



An die Eltern der Oberstenfelder
Kindertageseinrichtungen

Silke Gustmann
Hauptamt

Infobrief

Az: 460.100

Liebe Eltern,

sicherlich haben Sie der Presse entnommen, dass ab dem 17.03.2020 alle Kindertageseinrichtungen der Gemeinde Oberstenfeld mindestens bis zum 20.04.2020 geschlossen bleiben. Die getroffenen Maßnahmen dienen der Verlangsamung des Infektionsgeschehens und insbesondere dem Schutz von Menschen, die besonders gefährdet sind. Ziel der Schulschließung ist es, Kontakte in den Kindertageseinrichtungen die zu Infektionen führen, für insgesamt fünf Wochen zu unterbinden. So soll erreicht werden, dass sich die Ausbreitung von COVID-19 verlangsamt.

Die Schließung der Kindertageseinrichtungen dient einer Eindämmung des Coronavirus. **Stand 16.03.2020 gibt es in den Oberstenfelder Kitas noch keinen bekannten COVID-19 Fall!** Gerade deshalb sind jetzt alle Menschen in Oberstenfeld aufgefordert, soziale Kontakte auch außerhalb der Kita auf ein Minimum zu reduzieren. Hier sind wir auf ein besonnenes und solidarisches Miteinander angewiesen. Dies bedeutet eine Reduzierung des sozialen Lebens hauptsächlich auf die Kernfamilie. Auch Spielplatzbesuche sind kritisch zu betrachten. Wir haben das große Glück, in einem Gebiet mit vielen Wäldern und Wiesen zu leben. Nutzen Sie diese für Ihre täglichen Spazier- und Erkundungsgänge mit Ihrem Kind. Vorausschauend planen, d. h. jeder kann sich (zusammen mit der Familie/Haushaltsmitgliedern) ein persönliches Konzept von Maßnahmen zusammenstellen, dass sich auch über mehrere Wochen oder Monate durchhalten lässt, z. B. Weitergabe von Tipps zu Online-Fitness, Verabredung von gemeinsamen Spaziergängen „mit Abstand“, Meidung von engem Kontakt in öffentlichen Verkehrsmitteln z. B. zu Hauptverkehrszeiten, die Organisation von festen Fahrgemeinschaften etc.

Wir sind uns der großen Herausforderung fünf Wochen mit ihrem Kind ohne Kontaktunterbrechung zu verbringen sehr bewusst. Jede Altersgruppe bringt dabei ihre eigenen Anforderungen und Bedürfnisse mit. Anbei einige Tipps von der Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung (Bundeshttps://www.bzga.de/infomaterialien/kinder-und-jugendgesundheit/gut-hinsehen-und-zuhoeren-ratgeber-fuer-eltern)

Eine kindgerechte Erziehung hat stets das Wohlergehen des Kindes im Blick und unterstützt es in seiner körperlichen, geistigen und seelischen Entwicklung.

Grundpfeiler einer solchen kindgerechten Erziehung sind:

- **Angenommensein:** Zeigen Sie Ihrem Kind und lassen Sie es spüren, dass es willkommen ist und Sie es mit all seinen Stärken, Eigenheiten und Schwächen annehmen.
- **Regeln und Strukturen:** Klare Regeln und Strukturen geben Ihrem Kind Halt. Sie helfen ihm die Welt besser zu begreifen und Reaktionen seiner Umgebung vorhersehen und besser verstehen zu können.
- **Grenzen:** Verständliche und nachvollziehbare Grenzen geben Ihrem Kind Sicherheit, Halt und Orientierung.

Mit Respekt geht's besser

Der Erziehungsalltag ist nicht immer einfach, vor allem je älter ein Kind wird. So manches Verhalten macht Eltern dann auch ärgerlich oder sogar wütend. Etwa weil der kleine Sohn in der Küche mit Wasser gepanscht hat ohne zu bedenken, dass hinterher alles wieder aufgewischt werden muss; oder weil die Tochter trotz mehrfacher Aufforderung immer noch nicht ihre Sachen aufgeräumt hat. Es gibt sicher unzählige Beispiele für Situationen, in denen Sie sich als Vater oder Mutter „aufregen“, sich wütend und hilflos fühlen.

- Lassen Sie sich nicht von Ihren Gefühlen mitreißen.
- Wenn Sie Ihr Kind beschimpfen oder gar ohrfeigen, reagieren Sie sich nur ab und schämen sich hinterher. Gelernt wie es etwas besser macht, hat Ihr Kind durch Ihr Verhalten aber nicht. Stattdessen fühlt es sich schlecht, ohnmächtig und wertlos. Nutzen Sie diese Situationen um Ihrem Kind eine „Auszeit“ (je nach Alter von 60s bis 5 min.) in seinem Zimmer zu geben
- Bringen Sie Ihrem Kind von Anfang an Respekt und Achtung entgegen. Es wird dasselbe auch Ihnen gegenüber empfinden. Gegenseitiger Respekt und Achtung voreinander sind die beste Grundlage dafür, dass „heikle“ Situationen nicht gegeneinander, sondern miteinander gemeistert werden können.

Tipps für den Erziehungsalltag

- **Behandeln Sie Ihr Kind nicht als „Partner oder besten Freund“:** Sie sind erwachsen und müssen die Verantwortung tragen, auch bei Verboten und wenn es darum geht, Grenzen zu setzen (Bitte jeden Tag die gleichen!).
- Kritisieren Sie Ihr Kind nie als Person (zum Beispiel „Du bist böse.“), sondern immer nur sein falsches Verhalten (zum Beispiel „Ich möchte nicht, dass du in der Küche mit Wasser panschst.“).
- Geizen Sie nicht mit Lob und Anerkennung. Ständiges Kritisieren und Nörgeln machen ein Kind mürrisch und vergiften das Klima. Aber: loben Sie angemessen. Kinder haben ein feines Gespür dafür, ob es übertrieben, achtlos, nebenbei oder von Herzen und mit Anteilnahme gelobt wird.
- Vermeiden Sie Erziehungsextreme, wie zum Beispiel ständiges Lob oder ständige Bestrafung, völlige Freiheit oder vollständige Kontrolle.
- Wechselbäder der Gefühle (überschwängliche Zuwendung und „kalte Schulter“) tun Ihrem Kind ebenfalls nicht gut, vor allem wenn es Ihre Reaktionen überhaupt nicht einschätzen kann.
- Wenn Sie sich selbst einmal falsch verhalten haben, sollten Sie sich entschuldigen können. Das hilft Ihrem Kind und stärkt Ihre Vorbildfunktion.

Kinder lernen viel durch Nachahmen, im Guten wie im Schlechten. Ihr Kind schaut sich ab, wie Sie sich als Vater oder Mutter in bestimmten Situationen und anderen Menschen gegenüber verhalten, wie Sie mit Konflikten umgehen und Probleme lösen, wie Sie denken, Gefühle zeigen und und und. Seien Sie sich Ihrer Vorbildfunktion als Eltern bewusst. **Allerdings: Eltern müssen/können nicht perfekt sein – Fehler gehören dazu.**

9 Tipps, wie Sie Ihrem Kind beim „Großwerden“ helfen

Durch Anregungen und vielseitige Erfahrungsmöglichkeiten können Sie Ihr Kind darin unterstützen, dass es in seinen neu erworbenen Fähigkeiten immer geschickter und sicherer wird. Allerdings müssen Sie ihm zu seiner „Förderung“ nicht ständig neue Angebote machen und jede Menge Abwechslung bieten. Hier die wichtigsten Tipps, wie Sie Ihr Kind beim Großwerden am besten unterstützen.

1. Versuchen Sie nicht, Ihrem Kind etwas beizubringen, wozu es noch nicht bereit ist.
2. Stellen Sie wirklichkeitsnahe Erwartungen an Ihr Kind. Fragen Sie im Zweifelsfall Ihren Kinderarzt oder Ihre Kinderärztin. Manche Kinder können sich schon früh sehr gut allein beschäftigen, aber ein zweijähriges Kind kann z.B. in der Regel noch nicht über längere Zeit allein spielen.
3. Stimmen Sie Ihre Anregungen auf die Interessen Ihres Kindes ab

4. Bestärken und loben Sie Ihr Kind, wenn es etwas von sich aus und selbst machen möchte, und freuen Sie sich mit ihm über alles, was es neu gelernt hat.
5. Geben Sie Ihrem Kind die Möglichkeit, sein Können im alltäglichen Leben auch anzuwenden. **Jedes eigene Tun stärkt sein Selbstgefühl und gibt ihm Selbstvertrauen und Selbstsicherheit.** (zB. selber anziehen, Brote schmieren, im Haushalt helfen, die Toilette benutzen lernen)
6. Entmutigen Sie Ihr Kind nicht, wenn etwas nicht gleich klappt. Ermuntern Sie es zu neuen Versuchen und geben Sie ihm, wenn es nötig erscheint, kleine Hilfestellungen.
7. **Helfen Sie Ihrem Kind nur bei den Dingen, zu denen es selbst (noch) nicht in der Lage ist.** (Jedes gut gemeinte Eingreifen/Helfen schrägt die Erfahrungserweiterung Ihres Kindes ein z.B. bei anziehen)
8. Lassen Sie Ihr Kind ruhig auch einmal enttäuscht sein. Kinder müssen lernen, mit Enttäuschungen und Rückschlägen umzugehen und sich durch sie nicht entmutigen zu lassen. Dies gilt auch, wenn Ihr Kind in seiner Entwicklung verzögert ist oder eine Behinderung hat und es Ihnen vielleicht besonders schwerfällt, seine Enttäuschung bei einem Misserfolg mit anzusehen.
9. Sagen Sie Ihrem Kind eindeutig und klar, wenn Sie etwas von ihm möchten, und geben Sie ihm nicht zu viele Anweisungen auf einmal.

Digitale Medien sind aus der modernen Welt nicht mehr wegzudenken. Über die Risiken und Nebenwirkungen ihrer Anwendung wird jedoch bislang kaum gesprochen, obwohl es verschiedene Studien hierzu gibt. Digitale Medien können der körperlichen, geistigen, seelischen und auch der sozialen Entwicklung des Menschen schaden besonders im Kleinkindalter. Soziale Fertigkeiten können an Bildschirmen nicht gelernt werden, man muss sie vielmehr schon haben, um soziale Medien sinnvoll zu nutzen. Die Vielfalt an Medien, analog und digital bieten viele Möglichkeiten, Chancen aber auch Gefahren im Alter bis zum 6 Lebensjahr. Anbei einige Empfehlungen zu den Unterschiedlichen Altersgruppen.

0-3 Jahre

Tipps für diese Altersgruppe:

- Das wichtigste Medium für Kinder ab ca. 6 Monaten sind Bilderbücher. Lesen Sie Ihrem Kind regelmäßig vor, zeigen Sie auf die Bilder oder lassen Sie es die Bilder deuten oder beschreiben (auch wenn die Kleinen zunächst nur „brabbeln“ können). Sprechen Sie mit dem Kind über das, was es sieht und was Sie vorlesen. So lernt es, das Gesehene mit Sprache zu verbinden. Hierfür können mit zunehmendem Alter des Kindes z. B. auch E-Books oder Bilderbuch-Apps auf Tablets nützlich sein (beispielsweise interaktive Bilderbuch-Apps mit Sprachspielen).
- Schon Babys können mit entspannender, fröhlicher Musik etwas anfangen (z. B. aus Spieluhren). Auch ohne Medien: Singen Sie mit Ihrem Baby oder Kind. Anregend oder auch entspannend sind für Kleinkinder außerdem einfache, kurze Hörgeschichten im Wechsel mit Musik.
- Mit ein bis zwei Jahren sind Kinder durchaus in der Lage, ganz simplen Fernsehprogrammen („Kikaninchen“, „Bob der Baumeister“) zu folgen, doch sollten sie nur selten schauen (siehe Empfehlung oben). Fernsehen hat für Kinder in diesem Alter kaum förderliche Aspekte, daher sollten Sie als Eltern weitgehend darauf verzichten, Ihr Kind vor den Fernseher zu setzen.
- Das Smartphone spielt in vielen Familien eine zentrale Rolle in der Familienkommunikation. Es spricht nichts dagegen, Kinder dieses Alters in die Videotelefonie mit Tante, Opa etc. gelegentlich einzubeziehen. Auch das gemeinsame Betrachten von Fotos auf dem Smartphone kann für ein- bis zweijährige Kinder interessant sein, hierbei ist wichtig, dass sie mit dem Kind, ähnlich wie bei einem Bilderbuch, über das Gesehene sprechen.
- Babys und Kleinkinder benötigen vor allem direkte Zuwendung und Anregungen, also Personen, die mit ihnen sprechen und spielen. Sie genießen einfache Spielsachen, um herauszufinden, was man alles damit machen kann. Auch der Wechsel von Anregung und Ruhe ist wichtig. Sinneserfahrungen wie Schmecken, Riechen, Fühlen, Hören und Sehen stehen im Vordergrund, aber ebenso die Möglichkeit, sich durch Bewegung auszudrücken. Auch wenn Apps heute altersgerechte Spiele bieten und einfache Bedienung durch Tippen und Wischen des Bildschirms kindlichen Bedürfnissen entgegenkommt, geht nichts über gemeinsames Spielen, Malen, Vorlesen und Entdecken.
- Setzen Sie Ihr Kind nicht unkontrolliert den Medien aus und achten Sie darauf, wie es auf die Medienumgebung in Ihrer Familie reagiert. Reduzieren Sie im Zweifelsfall die eigene Mediennutzung.

3-5 Jahre

Empfehlungen für Mediennutzungszeiten bei den 3- bis 5-Jährigen

Schon bei den Vorschulkindern spielen Medien wie Bücher, Hörmedien und Fernsehen eine wichtige Rolle. Vor allem das Fernsehen ist im Alltag der 4- bis 5-Jährigen fest verankert. Knapp die Hälfte der Kinder dieses Alters schaut täglich oder fast täglich fern, die meisten schauen mindestens einmal pro Woche. Auch Tablets werden zunehmend von Kindern dieses Alters genutzt. Damit andere Aktivitäten nicht zu kurz kommen, ist zu empfehlen, dass Kinder dieser Altersgruppe täglich nicht länger als 30 Minuten Bildschirmmedien nutzen. Auch

die Nutzung von Konsolen etc. ist in diesem Zeitbudget inbegriffen. Hörmedien wie Musik-CDs, das „Mithörmedium-Radio“, der Kinderfunk oder altersgerechte Hörspiel-Angebote oder Spiele können durchaus zwischen 30 und 45 Minuten genutzt werden. Auch hierbei handelt es sich um Durchschnittswerte. Hat es an einem verregneten Wochenende mal etwas mehr Bildschirmbeschäftigung gegeben, können ein, zwei Tage ohne Nutzung von Konsole, Tablet oder Fernsehen folgen. Mit altersgerechten Lernspielen können sich die Kinder auch mal etwas intensiver beschäftigen.

Filter und begrenzen Sie damit den Zugang zum Internet. Bedenken Sie, dass Filterprogramme keine absolute Sicherheit bieten!

- Computerspiele wie die Spiele zur Fernsehserie „Bob der Baumeister“, zu „Conny“ oder auch die „Sendung mit dem blauen Elefanten“ bieten Kindern altersgerechte Apps und Software mit Herausforderungen, die sie meistern können. Einfache Zuordnungsspiele können den Wortschatz und das Wissen über Natur und Technik erweitern. Manche Software (z. B. „Sendung mit der Maus“ oder „Meine erste App“) enthalten auch kreative Anregungen, die ältere oder medienaffinere Vorschulkinder umsetzen können (Trickfilmelemente erstellen, ein kurzes Musical komponieren).
- Kinder im Vorschulalter imitieren am Computer gern das Verhalten der Erwachsenen oder der älteren Kinder. 3- bis 5-Jährigen gefällt es, wenn auf ihr Maus-Kommando oder durch ein Antippen etwas aus dem Drucker ausgedruckt wird (was sie dann mit Schere, Stift und Papier weiterbearbeiten). Sie haben Spaß an den Gestaltungsmöglichkeiten per Mausklick oder Wischbewegung bei Tablets. Sie können zum

Teil schon selbstständig Tablets bedienen und sich ihre Lieblingsvideos bei YouTube über die App ansehen. Kinder in dem Alter lieben es, sich zudem Fotos oder kurze Clips (von sich selbst) auf dem Smartphone der Eltern anzuschauen.

- Zeigen Sie Ihrem Kind, wie es fotografieren kann, oder lassen sie es mit einem Audiorecorder, Smartphone oder Tablet Töne oder Ansagen aufnehmen. Nutzen Sie einen Fotoapparat, Ihr Smartphone oder ein Tablet und regen Sie Ihr Kind an, erste eigene Fotos und Filmaufnahmen zum Beispiel von Pflanzen oder kleinen Tieren in der Natur oder draußen im Park zu machen. Wie sieht Ihr Kind die Welt, was findet es interessant?
- Lesen Sie Ihrem Kind weiterhin vor, lassen Sie es mitraten und die Geschichten weitererzählen und die zugehörigen Bilder kommentieren.
- Nutzen Sie mit Ihren Kindern die Möglichkeiten von interaktiven Büchern. Sie ersetzen nicht das Vorlesen, aber bieten einen guten Einstieg in die Nutzung von Tablets. Im Anhang dieses Heftes finden Sie Hinweise mit Empfehlungen für gute Kinderbücher.

6- 7 Jahre

Tipps für diese Altersgruppe:

- Ermuntern Sie die Kinder, bei Hörspielen genau zuzuhören: Wann spricht wer und welche Geräusche werden eingeblendet? Wie werden Spannung oder Action in einem Hörspiel erzeugt? Vielleicht haben Sie ein Aufnahmegerät? Auch mit dem Smartphone oder Tablet kann Ihr Kind selbst Geräusche und kleine Hörspiele produzieren und aufnehmen.
- Zeigen Sie Ihrem Kind, wie es mit Digitalkamera/ Tablet/Handy fotografieren und wie es Fotos herunterladen und bearbeiten kann (ausschneiden, verbessern). Geben Sie evtl. ein Fotothema vor (schöne oder auch hässliche Ecken in unserer Straße, mein Lieblingsspielzeug, unsere Haustiere).
- Lassen Sie sich nach einem Film- oder Fernseherlebnis von Ihrem Kind erklären, was ihm besonders gefallen oder missfallen hat und warum das so ist. Welche Figuren, welche Heldinnen und Helden haben Ihr Kind besonders beeindruckt, welche Szene fand Ihr Kind besonders spannend oder witzig?
- Zeigen Sie Ihrem Kind kindgerechte Seiten im Internet (z. B. www.seitenstark.de). Manche Seiten (zum Beispiel www.die-maus.de) bieten neben Bastelmöglichkeiten sogar einen kindgerechten Einstieg ins Programmieren.
- Wenn sich Ihr Kind für Computerspiele interessiert, dann wählen Sie altersgerechte Spiele aus und zocken Sie ruhig mal gemeinsam. Lassen Sie sich auch hier erklären, was dem Kind dabei besonders Spaß macht.
- Nutzen Sie mit Ihrem Kind altersgerechte Apps. Siehe Anhang ab Seite 68.
- Sorgen Sie auch in diesem Alter für viel Bewegung, kreativen Ausdruck und Alternativen zum Medienkonsum.

Viele Ideen zur Alltagsgestaltung praktizieren Sie als Familie ja schon lange, um Ihnen aber in dieser Ausnahmesituation auch zur Seite zu stehen werden wir in

regelmäßigen Abständen Ideen zur Alltagsgestaltung auf unser Homepage unter <https://www.oberstenfeld.de/start/service/Formulare+Kinderbetreuung.html> einstellen.

Wenn Sie Fragen, Ideen oder Anregungen haben, können Sie sich gerne unter folgender Mailadresse an uns wenden: gustmann@oberstenfeld.de.

Vielen Dank für Ihr Verständnis

Silke Gustmann

Gesamtleitung/ Fachberatung