

Kinder fördern - ganz ohne “Schulkrams”

Alltagstaugliche Ideen für Familien



Ich möchte mein Kind fördern – aber wie?

Hausaufgaben, Vokabeln lernen, Geschichtsdaten pauken: Das gehört für jedes Schulkind zum Alltag. Vielleicht möchtest auch Du Dein Kind darüber hinaus fördern, weißt aber nicht so recht, wie. Denn noch mehr „Schulkrams“ begeistert die wenigsten Kinder.

Mit „Schulkrams“ meine ich das, woran viele Eltern beim Lernen zuerst denken: am Schreibtisch sitzen, Arbeitsblätter ausfüllen, Vokabeln abfragen oder Aufsätze schreiben. Das gehört zur Schule dazu. In der Freizeit sorgt es jedoch häufig eher für Frust als für Motivation.

Kinder brauchen beides: Zeit, um sich zu erholen, und Anregungen, an denen sie wachsen können. Die gute Nachricht ist: Lernen findet nicht nur am Schreibtisch statt. Im Gegenteil: Viele wichtige Fähigkeiten entwickeln Kinder beim Spielen, Entdecken, Bewegen, gemeinsamen Erleben und im ganz normalen Familienalltag. Auf den folgenden Seiten findest Du alltagstaugliche Ideen, mit denen Du ganz wichtige Grundlagen für erfolgreiches Lernen fördern kannst, zum Beispiel Konzentration, Merkfähigkeit, Feinmotorik oder Impulskontrolle. Ganz ohne zusätzliche Arbeitsblätter und mit Dingen, die Ihr zum großen Teil ohnehin gemeinsam tut.

Die meisten Ideen lassen sich leicht an das Alter Deines Kindes anpassen und machen der ganzen Familie Spaß.
Ich wünsche Euch viel Freude beim gemeinsamen Ausprobieren!

Ab in die Natur!

Ich weiß, es ist keine neue Erkenntnis: Natur tut gut! Leider wird viel zu wenig danach gehandelt. 😊

Egal ob im Wald, am Strand, auf der Wiese: Es gibt kaum etwas Entspannenderes für Geist und Seele! Für unsere computer- und smartphonegeplagten Augen ist es eine Wohltat, in die Ferne schauen zu können (klingt übertrieben, aber Kurzsichtigkeit hat in den letzten Jahren rapide zugenommen!), unsere Lunge (und mit ihr jede Körperzelle) freut sich über frische Luft und unser Gehirn genießt es, einmal nicht von schnell wechselnden Reizen überflutet zu werden. Hier nun ein paar Anregungen für Spiele an der frischen Luft, die viele für die Schule wichtige Kompetenzen Deines Kindes fördern (und auch Erwachsenen gut tun!):



Komm' mal runter!

Sucht euch ein stilles Plätzchen. Jeder legt oder setzt sich bequem hin. Nun schließen alle die Augen und atmen einmal tief ein und aus. Jetzt lauscht auf die Geräusche um euch herum. Was ist zu hören? Der Wind in den Bäumen? Wie klingt er? Raschelt da nicht etwas? Die Augen bleiben aber geschlossen! Wie viele verschiedene Vogellieder kannst du unterscheiden? Seid ihr am Meer, so lauscht auf die Wellen, die Rufe der Möwen. Konzentriert euch nur auf die Geräusche und versucht, ganz ruhig zu werden. Nach einer gewissen Zeit (die kannst du am besten abschätzen), gibst du ein Zeichen und alle recken und strecken sich einmal und öffnen dann die Augen. Erzählt euch anschließend, welche Geräusche ihr wie wahrgenommen habt.

Diese Übung ist gerade für jüngere Kinder nicht so einfach. Aber auch älteren Kindern könnte sie zunächst schwerfallen, da sie eher visuelle als auditive Eindrücke gewöhnt sind und auch das ruhige Liegen oder Sitzen für längere Zeit ungewohnt ist. Sie hilft aber sehr dabei, Anspannungen loszuwerden. Ihr könnt diese Übung immer mal wieder durchführen und du wirst merken, dass es von Mal zu Mal länger klappt.

Fördert Konzentration, Auditive Wahrnehmung („Hörsinn“), Impulskontrolle (die Fähigkeit, sich und seine Handlungen kontrollieren zu können)



Und jetzt mal rückwärts!

Legt eine gerade, ca. 20 Meter lange Strecke fest. Jeder geht die Strecke jetzt so schnell er kann vorwärts ab. Schnell gehen, aber nicht laufen! Das sollte kein Problem sein. Als nächstes jedoch geht jeder rückwärts. Und zwar wirklich rückwärts, nicht halb rückwärts oder doch ein bisschen vorwärts, nein: Mit dem Rücken zum Ziel stellen und dann immer einen Fuß hinter den anderen setzen. Das geht vermutlich erstmal nicht ganz so schnell. Im nächsten Durchgang könnt ihr dann aber schon versuchen, etwas schneller zu werden. Für Profis wird ein Parcours aufgebaut mit Kurven und niedrigen Hindernissen. Wer schafft den Parcours am schnellsten, ohne zu schummeln?

Hintergrund: In Studien wurde festgestellt, dass es heute sehr viele Kinder gar nicht oder nur unter Schwierigkeiten schaffen, rückwärts zu gehen. Kinder, die nicht rückwärts laufen können, haben jedoch in der Regel auch Probleme damit, sich im Zahlenraum zurechtzufinden (Raumorientierung) und vor allem „rückwärts“ zu rechnen, also Minus zu rechnen und zu teilen. Außerdem ist Rückwärtslaufen gut für das Gedächtnis und die Konzentrationsfähigkeit und auch das Gleichgewicht wird geschult.

Fördert Raumorientierung (die Fähigkeit, sich in einem Raum zu orientieren – dies kann ein „richtiger“ Raum sein, aber auch z.B. ein Zahlenraum etc.), Körperschema (Bewusstsein über den eigenen Körper: Wie ist seine Lage im Raum, wo sind seine Grenzen etc.), Konzentration, Gleichgewicht, Koordination, Gedächtnis



Treffsicher

Hierfür brauchst du nur einen Ball oder einen handlichen Stein (dann aber aus der Flugbahn gehen!) und gegebenenfalls einen Eimer (ein kleines Loch im Boden tut es aber auch). Stellt euch in einiger Entfernung auf. Nun wird geworfen. Wer trifft den Eimer? Welche Wurftechnik funktioniert am besten? Von unten werfen? Oder von oben? Nun verändert die Startposition. Mal näher an den Eimer, dann mal richtig weit weg. Wer kommt am nächsten an Eimer oder Loch heran? Wer trifft gar? Noch eine Steigerung: Stellt euch mit dem Rücken zum Eimer und werft über eure Schulter. Als nächstes werfen alle Rechtshänder mit links und umgekehrt. Hier sind eurer Fantasie keine Grenzen gesetzt!

Fördert Auge-Hand-Koordination (gleichzeitige Koordinierung von Sehen und Bewegen der Hand, ganz wichtig u.a. beim Schreiben)
Kraftdosierung (auch z.B. wichtig beim Schreiben), Konzentration, Fokussierung, Motorik



Mini-Rallye

Immer ein Highlight für meine Schüler! Du überlegst dir im Vorwege einige Stationen, die dein Kind absolvieren soll (hier kannst du prima nach Alter variieren). Dann sagst du ihm, was es an den einzelnen Stationen tun soll, z.B.: „Laufe zu dem großen Baum dort drüben und klopfe fünfmal auf den Stamm. Danach läufst du zu dem großen Stein, hebst ihn auf, trägst ihn bis zum Stock, der dort in der Erde steckt, und legst ihn da ab. Anschließend umrundest du dreimal den Busch auf der anderen Seite des Weges. Dann hüpfst du auf einem Bein zurück zu mir!“

Besonderen Spaß macht es, wenn du die Zeit stoppst, denn oft möchten die Kinder ihre Zeit dann noch einmal unterbieten. Selbstverständlich denkensich danach die Kinder eine Rallye für die Erwachsenen aus. 😊

Die besondere Herausforderung dabei ist es, sich alle Stationen zu merken und sie in der richtigen Reihenfolge zu absolvieren. Das ist besonders knifflig, da ja auch jedes Mal eine Handlung erforderlich ist. Daher beginne am besten mit wenigen Aufgaben und steigere die Schwierigkeit nach und nach.

Fördert Gedächtnis, Aufmerksamkeit, Konzentration, Motorik, Seriation (die Fähigkeit, Dinge in eine sinnvolle Reihenfolge zu bringen, bzw. eine Reihenfolge einhalten zu können), strukturiertes Handeln



Fotosafari

Heute darf die Kamera oder das Smartphone mit! Macht einen ausgiebigen Spaziergang. Achtet dabei auf besondere Blumen, Bäume, Insekten oder andere Tiere. Macht Fotos von euren Entdeckungen und notiert euch vielleicht, wo ihr welches Foto gemacht habt.

Zuhause werdet ihr dann zu Forschern: Schaut im Internet nach, was für Exemplare ihr fotografiert habt. Es gibt ganz tolle Seiten, die beim Bestimmen helfen (einfach „Pflanzen/Insekten bestimmen“ googlen.) Habt ihr eventuell eine seltene Art vor die Linse bekommen? Was ist das Besondere an euren fotografierten Schätzen? Vielleicht mögt ihr ein Album mit Steckbriefen anlegen? Das kann dann ständig erweitert werden. (Biologieunterricht, wie er besser nicht sein könnte!)

Fördert visuelle Wahrnehmung („Sehsinn“), das gezielte Finden von Informationen, sinnentnehmendes Lesen, ggf. das schriftliche Zusammenfassen von Informationen, Strukturieren von Informationen

Generell ist zu sagen: Jede Aktivität in der Natur fördert dein Kind auf vielfältige Weise. Ob Bauen, Balancieren, Schwimmen, auf Bäume klettern, durch den Regen rennen – etwas Besseres kann deinem Kind für seine (schulische) Entwicklung kaum passieren. Daher lasst eurer Fantasie freien Lauf und entdeckt all die Möglichkeiten, die die Natur euch bietet!



Ausflugstipps

Museum? Ist das nicht öde?

Museen haftet leider immer noch das Image an, verstaubt und langweilig zu sein. Doch das ist schon lange nicht mehr so! Gerade in den Sommermonaten bieten viele Museen Aktionen für Familien an. Vor allem Naturhistorische Museen können für Kinder sehr interessant sein. Aber auch Kunstmuseen beschäftigen mittlerweile in der Regel Museumspädagogen, die speziell auf Kinder abgestimmte Aktionen durchführen.

Es gibt Museen zu allen erdenklichen Themen, am besten machst du dich einmal schlau, was in eurem Umkreis so angeboten wird, du wirst erstaunt sein!

Auch Museumsdörfer, alte Schlösser und Burgen sind tolle Ausflugsziele. Die meisten Kinder finden es spannend, sich mit der Geschichte dahinter zu beschäftigen - und ganz unbemerkt gibt es noch eine große Portion Bildung dazu.

Fördert auditive und visuelle Wahrnehmung, Aufmerksamkeit, Konzentration, Verarbeitung von Informationen, intrinsisches Interesse an verschiedenen Themen („intrinsisch“ bedeutet „von innen kommend“ oder „aus eigenem Antrieb“. Das Kind möchte etwas lernen, weil es sich selbst dafür interessiert, nicht, weil es dadurch z.B. Eltern oder Lehrer zufriedenstellt. Intrinsische Motivation ist eine der Grundvoraussetzungen für nachhaltiges Lernen).



Theater? Ist doch laaaaaangweiiiiig!

Theateraufführungen geht es wie den Museen – das Erste, was vielen dazu einfällt, ist: Altbacken, langweilig, öde!

Manchmal mag das auch heute noch so sein, doch gerade im Sommer gibt es fast überall Aufführungen speziell für Familien. Ob es Kinderbücher sind, die für die Theaterbühne bearbeitet wurden, ob es die Geschichten von Klaus Störtebeker oder Winnetou sind – die Stücke sind in der Regel wirklich mitreißend und witzig gemacht, so dass die ganze Familie Spaß daran hat. Dein Kind lernt so Figuren der Literatur kennen und hat vielleicht sogar Lust, mehr über sie zu lesen.

Fördert Konzentration, Stillsitzen über einen längeren Zeitraum, auditive und visuelle Wahrnehmung, Fantasie, Informationsverarbeitung, Lesen

Wildparks

Auch Wildparks eignen sich hervorragend als Ausflugsziel. Hier lernt dein Kind sehr viel über heimische Wildtiere. Oft werden auch Führungen angeboten, in denen man viel Wissenswertes über die einheimische Tierwelt erfährt. Dazu findet das Ganze an der frischen Luft statt und ist mit viel Bewegung verbunden – optimale Voraussetzungen für das Gehirn deines Kindes! Vielleicht lässt sich hier auch das Natur-Album erweitern?

Fördert Aufmerksamkeit, Konzentration, Informationsverarbeitung, intrinsische Motivation, sinnentnehmendes Lesen

Und wenn's regnet?

Auch wenn es draußen stürmt und gießt, sind der spielerischen Förderung deines Kindes keine Grenzen gesetzt (mal abgesehen davon, dass ein Spaziergang im Regen auch seinen Reiz hat):

Spieleabend!

„Brettspiele? Ein alter Hut!“, denkst du vielleicht. Stimmt, Brettspiele gibt es schon ewig und in jedem Haushalt sind welche zu finden. Wusstest du, dass Gesellschaftsspiele (nicht nur die „Lernspiele“) dein Kind in vielen Bereichen fördern?

Hier ist der Link zur Spielereihe auf meinem Youtube-Kanal, auf dem ich dir u.a. Spiele vorstelle, die dein Kind fördern und der ganzen Familie Spaß machen. Also – auf zum Spieleabend!

[Hier geht es zur Playlist](#)

Fördert je nach Spiel Konzentration, Sozialverhalten, Kommunikation, Motorik, Gedächtnis, vorausschauendes Denken, Impulskontrolle, Frustrationstoleranz, Einhalten von Regeln, Zählen, Mengenerkennung, Lesen, visuelle und auditive Wahrnehmung, Seriation u.a.



Indoor-Mini-Rallye

Die Mini-Rallye, die ich dir oben vorgestellt habe, funktioniert auch prima zuhause. Auch hier kannst du wieder mehrere Stationen aneinanderreihen, die dein Kind absolvieren soll, z.B. „Laufe ins Schlafzimmer und mache auf dem Bett einen Purzelbaum. Dann laufe ins Kinderzimmer, nimm das Buch „Pu der Bär“ und merke dir, wie das letzte Wort auf Seite 33 lautet. Danach läufst du in die Küche und zählst, wie viele Tomaten im Korb liegen. Anschließend kommst du auf Zehenspitzen zu mir zurück und nennst mir das Wort aus dem Buch und die Anzahl der Tomaten!“

Das Tolle an diesem Spiel ist, dass es sich so gut individuell anpassen lässt. Für ältere Kinder wird die Schwierigkeit einfach erhöht. Wenn dein Kind Probleme damit hat, sich Dinge und Abläufe zu merken, so ist das die perfekte Übung! Fang mit einfachen und wenigen Aufforderungen an und steigere die Schwierigkeit nach und nach.

Auch hier lieben es die Kinder meiner Erfahrung nach, wenn die Zeit gestoppt wird. Hast du das Gefühl, dass das dein Kind unter Druck setzt, dann lässt du die Stoppuhr einfach weg.

Fördert Gedächtnis, Konzentration, Motorik, Seriation, strukturiertes Handeln



Stille Post, Kofferpacken und Co.

Erinnerst du dich noch an die Spiele deiner Kindheit? „Stille Post“, „Ich packe meinen Koffer“, „Ich sehe was, was du nicht siehst!“ usw.?

Alles Spiele, die ganz ohne Aufwand sehr wichtige Kompetenzen deines Kindes fördern.

Bei „**Stille Post**“ z.B. wird die Auditive Wahrnehmung gefördert. (Falls du es nicht kennst: Macht am meisten Spaß mit mehreren Mitspielern. Alle sitzen im Kreis, einer denkt sich einen Satz aus und flüstert ihn seinem Nachbarn ins Ohr. Dieser flüstert ihn nun wieder seinem Nachbarn ins Ohr und immer so weiter. Der Letzte muss nun laut sagen, was er verstanden hat. Ist der Satz noch derselbe, wie am Anfang? Oder hat er sich verändert, weil nicht jeder ihn richtig verstanden hat? Hier gibt es viel zu lachen, allerdings wird quasi nebenbei das genaue Zuhören und Wiedergeben geübt.)

„**Ich packe meinen Koffer**“ ist das ideale Spiel, um das auditive Gedächtnis, die Seriation und die Konzentration zu trainieren. Auch wenn ich nicht glaube, dass es irgendjemanden gibt, der das Spiel nicht kennt, hier noch einmal die Anleitung:

Das Spiel lässt sich zu zweit oder auch zu mehreren spielen. Der erste Spieler sagt, was er in seinen Koffern legt, z.B. „Ich packe in meinen Koffer eine Hose.“ Der nächste Spieler wiederholt das Wort des ersten Spielers und fügt ein eigenes hinzu, z.B. „Ich packe in meinen Koffer eine Hose und einen Ball.“ Der nächste Spieler wiederholt nun alle vorherigen Wörter, fügt wieder eines hinzu und so geht es immer weiter, bis sich niemand mehr an die richtige Reihenfolge erinnern kann.

Diese alten Spiele haben den Vorteil, dass sie ohne Aufwand überall gespielt werden können – ob Zuhause, im Wartezimmer, auf der Autofahrt ... Und obwohl so alt, fördern sie doch alle wichtigen Kompetenzen deines Kindes. Wenn du in die Suchmaschine „Alte Kinderspiele“ eingibst, kannst du noch mehr Anregungen finden.

Experimentierzeit!

Experimente sind nur etwas für den Chemieunterricht? Weit gefehlt! Spannende Experimente lassen sich ohne großen Aufwand auch zuhause durchführen. Gibst du in die Suchmaschine „Experimente für Kinder“ ein, findest du zahllose tolle Ideen. Beim Experimentieren hat dein Kind Erfolgserlebnisse, die es dazu anspornen, herauszufinden, wie bestimmte Dinge zusammenhängen und funktionieren. Das weckt Neugierde und die für das nachhaltige Lernen so wichtige intrinsische Motivation.

Wichtig ist, dass nicht du das Experimentieren übernimmst und dein Kind zuschauen lässt, sondern dass dein Kind der Forscher sein darf und du es bei Bedarf unterstützt, denn das stärkt das Selbstbewusstsein deines Kindes.

Fördert Neugierde, intrinsische Motivation, Feinmotorik, strukturiertes Handeln, Informationsverarbeitung, Auge-Hand-Koordination u.a.



Backe, backe Kuchen!

Du fragst dich vielleicht, inwiefern gemeinsames Kochen oder Backen dein Kind fördert. Doch das ist ganz leicht erklärt: Viele Dinge, die für uns Erwachsene völlig einfach erscheinen, weil wir sie schon tausendmal gemacht haben, sind für Kinder eine Herausforderung.

Wie viel sind 300 g Mehl? Die Waage zeigt mir zwar die Zahl an, doch das genaue Abwiegen ist gar nicht so einfach! Was bedeuten die Striche auf dem Messbecher? Warum ist $\frac{1}{4}$ Liter weniger als $\frac{1}{2}$, obwohl die 4 doch größer ist als die 2? Wo sind am Backofen die 200°? Wie lang sind die 50 Minuten, die der Kuchen im Ofen sein muss?

Wenn du dein Kind viel allein machen lässt und lediglich erklärst und unterstützt, wird es aus den Koch- und Backstunden viel mitnehmen – und obendrein werdet ihr noch mit etwas Leckerem belohnt. 😊

Fördert Auge-Hand-Koordination, Konzentration, sinnentnehmendes Lesen, strukturiertes Arbeiten, Feinmotorik, Zahlen- und Mengenverständnis



Dies waren ein paar Anregungen für dich, wie du dein Kind auch ohne Arbeitsblätter etc. fast unbemerkt und mit Spaß fördern kannst. Aber es gibt noch so viele andere Möglichkeiten: Malen, basteln, singen, handwerken, tanzen oder „einfach nur“ spielen – du kannst davon ausgehen, dass alle Aktivitäten, die Kreativität und körperlichen sowie geistigen Einsatz erfordern, dein Kind auf vielfältige Weise fördern!

Natürlich ist auch der faule Fernseh-Nachmittag auf dem Sofa erlaubt und die „Großen“ müssen selbstverständlich auch auf Smartphone, Konsole und Co. nicht verzichten. Wichtig ist hier jedoch auf ausreichend Ausgleich zu achten, denn die modernen Medien sind die Konzentrationsfresser Nummer eins!

Jetzt wünsche ich dir und deiner Familie aber erst einmal ganz viel Spaß beim Ausprobieren meiner Tipps!



Mehr von Lernovia entdecken?



[Homepage](#)



[Blog](#)



[Instagram](#)



[Facebook](#)



[YouTube](#)

