

Inhalt

Kindergarten 2. Jahr / Frühling 2019

Aktuelle Texte, exklusive Kolumnen, Videos und einen direkten Draht zur Redaktion finden Sie auf fritzundfraenzi.ch und [facebook.com/fritzundfraenzi](https://www.facebook.com/fritzundfraenzi)

Die Bilder in diesem Heft stammen von der kanadischen Fotografin **Kyla Ewert**. Sie ist eine Mama wie alle anderen: Manchmal isst sie zu viele Süssigkeiten, sie weiss öfters nicht, was sie kochen soll und weint ihrer Schwester ins Telefon, wenn sie in der Erziehung nicht weiter weiss. Ewert fotografiert am liebsten ihre zwei Söhne Atticus und Sullivan sowie ihre Tochter Pepper, wenn sie mit der Familie im Minivan unterwegs sind. www.kylaewert.com

Erziehung & Schule

06 Aufregende Tage

Klar ist es aufregend, wenn der erste Schultag näherkommt – auch für Eltern. Was Sie für einen entspannten Anfang tun können.

14 Bereit fürs Leben

Was Kinder stark macht – die Tipps von Psychologe Fabian Grolimund.

16 «Jedes Kind ist anders»

Kinderarzt Oskar Jenni über individuelles Lernen, gute Lehrer und warum in den ersten Schuljahren die Leistung nicht im Vordergrund steht.



Bild: Kyla Ewert

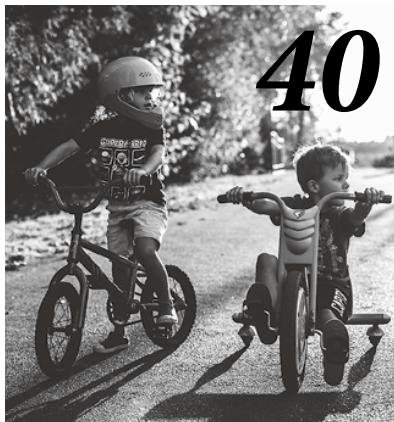
Cover

Endlich gross! Der Eintritt in die erste Klasse ist für Kinder und Eltern ein wichtiger Schritt in die Unabhängigkeit.





Herr Jenni, was können Eltern tun, wenn ihr Kind in der Schule Probleme hat?



Beste Freunde? Entscheidend sind häufige gemeinsame Aktivitäten.



Ihr Kind isst einseitig? Das beste Rezept: cool bleiben.

- 24 Ufzgi – geliebt und gehasst**
Anfangs sind die Kinder oft ganz begeistert von den Hausaufgaben. Was, wenn die Begeisterung nachlässt?
- 26 Mein eigener Schulthek**
Der Rucksack für die Schule ist eine teure, aber lohnende Investition – wenn man beim Kauf ein paar Dinge beachtet.
- 28 Die entspannte Familie**
Zehn Tipps zur Entschleunigung des Alltags.
- 30 Eltern auf Kinderstühlen**
Mit vier Kindern gibt es den einen oder anderen Elternabend durchzustehen. Unsere Autorin erzählt, wie es ihr dabei erging.
- 34 Auf eigenen Beinen**
Auf dem Schulweg lauern Gefahren. Aber auch die Möglichkeit, wichtige Dinge fürs Leben zu lernen.

Entwicklung & Psychologie

- 36 «Vorlesen lohnt sich»**
Geschichten erzählt zu bekommen, ist wichtig für die Entwicklung des Sprachverständnisses – und mehr.
- 40 Best friends forever**
Nicht immer halten Kindergartenfreundschaften ewig – doch sie sind wichtig für die Entwicklung.

- 46 «Spielen braucht Zeit»**
LCH-Expertin Karolin Weber plädiert dafür, dass Eltern ihren Primarkindern genügend Raum für freies Spiel lassen.
- 48 Verstehen und verstanden werden**
Was es braucht, damit es mit der Kommunikation in der Familie klappt.

Ernährung & Gesundheit

- 52 Apfel statt Pommes**
Wie man Kindern Vollkorn, Früchte und Gemüse schmackhaft macht.
- 56 Ungebetene Gäste**
Läuse sind lästig – so werden Sie sie wieder los.

Digital & Medial

- 58 Handyentzug als Strafe?**
Antworten auf diese und neun weitere Fragen zum Umgang mit Handy, Tablet und Co.
- 61 Im Netz unterwegs**
Surf-Regeln für Erstklässler.

Rubriken

- 03 Editorial**
- 38 Jesper Juul**
Was, wenn der Sohn von den Untaten des Nachbarskindes fasziniert ist – und nun mit ihm in dieselbe Klasse kommt?
- 60 Michèle Binswanger**
Wie Gemeinschaft ausserhalb der Familie geht, lernen wir in der Schule, schreibt unsere Kolumnistin.

Service

- 23 Literatur zur ersten Klasse**
- 62 7 Fragen und Antworten zur ersten Klasse**
- 64 Links, Buchtipps und Infos**
- 66 Sponsoren und Impressum**
- 67 Information Kiga-Programm**