzählen

### Hörbücher und Kinderpodcasts

Auch Hörbücher und kindgerechte Podcasts können wertvolle Ergänzungen sein, besonders auf langen Fahrten oder als ruhige Mittagspause. Wichtig ist, dass das Kind aktiv zuhört und sich die Inhalte merkt. Sprechen Sie danach darüber: "Was war das Spannendste? Wer war dein Lieblingsfigur?" Das übt genau die Fähigkeiten, die in der Schule gefragt sind.





⚠ Bitte beachten: Hörbücher und Podcasts ergänzen das echte Buch; sie ersetzen es nicht. Das Blättern, das Zeigen, das gemeinsame Betrachten eines gedruckten Buches ist durch kein digitales Medium zu ersetzen.

# Kapitel 5

## Alltagskompetenz und Selbstständigkeit

Ein Kind, das in der ersten Klasse seine Jacke nicht allein zuknöpfen kann, ist nicht weniger intelligent, aber es verliert in der Schule wertvolle Energie und Aufmerksamkeit für Dinge, die es zu Hause hätte üben können. Selbstständigkeit im Alltag ist echte Schulvorbereitung.

Und mehr noch: Kinder, die merken, dass sie Dinge selbst können, entwickeln Selbstvertrauen. Dieses Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten ist der wichtigste Rucksack, den ein Kind mit in die Schule nehmen kann.



## **Anziehen**

Schuhe anziehen und schließen (Klettverschluss oder Schnürsenkel),  
Jacke zuknöpfen/-reißen, Mütze und Handschuhe selbständig

## **Ordnung halten**

Eigene Sachen wiedererkennen und pflegen, Ranzen oder Rucksack  
selbst ein- und ausräumen, Brotdose öffnen

## **Mahlzeiten**

Selbständig essen, Besteck benutzen, Trinken ohne zu verschütten,  
Tisch abwischen helfen

## **Körperpflege**

Hände waschen, Nase putzen, zur Toilette gehen und danach die  
Hände waschen

## **Im Haushalt helfen**

Tisch decken und abräumen, Wäsche sortieren, beim Einkauf helfen,  
kleine Aufgaben eigenverantwortlich erledigen



„Lass mich selbst!“ ist der Satz, den Kinder am häufigsten sagen und den Erwachsene am häufigsten übergehen. Hören Sie hin und lassen Sie es zu.

# *Kapitel 6*

## **Soziale Reife: Warten, verlieren, zusammen sein**

In einer Klasse mit 20 oder mehr Kindern kann niemand immer sofort dran sein. Niemand gewinnt jedes Spiel. Niemand bestimmt allein, was gespielt wird. Das ist kein Problem, das ist der Alltag. Und der lässt sich üben.

Kinder, die zuhören, warten und verlieren können, sind nicht folgsamer, sie sind kompetenter. Sie verstehen, dass andere auch Bedürfnisse haben. Das ist der Kern sozialer Intelligenz.

# Üben im Alltag – ganz ohne Druck

## Verlieren lernen beim Spielen

- Gesellschaftsspiele spielen und nicht immer gewinnen lassen.
- Zeigen, wie man gut verliert: "Super gespielt! Beim nächsten Mal habe ich vielleicht mehr Glück/ muss ich mich wohl mehr anstrengen."
- Kooperative Spiele helfen: gemeinsam gewinnen oder verlieren

## Warten können

- Im Alltag Wartezeiten zulassen, statt sofort alles zu lösen
- Beim Kochen, Backen: auf den Kuchen warten, der im Ofen ist

## Zuhören üben

- Täglich eine kurze Geschichte vorlesen und danach Fragen stellen
- Beim Essen: jeder erzählt reihum von seinem Tag
- Dem Kind zuhören, es lernt zuhören, indem es gehört wird

## Spielideen anderer akzeptieren

- Freie Spielzeit mit anderen Kindern ohne Erwachsenenregie
- Kompromisse beim Spielen begleiten, nicht vorgeben
- "Was möchte dein Freund spielen?" als echte Frage stellen



# Kapitel 7

## Selbstregulation: die stille Superkraft

Es gibt eine Fähigkeit, die stärker als jede andere als Voraussetzung für das Ausschöpfen des Potenzials in der Schule gilt und die doch kaum jemand im Fokus hat. Sie heißt Selbstregulation. Und das Gute ist: Man kann sie bereits im Vorschulalter wunderbar fördern ganz ohne Lernhefte.

### Was ist Selbstregulation?

Selbstregulation bedeutet, dass ein Kind seine eigenen Gedanken, Gefühle und Impulse steuern kann. Es kann einen Moment innehalten, bevor es handelt. Es kann sich auch dann konzentrieren, wenn es trubbelig wird. Es kann Frust aushalten, ohne sofort aufzugeben.

Die Forschung ist eindeutig: Kinder mit guter Selbstregulation lernen leichter, kommen besser mit Gleichaltrigen aus und bleiben gesünder - ein Leben lang.

Bevor Sie weiterlesen: Keine Sorge, das hier wird kein Fachvortrag. Es geht um etwas, das Sie wahrscheinlich längst tun, Sie wissen nur noch nicht, wie wertvoll es ist.



Selbstregulation ist keine Charaktereigenschaft, mit der man geboren wird. Sie entwickelt sich durch Erfahrung, Beziehung und liebevolle Begleitung.



## **Emotionsregulation**

Das Kind erkennt seine Gefühle, benennt sie und kann damit umgehen, auch wenn es traurig, wütend oder aufgeregt ist.

## **Aufmerksamkeitssteuerung**

Das Kind kann sich auf eine Sache konzentrieren, Ablenkungen widerstehen und bei einer Aufgabe bleiben, bis sie fertig ist.

## **Impulskontrolle**

Das Kind kann warten, überlegen und dann handeln, statt sofort auf jeden Impuls zu reagieren. Es hält inne, bevor es aufgibt.

## **Wie wir sprechen, was Kinder über sich lernen**

Einer der wirkungsvollsten Hebel für die Entwicklung von Selbstregulation liegt in dem, was wir sagen, wenn ein Kind etwas geleistet hat. Wie wir Kinder loben, formt ihr Selbstbild. Und ihr Selbstbild entscheidet darüber, ob sie bei Schwierigkeiten durchhalten oder aufgeben.

### **Fähigkeits-Lob ✗ (vermeiden)**

„Das hast du toll gemacht!“

Das Kind lernt: Ich bin gut oder ich bin nicht gut.

Beim nächsten Scheitern:  
Ich bin doch nicht gut.

„Du bist so klug!“

Kinder meiden danach schwierigere Aufgaben aus Angst, die Erwartung zu enttäuschen.

„Bravo, perfekt!“

Das Kind sucht äußere Bestätigung statt auf das eigene Erleben zu vertrauen.

### **Prozess-Lob ✓ (so besser)**

„Ich habe gesehen, wie ausdauernd du daran gearbeitet hast.“

Das Kind lernt: Meine Anstrengung zählt. Ich kann durch Üben besser werden.

„Wie hast du das hingekriegt? Was war dein Trick?“

Kinder wählen bewusst schwierigere Aufgaben, weil sie wissen: Anstrengung bringt sie weiter.

„Ich habe bemerkt, dass du zwischendurch keine Lust mehr hattest und trotzdem weitergemacht hast. Das ist etwas ganz Besonderes.“ Das Kind lernt Ausdauer als etwas zu sehen, das es selbst steuern kann.

## Konkrete Sätze für den Alltag

Diese Formulierungen können Sie direkt ausprobieren. Sie richten den Blick auf den Weg, nicht nur auf das Ergebnis:

Das Kind hat den Tisch schön gedeckt.

„Wie ist dir das so gut gelungen?  
Wie bist du vorgegangen?“

Das Kind hat ein Bild ausgemalt.

„Ich sehe, du hast dir viel Zeit genommen und wirklich sorgfältig gearbeitet. Das merkt man.“

Das Kind hat ein Puzzle fertiggestellt.

„Das war nicht einfach! Ich habe gesehen, dass du zwischendurch fast aufgehört hättest – und es dann doch geschafft hast. Wie hat sich das angefühlt?“

Das Kind hat trotz Frust eine Aufgabe beendet.

„Ich weiß, das war anstrengend. Und du hast trotzdem nicht aufgegeben. Das ist wirklich stark.“

Das Kind hat beim Spiel verloren.

„Das tut manchmal weh, stimmt's? Was glaubst du, was du beim nächsten Mal anders machen könntest?“

Das Kind hat etwas Neues gelernt.

„Das konntest du gestern noch nicht – und heute schon. Was hast du gemacht, damit es geklappt hat?“

Die kraftvollsten Fragen:

Was hast du dir dabei gedacht? Wie ist dir das gelungen? Wie hast du das hingekriegt?

Diese Fragen signalisieren: Ich sehe deinen Weg, nicht nur dein Ergebnis. Und sie lehrt, dass Erfolg kein Zufall ist.

# Abschluss

## Ein kindgerechter Tag, das Beste für morgen

Hier sollte stehen, wie ein kindgerechter Tag zur Vorbereitung auf die Schule aussehen könnte. Aber es wird doch ein anderer Abschluss.

Zuerst einmal: Hut ab vor Ihnen! Eltern sein ist der anspruchsvollste Job der Welt und gleichzeitig der, für den es die wenigste Vorbereitung gibt. Der Alltag mit Kindern ist bunt, laut, schön und manchmal einfach auch erschöpfend. Es gibt Tage, an denen zwischen Arbeit, Haushalt, Terminen und dem ganzen Rest einfach keine Kraft mehr übrig bleibt. Tage, an denen man abends denkt: „Heute habe ich eigentlich gar nichts von dem geschafft, was ich mir vorgenommen hatte.“

Kennen Sie das? Wir kennen das auch.

Dieser eBook ist deshalb ausdrücklich kein weiterer Punkt auf Ihrer To-Do-Liste. Er ist eine herzliche Einladung, eine Sammlung von Ideen, aus der Sie ganz entspannt das herausgreifen dürfen, was gerade zu Ihrer Familie, zu Ihrem Kind und zu Ihrem Alltag passt. Mal mehr, mal weniger, mal gar nichts, alles ist erlaubt.

Denn darum geht es uns wirklich: Nicht darum, dass Ihr Kind täglich ein Lernprogramm absolviert oder schon vor der Schule möglichst viel kann. Ganz im Gegenteil! Kinder, die schon im Vorschulalter auf Leistung getrimmt werden, verlieren oft genau das, was wir uns für sie wünschen: die Freude am Entdecken, die Neugier, die Lust am Lernen. Manchmal ist der beste Abend der, an dem Sie gemeinsam auf dem Sofa kuscheln und fernsehen. Manchmal ist das Wichtigste einfach, dass Sie da sind, auch wenn Sie müde sind, weil der Tag nicht so verlief wie erhofft. Das spüren Kinder. Und das gibt ihnen Kraft. Ihr Kind muss keine Buchstaben kennen, keine Zahlen schreiben können, nichts Besonderes gelernt haben, wenn es zu uns kommt. Es darf einfach Kind sein, neugierig, verspielt, manchmal chaotisch, manchmal quengelig. Genau so, wie es ist. Das ist die schönste und wertvollste Vorbereitung auf die Schule, die es gibt. Also legen Sie ruhig die Vorschulhefte weg und gehen Sie mit Ihrem Kind auf den Spielplatz.