



Themen rund um die U7 (21.-24. Lebensmonat)

Liebe Eltern,
zum Ende des zweiten Lebensjahres stoßen Kinder immer häufiger an Ihre Grenzen – oft wollen Sie mehr als sie schon können. Die kindlichen Gefühle, aber auch zum Beispiel die Entwicklung der Motorik und Sprache stehen daher im Blickpunkt der U7. Zu diesen und weiteren interessanten Themen habe ich Ihnen ein kleines Infopaket zusammengestellt. Wenden Sie sich bei Fragen gern an mich oder mein Team.

Aus dem Inhalt:


- 10 Tipps, wie Sie Ihrem Kind beim "Großwerden" helfen
- Motorische Entwicklung des Kindes
- Hand- und Fingerfertigkeit bei Kindern
- Praktische Tipps für eine gute Nacht (1-6 Jahre)

und weitere Dokumente

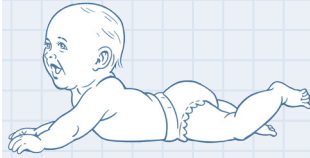
10 Tipps, wie Sie Ihrem Kind beim „Großwerden“ helfen

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.

10 Tipps für Eltern

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.
 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.
 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.
 10. Bieten Sie Ihrem Kind – vor allem wenn es älter ist – immer wieder Gelegenheit, mit anderen Kindern zu spielen. Gehen Sie auf Spielplätze, laden Sie Kinder zu sich nach Hause ein, lassen Sie es in die Kindertagesstätte gehen.
-

Entwicklung der Beweglichkeit – Körpermotorik | 0-6 Jahre



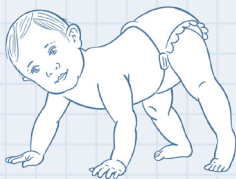
3 Monate

Das Baby kann nun selbst seinen Kopf aufrecht halten, wenn es auf dem Bauch liegt oder auf dem Schoß gehalten wird.



3–7 Monate

Beginn der eigenständigen Drehung
1. erst zur Seite,
2. dann vom Bauch auf den Rücken und
3. schließlich vom Rücken auf den Bauch.



7–10 Monate

Beginn der eigenständigen Fortbewegung – jedes Kind auf seine eigene Art: robbend, schlängelnd, kriechend, auf allen Vieren.



10 Monate

Das Kind kann frei sitzen und hat nun beide Hände frei zum Spielen.



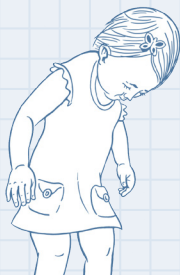
9–15 Monate

An Stühlen, Tischbeinen, Regalen zieht sich das Kind hoch in den Stand und lernt an Möbeln und Wänden entlangzugehen.



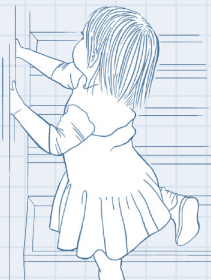
9–18 Monate

Mit Festhalten an den Händen und entlang an Möbeln und Wänden lernt das Kind frei zu gehen.



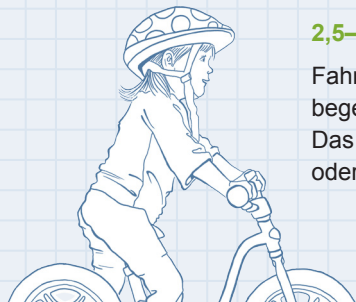
18 Monate

Das Kind kann frei gehen. Auf dem Spielplatz, auf der Wiese, auf Feld- und Waldwegen probiert es sich nun aus.



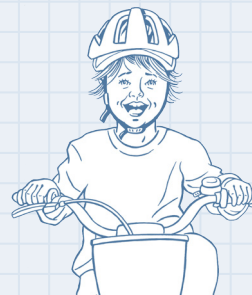
2–3 Jahre

Das Kind weiß immer sicherer mit seinem Körper umzugehen. Es kann schon rennen und lernt Treppen zu steigen.



2,5–3 Jahre

Fahrspielzeuge sind sehr begehrt. Das Kind lernt Dreirad oder Laufrad fahren.



4–6 Jahre

Die meisten Kinder sind in diesem Alter so weit, dass sie das Fahrradfahren auf zwei Rädern lernen können und möchten.



Gut zu wissen:

Kinder entwickeln sich unterschiedlich – jedes auf seine Art, im eigenen Tempo. Die Darstellung kann deshalb nur grobe Anhaltspunkte liefern.

Entwicklung der Hand- und Fingerfertigkeiten | 1-6 Jahre



Gut zu wissen:

Kinder entwickeln sich unterschiedlich - jedes auf seine Art, im eigenen Tempo.
Die Darstellung kann deshalb nur grobe Anhaltspunkte liefern.

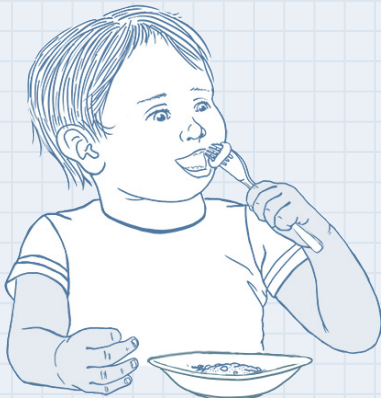
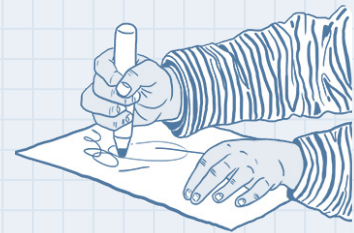


1-2 Jahre

- Das Kind trinkt allein aus dem Becher.
- Es lernt, selbständig mit dem Löffel zu essen.
- Es kann Gegenstände gezielt ablegen.

2 Jahre

- Das Kind kann Stifte mit Faustgriff oder Pinselgriff (mit den ersten 3 Fingern) halten und zum „Malen“ benutzen.
- Es kann eingewickelte Bonbons oder kleinere Gegenstände auswickeln.
- Es kann dicke Buchseiten einzeln umblättern.

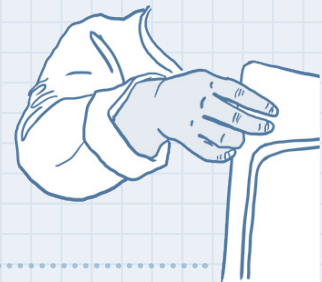


2-3 Jahre

- Das Kind kann einfache Kleidungsstücke (Mütze, Schuhe, Socken) an- und ausziehen.
- Es kann selbständig mit Löffel und Gabel essen.

3 Jahre

- Das Kind kann dünne Buch- oder Zeitschriftenseiten sorgfältig einzeln umblättern.
- Es benutzt die Fingerspitzen von Daumen-, Zeige und Mittelfinger zum Greifen kleiner Gegenstände.



Entwicklung der Hand- und Fingerfertigkeiten | 1-6 Jahre

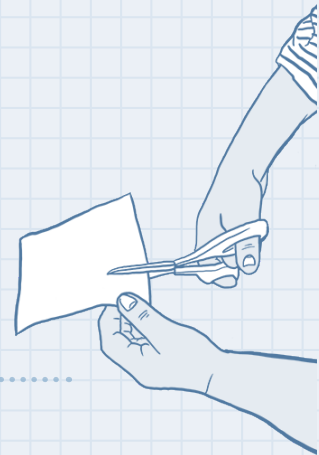
4 Jahre



- Das Kind kann sich weitgehend selbständig anziehen.
- Beim Malen und Zeichnen hält das Kind den Stift richtig zwischen den ersten drei Fingerspitzen.
- Es malt Männchen mit Kopf und Füßen und – noch etwas unbeholfen – andere Dinge wie Haus, Baum, Auto und Ähnliches.

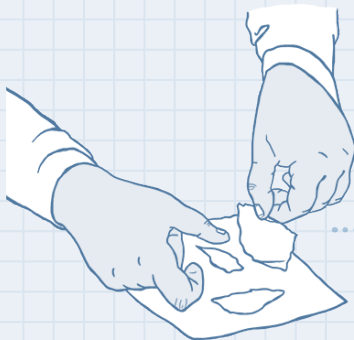
5 Jahre

- Mit der Kinderschere kann das Kind ziemlich genau an einer Linie entlangschneiden.
- Es kann groß einzelne Buchstaben oder Zahlen schreiben (seitenverkehrt erlaubt).
- Es kann Messer und Gabel sicher handhaben.

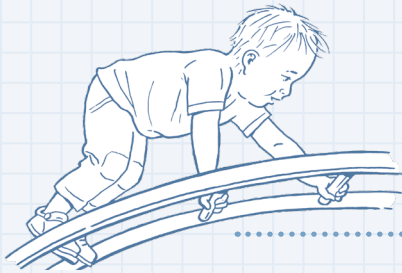


6 Jahre

- Das Kind kann einfache Dinge basteln und kommt mit Ausschneiden, Falten, Kleben – auch mit Klebeband – zurecht.



Praktische Tipps für eine gute Nacht (1–6 Jahre)

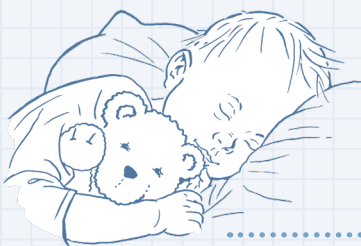


Bewegung und Anregung am Tag

Anregung und Spielraum für eigene Erfahrungen, vor allem aber viel Bewegung an der frischen Luft sind für Kinder das beste „Schlafmittel“.

Vor dem Einschlafen zur Ruhe kommen

Spätestens eine Stunde vor dem Schlafengehen sind ruhigere Beschäftigungen angesagt - Vorlesen zum Beispiel, oder Malen, oder einfach Kuscheln.



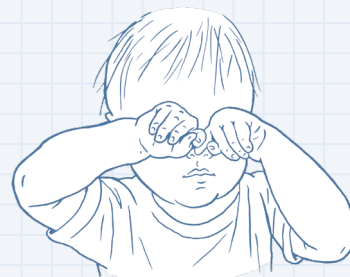
Hilfreiche Schlafbegleiter

Kuscheltiere, Schnuffeltücher & Co. können eine große Hilfe beim Ein- und Durchschlafen sein und die abendliche Trennung von den Eltern erleichtern.

Und bei allem:

Richtig müde schläft es sich besser!

Sind Kinder nicht richtig müde oder - umgekehrt - übermüdet, können sie nur schwer einschlafen. Achten Sie auf Zeichen von Müdigkeit - Augenreiben zum Beispiel.



! Vermeiden Sie diese „Schlafstörer“:

- Licht und Lärm können den Schlaf von Kindern empfindlich stören. Dunkeln Sie den Schlafraum – eventuell bis auf ein Nachtlicht – ab und vermeiden Sie Lärm zur Einschlafzeit.
- Halten Sie die Wohnung, auf jeden Fall Kinder- und Schlafzimmer, rauchfrei.
- Keine anregenden Getränke wie Cola, Eistee und Ähnliches für Kinder.
- Vermeiden Sie schwere Mahlzeiten am Abend und beenden Sie das Essen mindestens eine Stunde vor dem Schlafengehen.
- Kein Fernsehen, Smartphone oder Tablet in der letzten Stunde vor dem Schlafengehen.

Sicherheits-Check Kleinkindalter (1-3 Jahre)

Die wichtigsten Sicherheitshinweise für das Kleinkindalter. Überprüfen Sie, wo noch Sicherheitsvorkehrungen notwendig sind oder Ihre besondere Aufmerksamkeit gefordert ist.

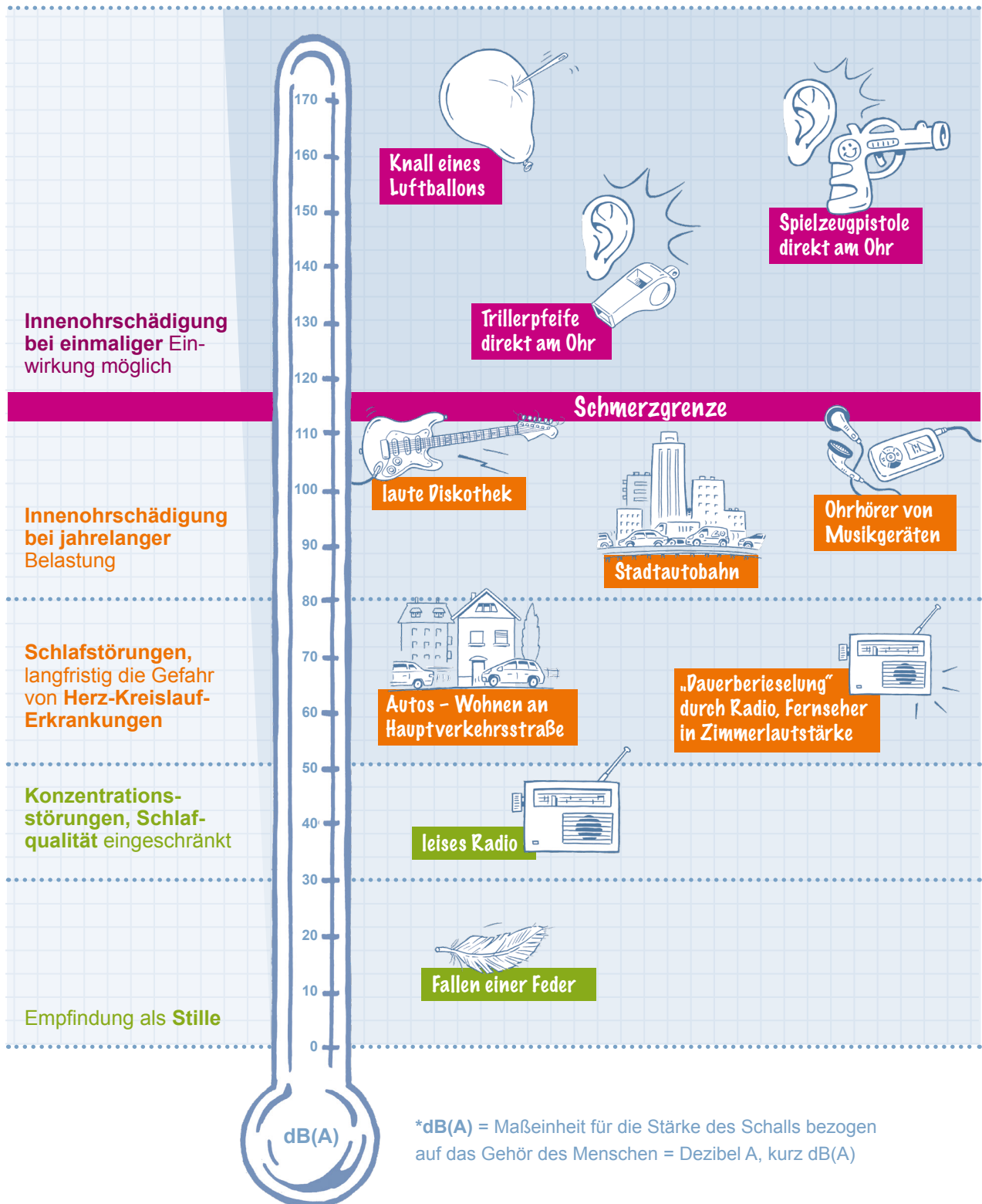
Zutreffendes bitte ankreuzen

- | | | |
|---|-----------------------------|-------------------------------|
| • Alle Steckdosen sind mit einer Kindersicherung versehen. | ja <input type="checkbox"/> | nein <input type="checkbox"/> |
| • Schnüre und Kabel sind alle aus dem Bereich des Kindes entfernt. Elektrogeräte werden stets nach Gebrauch weggeräumt. | ja <input type="checkbox"/> | nein <input type="checkbox"/> |
| • Fernseher, Regale und Kleinmöbel sind kipp sicher befestigt. | ja <input type="checkbox"/> | nein <input type="checkbox"/> |
| • Fenster und Balkontüren sind mit Kindersicherungen versehen. | ja <input type="checkbox"/> | nein <input type="checkbox"/> |
| • Die Treppe ist mit einem Schutzgitter versehen. | ja <input type="checkbox"/> | nein <input type="checkbox"/> |
| • Der Herd hat ein Herdschutzgitter. | ja <input type="checkbox"/> | nein <input type="checkbox"/> |
| • Putz- und Reinigungsmittel sowie andere giftige Substanzen (z.B. Lampenöle) werden kindersicher aufbewahrt (Oberschränke). | ja <input type="checkbox"/> | nein <input type="checkbox"/> |
| • Medikamente sind stets im Arzneischränk verschlossen (in mindestens 1,60 m Höhe). | ja <input type="checkbox"/> | nein <input type="checkbox"/> |
| • Plastiktüten werden außer Reichweite des Kindes aufbewahrt. | ja <input type="checkbox"/> | nein <input type="checkbox"/> |
| • Es gibt keine herumliegenden Zigaretten, Tabakpäckchen oder gefüllte Aschenbecher in der Wohnung. | ja <input type="checkbox"/> | nein <input type="checkbox"/> |
| • Es gibt keine giftigen Pflanzen in Haus und  Garten. | ja <input type="checkbox"/> | nein <input type="checkbox"/> |
| • Der  Gartenteich ist mit einem kindersicheren Zaun eingezäunt. | ja <input type="checkbox"/> | nein <input type="checkbox"/> |
| • Regentonnen und andere Wasserbehälter sind mit Deckel oder Gitter fest verschlossen. | ja <input type="checkbox"/> | nein <input type="checkbox"/> |
| • Gartenwerkzeuge und -geräte sind kindersicher untergebracht. | ja <input type="checkbox"/> | nein <input type="checkbox"/> |
| • Das Grundstück ist sicher eingefriedet und kann von dem Kind nicht allein verlassen werden. | ja <input type="checkbox"/> | nein <input type="checkbox"/> |

Lärm-Thermometer. Lärmpegel und ihre Wirkung auf den Körper

Wie Lärm den Körper belastet, kann eindeutig gemessen und nachgewiesen werden.

Hier eine Übersicht über alltägliche Höreignisse und ihre Wirkung.



Umgang mit Medien: 0-3 Jahre

Kleine Kinder wollen vor allem ihr Umfeld mit allen Sinnen erkunden und sich viel bewegen. Aber auch erste, wohldosierte Erfahrungen mit Medien kommen gut an.

Babys

Im ersten Lebensjahr beschäftigen sich Kinder am liebsten damit, die Dinge um sie herum zu hören, zu sehen, zu schmecken, zu riechen, zu fühlen - kurz: mit allen Sinnen zu erforschen und zu erfahren.

- Schon Babys hören gern entspannende, fröhliche Musik, zum Beispiel aus Spieluhren.
 - Babys lauschen gern den Geräuschen um sie herum, vor allem Stimmen. Zu viele oder zu laute Geräusche (zum Beispiel durch einen laufenden Fernseher) oder „Dauerberieselung“ durch Musik können aber auch schnell zu viel werden. Achten Sie auf die Reaktionen Ihres Babys (Weinen, Quengeln, Unruhe) und sorgen Sie für ausreichend Ruhe.
 - Mit Bildschirmmedien wie Fernsehen, DVD-Player, Tablet oder auch Smartphone können Babys noch nichts anfangen. Geben Sie Ihrem Kind direkte Zuwendung, sprechen und spielen Sie mit ihm.
 - Ab etwa sechs, sieben Monaten werden Bilderbücher interessant. Schauen Sie sie mit Ihrem Baby an, erzählen Sie ihm, was es sieht, und lesen Sie ihm einfache Geschichten vor.
-

Kleinkinder

Kleinkinder genießen es, gemeinsam mit Vater, Mutter oder einem älteren Geschwisterkind Bücher anzuschauen, vorgelesen zu bekommen und einfache Geschichten oder Lieder von Kassette und CD zu hören.

- Schauen Sie mit Ihrem ein- oder zweijährigen Kind so oft wie möglich gemeinsam Bilderbücher an, erzählen Sie ihm, was es dabei alles zu sehen gibt, und lesen Sie ihm regelmäßig etwas vor, zum Beispiel einfache Gute-Nacht-Geschichten.
 - Halten Sie sich beim Hören von Kassette oder CD in der Nähe auf, sodass Sie jederzeit ansprechbar sind. Behalten Sie Ihr Kind im Auge und beobachten Sie seine Reaktionen, ob es zum Beispiel verängstigt wirkt.
-

-
- Sprechen Sie mit Ihrem Kind über das, was es sieht oder hört - zum Beispiel über bekannte und neue Figuren, über Farben usw. Geht es beispielsweise in einem Bilderbuch oder einer Hörkassette um die Begriffe „hinauf- und hinabgehen“, so ist es sinnvoll, diese Wörter bei passender Gelegenheit direkt erfahrbar zu machen („Wir gehen jetzt die Treppe hinauf!“).
-
- Bedenken Sie, dass zu viele Reize auf einmal (geräuschvolles Elektrospielzeug plus Hörkassette, Fernseher plus Geschrei aus dem Nebenraum) Ihr Kind überfordern und zu Überreizung führen können.
-
- Kindgerechte Musik muss nicht eigens für die Kleinen hergestellt sein. Suchen Sie etwas aus, was auch Ihnen persönlich gefällt, denn gemeinsames Tanzen oder Mitsingen ist für Kinder der Hit.
-
- Auch Kleinkinder sollten besser noch nicht fernsehen. Auch aus anderen Angeboten wie zum Beispiel digitalen Spielen auf PC, Tablet oder Smartphone ziehen sie noch keinen Nutzen.
-
- Bei älteren Geschwistern in der Familie lässt es sich manchmal kaum vermeiden, dass das Kleinkind mit den Großen „mitschaut“. Achten Sie dann aber besonders darauf, was sich die Kinder ansehen, und bleiben Sie dabei. Bei Sendungen, die für ganz Kleine ungeeignet sind oder auf die Ihr jüngeres Kind unruhig oder verängstigt reagiert, sollten Sie für ein attraktives Gegenangebot für das Jüngere sorgen („Das ist jetzt nur was für große Kinder, aber ich lese dir inzwischen eine ganz lange Geschichte vor, die ist nur für dich.“)
-

Empfehlungen zur Höchstdauer der Mediennutzung

Wie oft und wie lange? Babys und Kleinkinder sollten besser noch nicht fernsehen. Und auch danach heißt es: Nur in Maßen! Einige Anhaltspunkte je nach Alter.

Empfehlungen zu den täglichen Mediennutzungszeiten von Kindern

Alter	Bilderbücher/ Bücher	Hörmedien (Musik-CDs / - Kassetten, MP3 Hörgeschichten)	Fernsehen, DVD, Video	Computer, Spielekonsolen, Tablets, Smartphones
0-3 Jahre	regelmäßig Bilderbücher anschauen und vorlesen (ab etwa 6 Monate)	höchstens 30 Minuten	am besten gar nicht	
3-6 Jahre		höchstens 45 Minuten	zusammen höchstens 30 Minuten	
6-10 Jahre	regelmäßig vorlesen / lesen	höchstens 60 Minuten	zusammen höchstens 45-60 Minuten	

Empfehlung: Damit andere Aktivitäten wie Bewegung, gemeinsame Familienzeiten und "klassische" Spiele und nicht zu kurz kommen, wird empfohlen, dass Kinder möglichst nicht täglich und dann nicht länger als die angegebenen Zeiten Bildschirmmedien wie Fernsehen, Computer, Spielekonsole wie auch Tablets und Smartphones nutzen. Und möglichst eine Stunde vor dem Schlafengehen heißt es am besten: Abschalten!

Jedes Kind ist anders

Die Angaben in der Tabelle bieten eine Orientierung, wie lange nach Meinung von Fachleuten Kinder in den unterschiedlichen Altersgruppen die verschiedenen Medien höchstens nutzen sollten. Es sind ungefähre Richtwerte, denn jedes Kind ist anders, und das richtige Maß, wie viel ein Kind zum Beispiel fernsehen sollte, kann auch bei gleichem Alter von Kind zu Kind verschieden sein.

Auch lässt sich ein Kind mal mehr und mal weniger stark von Medieninhalten beeinflussen. Beobachten Sie Ihr Kind: Wirkt es nach dem Fernsehen oder Computerspielen teilnahmslos, gelangweilt oder aggressiv, kann es sich nicht konzentrieren oder ist überdreht? Dann kann es sein, dass es zu lange vor der "Mattscheibe" gesessen hat. Versuchen Sie beim nächsten Mal, die Zeit etwas zu kürzen.