

Tipps zur Vorbereitung auf den Schuleintritt

Folgende **Tipps** können für die Vorbereitung auf den Schuleintritt unterstützen:

- Lassen Sie das Kind erzählen, wie es sich die Schule vorstellt. So können Sie im Vorfeld eventuelle Missverständnisse beseitigen und Fragen beantworten. Sie können ihm erzählen, was das Kind alles mit anderen Kindern gemeinsam in der Schule lernen und erfahren wird. In keinem Fall sollte es zu Drohungen kommen wie etwa: „Warte nur: In der Schule wirst du dann endlich lernen, dich zu benehmen!“
- Sich spielerisch dem Thema Schule nähern: z.B. Geschichten vorlesen oder gemeinsam spielen, musizieren, basteln oder zeichnen.
- Meistens freuen sich Kinder auf den Schuleintritt. Es kann unterstützen, diese Vorfreude zu fördern.
- Kinder zum Spielen einladen, die ebenfalls bald in die Schule kommen.
- Selbstsicherheit und Selbstständigkeit des Kindes altersgerecht fördern, z.B. gemeinsam Tätigkeiten ausführen und das Kind anschließend auch kleine Aufgaben alleine machen lassen.
- Vertrauen in die Fähigkeiten des Kindes üben.
- Leistungsdruck vermeiden.

Sie können sich zudem zum Thema Schulreife informieren. Fachleute sprechen von Schulreife, wenn ein Kind bereit für die Schule ist. Schulreif ist ein Kind, wenn es dem Unterricht in der ersten Klasse Volksschule ohne körperliche oder geistige Überforderung folgen kann. Näheres zur Schulreife finden Sie auf oesterreich.gv.at.

Weitere Informationen, etwa zu Sprachförderung oder Elternverein finden Sie in der Broschüre des Bildungsministeriums „Willkommen in der Schule! Tipps für die Zeit bis zum Schulstart“.

Informationen rund um das Thema Schule von der Anmeldung über Schultypen bis hin zu finanziellen Unterstützungsmöglichkeiten, z.B. Online-Rechner Schülerbeihilfen, finden Sie auf [oesterreich.gv.at](https://www.oesterreich.gv.at).

Die ersten Schultage

Der erste Schultag ist für Kinder und Eltern bzw. nahe Bezugspersonen meist ein aufregender Tag. Sie können das Kind unterstützen, indem Sie es an diesem Tag zur Schule begleiten. In den ersten Tagen und Wochen nach Schulbeginn ist es hilfreich, wenn Sie Verständnis für mögliche Anfangsschwierigkeiten zeigen. Ein offenes Ohr für die Anliegen und Erzählungen des Kindes unterstützen dabei. Auch ein strukturierter Tagesablauf, Anerkennung und Hilfe beim Lernen können förderlich sein, um in die neue Situation hineinzuwachsen.

Wichtige Lerntipps

Leichter lernen - wer möchte das nicht? Doch wie geht das am besten? Die folgenden Tipps sollen dabei unterstützen, möglichst effizient zu lernen - nach dem Motto „mehr Lust, weniger Frust“! Oft helfen bereits kleine Maßnahmen wie regelmäßige Pausen und Wiederholungen.

Es ist zudem wichtig, ein Ziel vor Augen zu haben, um die Motivation nicht zu verlieren.

Mit diesen Tipps fällt Lernen leichter:

- **Pausen machen:** Das Gehirn merkt sich viele Arten von Information besser, wenn zwischen zwei Übungseinheiten zeitliche Abstände liegen, in denen das Gelernte verarbeitet werden kann.

- **Zeitmanagement:** Rechtzeitige Lernplanung verhindert, sich in letzter Minute noch alles einprägen zu müssen. Ein Wiederholungsendspurt vor der Prüfung ist aber dennoch sinnvoll, da zu diesem Zeitpunkt die Leistungsfähigkeit nochmals ansteigt. Der Prüfling ist zu diesem Zeitpunkt bereits auf hohe Anforderungen eingestellt und der Sympathikus (Teil des unwillkürlichen Nervensystems) läuft auf Hochtouren. Am besten den Lernstoff gleichmäßig auf die Tage im Lernzeitraum einteilen.
- **Wiederholen:** Nach einer kleinen Pause ist es sinnvoll, die Lerninhalte zu wiederholen. Besonders wirkungsvoll ist das nochmalige Durchgehen der gelernten Informationen vor dem Schlafengehen. Es wird empfohlen, den Lernstoff regelmäßig zu wiederholen.
- **Auch beim Lernen hilft „Aufwärmen“:** Mit einer leichteren Aufgabe beginnen, sodass sich Schritt für Schritt der Lernerfolg einstellt.
- **Abwechslung macht Spaß:** Unterschiedliche Fächer hintereinander pauken. Und das Lernen versuchen möglichst ansprechend zu gestalten - irgendetwas Positives und Brauchbares findet sich in jedem Lerninhalt
- **Zielen motiviert entgegenzusehen:** Ein überschaubares Ziel vor Augen haben (z.B. eine gute Note für eine Schularbeit) und Anreize schaffen (z.B. sich etwas Besonderes nach der Prüfung vornehmen etc.).
- **In der Gruppe lernen:** Zur Stärkung sozialer Kompetenzen. Die Kinder können sich auch gegenseitig etwas erklären z.B. durch Gründung von Lernpatenschaften (Fortgeschrittene helfen Lernschwächeren). Wenn Eltern wenig Geld für Nachhilfestunden erübrigen oder aus anderen Gründen die Kinder bei der Hausübung nicht unterstützen können, gibt es in Lerncafés der Caritas Unterstützung. In diesen erfahren vor allem Kinder mit mangelnden Deutschkenntnissen gezielte Förderung.

- **Allgemein immer wieder Entspannung in den Alltag einbauen:** z.B. Musik hören, spielen, einen Spaziergang machen, eine Entspannungsübung einbauen etc.
- **Auf guten Schlaf achten.**

Weitere hilfreiche Lerntipps und Informationen zu Lerntechniken finden Sie auf der Website der Schulpsychologie-Bildungsberatung www.schulpsychologie.at.

Lernen: Wie funktioniert das?

Neuronen in der Großhirnrinde ermöglichen Gedächtnisleistungen mittels Stoffwechselfvorgängen in den Nervenzellen. Gedächtnisfunktionen sind für das Lernen unverzichtbar. Eine universale Erklärung dafür, wie das Gedächtnis in allen Einzelheiten funktioniert, gibt es noch nicht. Die Forschung kommt dem Geheimnis jedoch immer mehr auf die Spur. Drei grobe Prozesse werden dem Gedächtnis zugeschrieben: Enkodieren, Speichern und Abruf von Informationen. Aber was steckt dahinter?

Über das sogenannte Enkodieren gelangen Informationen in das Gedächtnis, werden dort gespeichert, bis sie wiederum abgerufen werden. erinnert man sich an Fakten oder Ereignisse, spricht man von deklarativem Gedächtnis. Demgegenüber steht das prozedurale Gedächtnis, das sich auf die Art und Weise bezieht, wie Handlungen durchgeführt werden.

Man unterscheidet im Allgemeinen:

- **Sensorisches (ikonisches) Gedächtnis:** Sehr kurzzeitiges (einige Millisekunden speicherndes) photographisches Gedächtnis.
- **Kurzzeitgedächtnis (primäres Gedächtnis):** Dieses hat eine begrenzte Aufnahmekapazität. Viele Informationen des Alltags werden zuerst ins Kurzzeitgedächtnis gespeichert. Neue Informationen verbinden sich vor

allem bei vertrauten Ereignissen mit alten im Langzeitgedächtnis und erweitern so den Rahmen des Kurzzeitgedächtnisses (Arbeitsgedächtnis).

- **Langzeitgedächtnis** (sekundäres Gedächtnis): Durch Wiederholungen und andere verstärkende Prozesse gelangen Lerninhalte in das Langzeitgedächtnis. Dieses hat im Vergleich zum Kurzzeitgedächtnis große Kapazitäten.

Wird etwas oft wiederholt wird es durch die sogenannte Habituation gelernt. Das meiste, das wir lernen, beruht auf assoziativen Lernvorgängen. So werden Verknüpfungen zwischen Reizen sowie Reaktionen oder Bewegungen gebildet. Dabei lernt man aus Ereignissen, eignet sich Wissen an, greift auf Erfahrungen zurück und kann sich auch Bewegungsmuster einprägen. Diese komplexen Vorgänge sind laufend Forschungsgegenstand etwa der Psychologie und Neurowissenschaften.

Quelle: <https://www.gesundheit.gv.at/leben/lebenswelt/schule/schulbeginn/entspannter-schulstart.html>

(letzter Zugriff: 22. August 2023)

Letzte Aktualisierung: 10. August 2023

Erstellt durch: Redaktion Gesundheitsportal

Expertenprüfung durch: MinR Dr. Beatrix Haller, Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung, Abteilung I/7