

Smarte Bildung für Familien – mobile Familienbildung im Landkreis Börde

Modellprojekt: „Smarte Bildung für Familien – mobile Familienbildung im Landkreis Börde“

Familienhaus Börde, Halberstädter Str. 3a, 39387 Oschersleben, Internet: www.familienhaus-boerde.de, Telefon: 0176 – 55 61 18 72, E-Mail: smart@familienhaus-boerde.de

Routinen sind das Wichtigste im Leben von Kindern.



Für frischgebackene Eltern gibt es jede Menge guter Ratschläge. Es gibt auch so Tipps, die einfach jede Mutter und jeder Vater erhält. Dazu gehört: Schaffen Sie Routinen!

Babys und Kleinkinder sind richtige Spießer!

Kinder brauchen gleiche Abläufe, Strukturen, äußere gleichbleibende Rahmenbedingungen. Routine im Familienalltag hilft den Kleinen. Das Gute an Routinen ist: Sie geben dem Kind Sicherheit. Das Kind kann sich darauf verlassen, dass bestimmte Abläufe eingehalten werden – und das verschafft ihm ein Gefühl von Ruhe und Geborgenheit.

Und ja, das passt leider häufig gar nicht zum Lebensstil. Jeden Tag um sieben Uhr aufstehen, weil es das Ritual so will? Auch am Wochenende? Es ist eine Grundsatzfrage: Passe ich mein Leben dem Kind an? Oder muss das Kind sich uns anpassen?

Vor allem im Abendprogramm helfen feste Rituale Kindern, zur Ruhe zu kommen, vom Tag abzuschalten und ruhiger zu schlafen. Mit Babys und Kleinkindern können Rituale langsam geübt werden und bald schon sind es die alltäglichen Gewohnheiten, Routinen, die den Abend für Kinder und Eltern entspannter machen.

Welche schönen Angebote können Eltern den Kindern machen?

Morgens

Ein guter Start in den Tag von großer Bedeutung. Dabei empfehlen sich feste Aufstehzeiten und klare Abläufe am Morgen. Zähne putzen, Tisch decken und natürlich das gemeinsame Frühstück gehören unbedingt dazu.

Tagsüber

Unter der Woche dürften sich alle spätestens am Nachmittag wieder zu Hause einfinden. Dann stehen für die kleinen Kinder zum Beispiel ein Schläfchen und für die Großen die Hausaufgaben an. Danach ist Zeit für Vereine, Verabredungen oder gemeinsame Unternehmungen – gefolgt vom Aufräumen der Kinderzimmer!

Am Tisch

Essen sie jeden Tag, zur gleichen Uhrzeit. Klingt spießig, ist aber mit kleinen Kindern absolut hilfreich. Das gemeinsame Abendessen dient dazu, neben der Nahrungsaufnahme, den Tag zu reflektieren. Am Tisch erzählen können kleine Geschichten erzählt werden, die an diesem Tag erlebt wurden. Was war heute besonders schön? Was war nicht so gut? Auf diese Weise umgehen man es, diese Situationen im Bett zu besprechen und wirkt Einschlafproblemen vor, weil Kleinigkeiten die Seelen der Kinder vielleicht noch belasten.

Im Bett

Das Lesen vor dem Zubettgehen ist ein gutes Ritual. Lesen hilft den Kindern beim Abschalten. Sie werden wesentlich ruhiger, hören zu und allmählich merkt man, wie der Tag von ihnen abfällt. Die Augen werden schwer.

Feierabend und die Zeit zu Zweit

Für Paare ist es wichtig, noch etwas Zeit zu Zweit zu genießen. Auf diese Weise schafft man eine feste Zeit, in der man in Ruhe noch über den Tag sprechen oder über konkrete Zukunftspläne.

Und hier wieder eine kleine Auswahl von Links zum Thema und Lieblingsbücher zum Vorlesen.

Fidis Abendspiel: Ideen für eure Abendroutine mit Kindern
Hier findet ihr die kostenlose Downloadvorlage und erfahrt, welche weiteren Abendrituale euren Kindern abends helfen können, zur Ruhe zu kommen.

Direkt zur Website über diesen Link oder den QR-Code:

<https://www.kika.de/eltern/sendungen/baumhaus/mach-mit-abendspiel-100.html>



Kleine Kuschelhelden - Lerntafel Kleine Abendroutine

Einschlafhelfer für die Pyjamazeit

Zur Ruhe kommen, noch ein bisschen kuscheln, ein ruhiges Spiel und natürlich eine Gute-Nacht-Geschichte – jede Familie hat wohl solche Abendrituale, um die Kindergartenkinder sanft ins Land der Träume zu bringen. Die niedlichen Kuschelhelden wollen dabei helfen, dass alle Kinder entspannt und glücklich einschlafen können, und bieten ruhige Beschäftigungsideen kurz vor dem Zu-Bett-Gehen!

Direkt zur Website über diesen Link oder den QR-Code:

<https://www.kinderbuch.eu/kleine-kuschelhelden-lerntafel-kleine-abendroutine>



Wie man bis eins zählt: Und fang erst gar nicht mit größeren Zahlen an!

Nominiert für den deutschen Jugendliteraturpreis 2023 Gebundene Ausgabe – 8. März 2022

von Caspar Salmon (Autor), Matt Hunt (Autor)

Lesealter: ab 3 Jahren

Auf jeder Seite dieses wunderschön illustrierten Buches gibt es einige, mehrere – um nicht zu sagen: unzählige – interessante Dinge und witzige Details zu entdecken. Aber falls irgendwer glauben sollte, man könnte sie einfach mal durchzählen, vielleicht sogar die sechshundvierzig kleinen Bilderrahmen mit Maus, Regenschirm, Krokodil, Pyramide, Glühbirne, Regenbogen, Marienkäfer, Skateboard und vielem mehr: Nix da, gezählt wird immer und ausschließlich nur bis eins!

Direkt zur Website über diesen Link oder den QR-Code:

<https://www.amazon.de/-/en/Caspar-Salmon/dp/3956144910>



Wenn der Mond die Sterne zählt ... und dem Kind beim Schlafen hilft:

Eine wunderbare Gutenachtgeschichte in Reimen ab 3 Jahren

Carlsen Verlag von Günther Jakobs

Für jedes Kind, das eingeschlafen ist, geht ein Stern auf. Der Mond zählt jeden Abend durch. Doch heute fehlt ein Stern. Ein Kind ist noch nicht eingeschlafen. Also geht der Mond auf die Suche - durch Stadt und Land, fragt sich bei einigen Tieren durch und findet schließlich das ruhelose Kind.

Ein besonderes, intelligent konzipiertes Gutenachtbuch in Reimen - so warmherzig, stärkend und beruhigend, dass auch die kleinen Zuhörer und Betrachter leichter in den Schlaf finden können. Das ist Poesie, die Kinder spüren.

Direkt zur Website über diesen Link oder den QR-Code:

<https://www.amazon.de/s?k=9783551170927&i=stripbooks&linkCode=qs>

