Inhalt:

Geleitwort 2

FamilienErgo – wofür? 4

Das Anziehtraining mit der Anziehstrasse 8

FamilienErgo Schritt für Schritt 10

FamilienErgo – Die 7 Tätigkeitsbereiche 13

Was muss ein Kind vor der Schule können? 18

Schwierigkeiten überwinden 19

Eltern stärken – Kinder fördern 21

Danksagung 22

© FamilienErgo Rupert Dernick 2017

FamilienErgo – wofür?

Liebe Eltern,

fragen Sie sich manchmal, wie Sie Ihr Kind optimal auf die Schule vorbereiten können? Wie es lernen kann, aufmerksam zuzuhören, alle seine Sinne zu nutzen und selbstbewusst seinen Platz zu finden?

Die Kindertagesstätte leistet einen wichtigen Beitrag zur Entwicklung ihres Kindes. Wenn Sie selbst aber auch etwas tun möchten, kann Ihnen FamilienErgo einen praktischen Weg aufzeigen. Alles was Sie dafür brauchen, sind

- o heute 20 Minuten, um die Seiten 8-17 zu lesen
- o in den nächsten Wochen täglich ein paar Minuten
- o und ein wenig Zutrauen in die Lernfähigkeit Ihres Kindes.

Das Kompetenztraining FamilienErgo beruht auf Erkenntnissen der Gehirnforschung und macht pädagogische Erfolgsmethoden für Sie zu Hause nutzbar.

Machen Sie einen kleinen Test:

Welche der folgenden Tätigkeiten kann Ihr Kind schon selbstständig ausführen? (Auswertung Seite 7)

Im Supermarkt einkaufen	0 ja	0 teilweise	0 nein
Tisch decken	0 ja	0 teilweise	0 nein
Abwaschen/Abtrocknen	0 ja	0 teilweise	0 nein
Gespültes korrekt wegräumen	0 ja	0 teilweise	0 nein
Gemüse schälen und schneiden	0 ja	0 teilweise	0 nein
Socken und Unterwäsche legen	0 ja	0 teilweise	0 nein
Eine Nachricht am Telefon übermitteln	0 ja	0 teilweise	0 nein
Sich alleine anziehen	0 ja	0 teilweise	0 nein

Vielleicht erscheint Ihnen als FamilienmanagerIn die Erledigung dieser Tätigkeiten banal. Aber gerade diese Alltäglichkeiten fördern die für einen erfolgreichen Schulstart erforderlichen Kompetenzen im Bereich der Wahrnehmung und der Motorik. Die wichtigste Person in der Förderung Ihres Kindes sind Sie! Schritt für Schritt lernt es von Ihnen. Beginnen Sie direkt mit Tag 0, heute, und freuen Sie sich auf das Strahlen Ihres Kindes, wenn Sie ihm mehr zutrauen und auf das Glück, wenn es spürt, dass es sich mit seinen Fähigkeiten nützlich machen kann.

© FamilienErgo Rupert Dernick 2017

Anziehtraining – mit wenig Aufwand viel bewegen

Die 10 Minuten, die ein Kind braucht, um sich alleine anzuziehen, summieren sich in den 2 Jahren vor der Schule zu 120 Stunden Wahrnehmungsförderung: 120 Stunden, in denen das Kind Motorik, Gespür und Handlungsplanung trainiert. Mit der Anziehstraße können Sie in nur 2 Minuten täglich Ihrem Kind das Anziehen vermitteln. Beginnen Sie also mit dem Anziehtraining (S. 8), wenn Ihr Kind sich von 7 Tagen weniger als 6 Tage selbstständig anzieht.

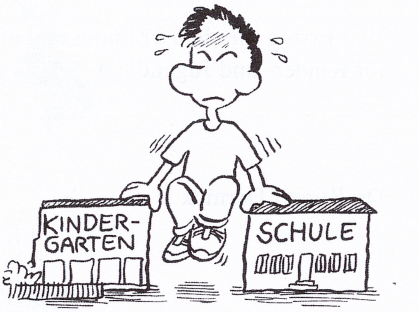
Das Buch zur FamilienErgo

2008 erschien das Buch „Topfit für die Schule durch kreatives Lernen im Familienalltag" im Kösel-Verlag (s. hintere Umschlagseite). Im Buch können zahlreiche Ideen und Anregungen realisiert werden, die den Rahmen dieser Broschüre gesprengt hätten, z. B.

- eine detaillierte Darstellung der notwendigen Schulvoraussetzungen und der Fördermöglichkeiten mit Checklisten „so können Sie ihr Kind fördern" nach jedem Kapitel.
- ein umfangreiches Kapitel zum Überwinden von Schwierigkeiten in der Umsetzung von FamilienErgo. Hier werden praxiserprobte Strategien dargestellt
- Hinweise für den Umgang mit entwicklungsauffälligen Kindern, sowie
- ein Kapitel über Kompetenzförderung für Kinder im Alter von 0-4 Jahren.

Was können Eltern tun?

Die Erwartungen an die Schulvorbereitung in Elternhaus und Kindertagesstätte haben in den Jahren seit der PISA-Studie deutlich zugenommen. Viele Eltern sind verunsichert, und möchten die Schulvorbereitung am liebsten an Experten delegieren, um ja nichts verkehrt zu machen. Das FamilienErgo-Konzept verdeutlicht, dass *alle* Eltern, unabhängig von Einkommen und Sozialstatus, ihrem Kind eine Fülle von Lernerfahrungen im Alltag ermöglichen können. Die KiKA-Studie mit über 500



© FamilienErgo Rupert Dernick 2017

Kindern im Vorschul- und Grundschulalter hat gezeigt, dass Alltagskompetenz ein wichtiger Baustein für einen gelungenen Schulstart sein kann (www.FamilienErgo.de -> Wissenschaftliche Arbeiten). Das vorliegende Heft soll Eltern als lebensnahe und kompakte Anleitung dienen. Es darf und soll ruhig in der Küche liegen und Fettflecken bekommen. Ideal genutzt wird es, wenn Eltern darüber ins Gespräch kommen. Viele Eltern haben schon gute Erfahrungen mit dem gegenseitigen Austausch von Tipps und Ideen in der Krabbelgruppe gemacht. Warum sollte es nicht Elterntreffen zur Schulvorbereitung geben, in denen Eltern sich gegenseitig im Kampf gegen Fernsehen, Verwöhnung und „geht schneller alleine" – Gewohnheiten unterstützen? Als Forum für diesen elterlichen Austausch unter professioneller Anleitung eignet sich der Eltern-Kind-Kurs „Schulvorbereitung mit FamilienErgo" (s. S. 21).

Im Internet können Eltern Ihre Erfahrungen mit FamilienErgo unter www.facebook.com/Familienergo (mit-)teilen. "Liken" Sie uns bei Facebook und erhalten Sie nützliche Informationen rund um das Thema „Gelungener Schulstart" sowie zu Vorträgen und Seminaren zur FamilienErgo.

Zur Integration von Kindern, deren Eltern sich mit der deutschen Sprache schwer tun, ist FamilienErgo auch in russischer, türkischer, arabischer und englischer Übersetzung erschienen.

Ab dieser Auflage werden die bisher üblichen Belohnungs-Leuchtsterne durch Sammelkarten mit Stickern ersetzt. Die fremdsprachigen Ausgaben werden zunächst noch mit Leuchtsternen als Belohnung konfektioniert.

Eine neue Idee zur Umsetzung der FamilienErgo sind FamilienErgo-Ferien auf der autofreien Nordseeinsel Langeoog. Weitere Inforrmationen auf www.FamilienErgo.de -> FamilienErgo-Ferien.

Viel Erfolg mit dem Training und einen guten Schulstart wünscht Ihnen
Ihr Kinder- und Jugendarzt

Dr. Rupert Dernick

© FamilienErgo Rupert Dernick 2017

Eltern stärken – Kinder fördern

FamilienErgo bietet die Chance, elterliche und kindliche Kompetenzen zu verbessern.

Für Kindertagesstätten wurde der **Eltern-Kind-Programm „Schulvorbereitung mit FamilienErgo“** entwickelt. In sechs Einheiten erarbeiten Eltern und Kinder die Inhalte des FamilienErgo-Trainings und können sich in der Durchführung gegenseitig unterstützen.

Das Eltern-Kind-Programm wurde im Familienzentrum Gronostrasse in Hannover entwickelt und in einem Fotobuch dokumentiert. Das Fotobuch kann als „Appetitmacher“ in der Einrichtung ausgelegt werden oder den Eltern auf einem Elternabend als Einladung für den 6-stündigen Kurs gezeigt werden. Es kann – gegen eine kleine Spende – beim Familienzentrum bestellt werden:

Städtisches Familienzentrum Gronostraße
Gronostraße 9c-e
30459 Hannover
Tel. 0511/ 168-49562

Der Eltern-Kind-Kurs wird im Heft “FamilienErgo-Coaching” ausführlich beschrieben. Das Heft incl. CD-ROM kann unter www.FamilienErgo.de bestellt werden.

© FamilienErgo Rupert Dernick 2017