

Spielend startklar für die Schule

Mit dem Blick der Ergotherapie wichtige Schulfähigkeiten fördern

Kinder lernen besonders gut durch Bewegung, gemeinsames Spielen und durch kleine Aufgaben im Alltag. Dabei entwickeln sich viele Fähigkeiten ganz nebenbei. Diese stärken Selbstständigkeit, Motorik, Kognition, Selbstvertrauen und soziale Fähigkeiten. Dieser Ideenkoffer enthält einfache Anregungen, die sich leicht zu Hause umsetzen lassen.

Ideenkoffer – Selbstständigkeit im Alltag

- Tisch decken, Brot schmieren, Getränke einschenken
- Obst und Gemüse schneiden
- Besteck sortieren
- Verschüttetes aufwischen
- Haustiere füttern
- Handfeger oder Handstaubsauger nutzen
- Handtücher aufhängen und zusammenlegen
- Socken sortieren, an- und ausziehen
- Beim Einkaufen: Waren holen und später aufs Band legen
- Brotdose und Trinkflasche ein- und auspacken

Ideenkoffer – Sozial-emotionale Fähigkeiten

Gemeinsame Aktivitäten

- Aktivitäten in Kindergruppen oder mit Geschwistern
- Gesellschaftsspiele
- Rollenspiele, Basteln und gemeinsame Alltagsaktivitäten

Verhaltensimpulse für den Alltag

- „Gefühlsdetektiv“: Gefühle benennen („Ich sehe, du bist gerade wütend.“)
- eigene Gefühle zeigen und benennen
- den Einsatz loben – nicht nur das Ergebnis („Toll, wie geduldig du das probiert hast!“)
- bei Streit als Dolmetscher statt als Schiedsrichter helfen („Du wolltest den Ball und du auch – was können wir jetzt tun?“)
- Empathie fördern, z. B. bei Bilderbüchern („Wie fühlt sich der kleine Bär wohl?“)
- vor dem Trösten kurz warten – dem Kind Zeit geben, sich selbst zu beruhigen

Ideenkoffer – Grobmotorik

- Bewegungsparcours / „Der Boden ist Lava“
- Ein-Bein-Wettbewerb
- Balancieren am Randstein
- Spielplätze / Garten / Wald = „Fitnessstudio“
- Lieder zum Mitbewegen, Klatschspiele
- klettern, schaukeln, hüpfen
- Ballspiele

Ideenkoffer – Fein- und Graphomotorik

- unterschiedliche taktile Materialerfahrungen
(z. B. Fingerfarben, Rasierschaum, Teig, Erde, Sand ...)
- flechten, kneten, stempeln
- Kreisel drehen, Perlen fädeln
- Knöpfe und verschiedene Verschlüsse üben
- Papier falten
- Hand- und Fingerabdrücke machen
- Wäscheklammern verwenden
- Lego, Mikado, Bügelperlen
- Haushaltstätigkeiten: Servietten falten, Obst/Gemüse schneiden,
Kekse verzieren, Salatblätter reißen, etc
- Werken mit Holz
- zeichnen, ausmalen, Muster mit geometrischen Formen

Ideenkoffer – Kognitive Fähigkeiten

- viel vorlesen
- Geschichten hören (CD / Toniebox)
- Würfelspiele, Gesellschaftsspiele, Kartenspiele
- „Ich packe meinen Koffer“ spielen
- Vorschulaktivitäten spielerisch üben
(reimen, An- und Endlaute hören, Silben klatschen,
vorwärts und rückwärts zählen, Mengen erkennen ...)
- Suchbilder, Wimmelbücher
- Zahlen im Alltag entdecken
(z. B. Tisch decken für 4 Personen – wie viele Gabeln brauchen wir?)
- Zahlen in der Umgebung finden
(Hausnummern, Busnummern usw.)
- Backrezepte oder Bastelanleitungen Schritt für Schritt durchführen