

News (Printausgabe) Seite 65, 29.08.2015

Fünf Fragen zum Schulstart

Rund 80.000 Erstklässler gibt es heuer in Österreich. Damit beginnt nicht nur für die Kinder, sondern auch für die Eltern ein neuer Lebensabschnitt
Von Christine Lugmayr

1 Wie bereite ich mein Kind auf die Schule vor?

Der erste Schultag ist für Kinder ein aufregender Tag. Die Umstellung vom Kindergarten auf die Schule ist ein großer Schritt. Wichtig ist es, den Kindern die Vorfreude darauf nicht zu nehmen. „Wenn Eltern Sätze wie ‚Jetzt beginnt der Ernst des Lebens‘ oder ‚Du wirst dich noch anschauen‘ sagen, ist das nicht förderlich“, sagt Schulpsychologe Jürgen Bell. Er rät, bereits in der Woche vor Schulbeginn den Schulrhythmus auszuprobieren, also früh aufzustehen und bald schlafen zu gehen. Sollte ein Kind Angst vor der Schule haben, so hilft es, mit ihm darüber zu sprechen. Am besten vor dem Schulstart noch einmal gemeinsam zur Schule gehen und dem Kind erzählen, was es dort erwartet.

2 Schafft mein Kind den Schulweg schon alleine?

Die Volksschule sollte in der Nähe des Wohnorts sein. Den Weg dorthin sollte man schon in den Wochen vor Schulbeginn mehrmals mit dem Kind gemeinsam zurücklegen. Das Ziel müsse immer die Eigenverantwortung des Kindes sein, sagt Bell. Ab welchem Alter ein Kind den Weg alleine zurücklegen kann, ist



Gesunde Jause
Brote, Obst und Wasser sind optimal



Der erste Schultag Mit positiver Einstellung starten

unterschiedlich. Bell: „Ist es ein Weg ohne große Straßen bzw. ohne Umsteigen, ist es schon bald möglich. Manche Kinder sind aber Träumer. Diesen muss man einfach mehr Zeit geben und sie länger begleiten.“

3 Welche Jause ist optimal für die Schule?

„Die Jause ist nur ein Bestandteil der Ernährung, entscheidend ist eine vernünftige Gesamternährung“, sagt Kurt Widhalm, Präsident des Instituts für Ernährungsmedizin. Die Jause muss jedenfalls ansehnlich und schmackhaft zubereitet werden. Geeignet ist etwa ein Brot mit Butter oder magerem Schinken, dazu etwas Gemüse. „Es ist am besten, sich nach dem Geschmack des Kindes zu richten“, sagt Widhalm. Die Jause sollte in einer Box verstaut werden, sonst zerbröseln das Brot bis zur Pause. Ab und zu darf es auch Joghurt oder Kuchen sein. Als Getränk eignen sich Wasser oder verdünnte Säfte ohne zugesetzten Zucker.

4 Wie viel Hausübung ist in der Volksschule normal?

Eine Hausaufgabe diene zum Üben und nicht dazu, Neues zu erarbeiten,

sagt Schulpsychologe Jürgen Bell. Es ist sehr wichtig, die Hausaufgaben zu betreiben. Dabei sollte man nicht misstrauisch, sondern interessiert nachfragen. Geht das Kind in eine Ganztagschule, zu Hause noch einmal nachfragen, was gelernt wurde. Falsch wäre es, die Hausaufgabe als Strafe zu benutzen. „Es ist nicht hilfreich, wenn Eltern drohen: ‚Weil du nicht aufgelesen hast, musst du die Hausaufgabe noch einmal schreiben‘“, sagt Bell. Die Dauer einer Hausübung liegt in der 1. und 2. Klasse bei ca. 30 Minuten, in der 3. und 4. dann bei rund einer Stunde.



Taschengeld für Volksschüler Ein Euro pro Woche in der 1. Klasse

5 Soll ich meinem Kind Taschengeld geben?

Es gibt Empfehlungen, dass Kinder so früh wie möglich den Umgang mit Geld üben sollten. „Hier geht es darum, Verantwortung zu erlernen“, sagt Schulpsychologe Jürgen Bell. Außerdem werde so automatisch das Rechnen trainiert und eine Wertschätzung gegenüber dem Geld aufgebaut. Das Kind kann selbst entscheiden, ob es gleich etwas kaufen oder das Geld sparen will. Als Richtlinie gilt für Sechsjährige ein Euro pro Woche, für Neunjährige zwei Euro pro Woche und ab zehn Jahren 15 Euro monatlich.