

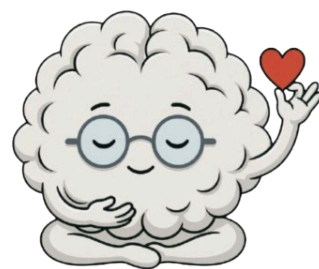
Ich werde ein Schulkind!

*Mit Brainy gut vorbereitet
von der Kita in die Schule*

ARBEITSHEFT

ÜBERGANG KITA → SCHULE

VORSCHULE · KLASSE 1



Inhalt

A Für dich als Fachkraft

1 Tschüss, Kita!

2 Meine Gefühle vor der Schule

3 Mein Schulweg & meine Schultasche

4 Das kann ich schon!

5 Wenn ich Hilfe brauche

6 Mein erster Schultag

P Urkunde, Elternseite, Quellen



Hallo, ich bin Brainy! Bald kommst du in die Schule. Das ist aufregend! Ich zeige dir, was dich erwartet – und wie du gut ankommst.

6 Einheiten à 20–30 Minuten für das letzte Kita-Jahr, Vorschulgruppen, Kooperationsstunden Kita–Grundschule und die ersten Schulwochen · fast ohne Lesen, mit viel Malen · mit Elternseite und Urkunde.

Überblick

Ein Übergang, den Kinder, Eltern und Fachkräfte gemeinsam gestalten

Der Schritt von der Kita in die Grundschule ist für viele Kinder der erste große Übergang ihres Lebens. Vorfreude und Unsicherheit liegen dicht beieinander. Dieses Heft gibt den Kindern Bilder und Worte für diesen Schritt, stärkt ihr Zutrauen in das, was sie schon können, und bindet die Eltern mit ein.

Einheit	Die Kinder können ...
1	... sich bewusst von der Kita verabschieden und etwas Schönes erinnern.
2	... Vorfreude und Sorgen mit den Barometer-Farben zeigen.
3	... ihren Schulweg beschreiben und wissen, was in die Schultasche gehört.
4	... sagen, was sie schon gut können.
5	... zeigen, wie sie in der Schule um Hilfe bitten, und eine Pause-Übung machen.
6	... sich den ersten Schultag vorstellen und ihn danach erzählen.

EINSATZ

- Letztes Kita-Jahr, Vorschulgruppe
- Kooperationsstunden Kita und Grundschule
- Schnuppertage in der Schule

- Erste Schulwochen (Einheit 6)
- Einzelbegleitung, Integrationsassistenz
- Elternabend zum Schulstart

Haltung: Schulfähigkeit ist keine Prüfung, die ein Kind bestehen muss. Es geht darum, dass Kinder, Eltern, Kita und Schule den Übergang **gemeinsam** tragen.

Kurz-Theorie

Was Übergänge gelingen lässt

1 · ÜBERGÄNGE SIND ENTWICKLUNGSAUFGABEN FÜR ALLE

Nach dem Transitionsansatz von Griebel und Niesel bewältigen nicht nur die Kinder den Übergang, sondern auch die Eltern: Beide verändern ihre Rolle („Schulkind“, „Schulkind-Eltern“). Gelingen hängt von der Zusammenarbeit aller Beteiligten ab – Kind, Eltern, Kita und Schule (Griebel & Niesel, 2011). → Teil A, Elternseite

2 · GEFÜHLE BENENNEN BERUHIGT

Wer Gefühle in Worte oder Bilder fasst, reguliert sie leichter; das Benennen senkt nachweislich die Aktivität der Amygdala (Lieberman et al, 2007). → Einheit 2

3 · SICHERHEIT DURCH ERWACHSENE

Junge Kinder regulieren sich über verlässliche Bezugspersonen (Co-Regulation). Je vertrauter die neue Umgebung und die neuen Erwachsenen vorher sind, desto leichter fällt der Start (Rosanbalm & Murray, 2017). → Einheiten 3 und 5

4 · ZUTRAUEN IN DIE EIGENEN FÄHIGKEITEN

Kinder, die erleben, dass sie etwas schaffen, trauen sich mehr zu. Bandura beschreibt eigene Erfolgserlebnisse als wichtigste Quelle der Selbstwirksamkeit (Bandura, 1977). → Einheit 4

Vollständige Quellenangaben am Ende des Heftes.

Verlaufsplan & Kooperation

6 Einheiten à 20–30 Minuten

Nr.	Thema	Ablauf	Wann?
1	Tschüss, Kita!	Erinnerungen sammeln, Lieblingsort malen, Abschiedsritual planen	Frühjahr
2	Gefühle	Barometer-Farben mit Bewegung, Vorfreude und Sorgen malen	Frühjahr
3	Schulweg & Schultasche	Schulweg ablaufen oder malen, Schultasche packen spielen	vor dem Sommer
4	Das kann ich schon!	Stärken-Runde, Stärken-Stern gestalten	vor dem Sommer
5	Hilfe & Pause	Melden üben, Hilfe-Satz, Atem-Blume, Pausen-Station	Schnuppertag
6	Erster Schultag	Vorher vorstellen, nachher erzählen und malen	Einschulung

KOOPERATION KITA – GRUNDSCHULE

Absprache	Mit wem?	Erledigt
Schnuppertag / Besuch in der Schule vereinbart		☐
Einverständnis der Eltern zum Austausch liegt vor		☐
Barometer-Farben auch in Klasse 1 bekannt machen		☐
Elternabend zum Übergang		☐
Kinder mit besonderem Unterstützungsbedarf: Übergabegespräch (nur mit Einverständnis)		☐



Datenschutz: Informationen über ein Kind gibst du nur mit schriftlichem Einverständnis der Eltern an die Schule weiter.

Differenzierung & Reflexion

Fast alles geht ohne Lesen

LEICHT

Anmalen, zeigen, ankreuzen. Die Fachkraft liest vor.

MITTEL

Erzählen, einzelne Buchstaben oder den eigenen Namen schreiben.

PROFI

Anderen etwas erklären, eigene Ideen entwickeln.

- Die Fachkraft liest alle Aufgaben vor. Schreibfelder dürfen gemalt oder diktiert werden.
- Für Kinder mit wenig Deutsch: Bildkarten und Zeigen reichen völlig.
- Einheit 6 kann die Lehrkraft in Klasse 1 übernehmen – das Heft wandert mit.

REFLEXIONSBOGEN

Frage

Notizen

Welche Sorgen haben die Kinder am häufigsten genannt?

Welches Kind braucht beim Übergang besondere Begleitung?

Welche Fragen haben die Eltern?

Was geben wir (mit Einverständnis) an die Schule weiter?

Was machen wir beim nächsten Jahrgang anders?

Das ist mein Heft!

Ich werde ein Schulkind

Mein Name: _____ Meine Schule: _____

1

Mal dich als Schulkind! **LEICHT**

Das bin ich als Schulkind:



Brainy sagt: Du darfst aufgeregt sein. Aufregung und Vorfreude fühlen sich manchmal ganz ähnlich an – beides gehört dazu!

Tschüss, Kita!

Was ich nie vergessen will

DARUM GEHT ES HIER

- ☐ Ich kann mich von der Kita verabschieden.
- ☐ Ich kann mich an etwas Schönes erinnern.

1 Mal deinen Lieblingsort in der Kita. LEICHT

Mein Lieblingsort:

2 Wen wirst du vermissen? Mal oder schreib Namen. MITTEL

3 Wie wollt ihr Tschüss sagen? Kreuze an. LEICHT

- ☐ Abschiedsfest
- ☐ Ein Lied
- ☐ Ein Foto
- ☐ Etwas basteln
- ☐ Den Kita-Garten besuchen

Meine Gefühle

Wie fühlt sich die Schule an?

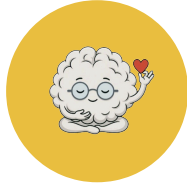
DARUM GEHT ES HIER

☐ Ich kann zeigen, wie ich mich fühle, wenn ich an die Schule denke.



Grün

Mir geht es gut!



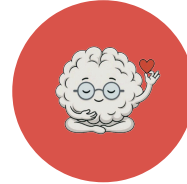
Gelb

Ein bisschen schwierig.



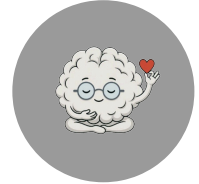
Orange

Ich brauche Hilfe.



Rot

Ich bin in Not.



Grau

Ich bin müde und leer.

1 Wenn du an die Schule denkst: Welche Farbe passt? Kreis sie ein.

LEICHT

DARAUF FREUE ICH MICH

DAS MACHT MIR EIN BISSCHEN SORGEN

2 Was könnte dir bei deiner Sorge helfen? Erzähl es einem Erwachsenen.

MITTEL



Brainy sagt: Sorgen werden kleiner, wenn man sie erzählt. Du musst nicht alles allein wissen.

Mein Schulweg

Wie komme ich zur Schule?

DARUM GEHT ES HIER

- ☐ Ich kann meinen Schulweg beschreiben.
- ☐ Ich kann sagen, was in meine Schultasche gehört.

1 Wie kommst du zur Schule? Kreuze an. LEICHT

☐  zu Fuß☐  mit dem Bus☐  mit dem Auto☐  mit dem Fahrrad (später)☐  mit dem Fahrdienst

2 Mal deinen Schulweg. Was siehst du unterwegs? Wo ist eine Ampel oder ein Zebrastreifen? MITTEL

Mein Schulweg:



Tipp für Erwachsene: Übt den Schulweg vor dem ersten Schultag mehrmals gemeinsam – am besten zur echten Uhrzeit.

Meine Schultasche

Was muss mit?

3 Was gehört in die Schultasche? Kreis es ein. Was gehört nicht hinein? Streich es durch. LEICHT



Heft



Mäppchen



Frühstück



Trinkflasche



Großes Kuscheltier



Spielkonsole



Postmappe



Eine Tüte Süßes

4 Mal deine Schultasche. Welche Farbe hat sie? LEICHT

Meine Schultasche:

5 Wer packt morgens mit dir die Schultasche? Wann packt ihr sie am besten? MITTEL

HAKE AB: DAS KANN ICH JETZT

- ☐ Ich kann meinen Schulweg beschreiben.
- ☐ Ich kann sagen, was in meine Schultasche gehört.

Das kann ich schon!

Mein Stärken-Stern

DARUM GEHT ES HIER

- ☐ Ich kann sagen, was ich schon gut kann.

1 Was kannst du schon? Kreuze an. LEICHT

☐ Meinen Namen schreiben

☐ Bis 10 zählen

☐ Schuhe anziehen

☐ Zuhören

☐ Fragen stellen

☐ Teilen

☐ Helfen

☐ Warten

☐ Malen

☐ Aufräumen

☐ Trösten

☐ Allein auf Toilette gehen

2 Mal deinen Stärken-Stern. In jede Zacke kommt etwas, das du gut kannst. LEICHT



3 Was möchtest du in der Schule lernen? MITTEL

Wenn ich Hilfe brauche

In der Schule darf man fragen!

DARUM GEHT ES HIER

- ☐ Ich kann zeigen, wie ich in der Schule um Hilfe bitte.
- ☐ Ich kann eine kleine Pause-Übung machen.



Melden

Ich hebe die Hand und warte.



Fragen

„Kannst du mir helfen?“



Toilette

„Darf ich zur Toilette?“



Traurig

Ich sage es der Lehrerin oder dem Lehrer.

1

Übt zu zweit: Einer ist Lehrer:in, einer meldet sich und fragt. Wie hat es sich angefühlt?

LEICHT

✿ DIE ATEM-BLUME

Einatmen: Riech an der Blume – tief durch die Nase. **Ausatmen:** Puste die Pustebume weg. Mach das **3-mal**.

2

Wer hilft dir in der Schule? Mal die Menschen.

LEICHT



Pausen-Station

Mit Brainy atmen und bewegen – auch schon in der Kita ausprobieren.

[Pausen-Station öffnen](#)

Mein erster Schultag

Vorher und nachher

DARUM GEHT ES HIER

- ☐ Ich kann mir den ersten Schultag vorstellen.
- ☐ Ich kann danach erzählen, wie es war.

VORHER: SO STELLE ICH ES MIR VOR

NACHHER: SO WAR ES WIRKLICH

1 Welche Farbe hattest du am ersten Schultag?

LEICHT



2 Was war am schönsten? Was war anders als gedacht?

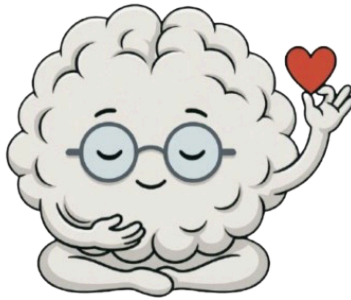
MITTEL

HAKE AB: DAS KANN ICH JETZT

- ☐ Ich kann mir den ersten Schultag vorstellen.
- ☐ Ich kann danach erzählen, wie es war.

Urkunde

für ein starkes Schulkind



ist bereit für die Schule und kann schon:

🌈 Gefühle zeigen · 🎒 die Schultasche packen · 🚶 den Schulweg
★ viele tolle Sachen · 🙋 um Hilfe bitten · 🌸 ruhig atmen

Datum: _____

Unterschrift: _____

Hallo!

Für dich als Mama, Papa oder Bezugsperson eines zukünftigen Schulkindes

Auch für dich ändert sich etwas: Du wirst „Schulkind-Eltern“. Das darf sich aufregend anfühlen. Diese Tipps helfen euch beim Start:

Wann?	Was hilft?
Vor dem Sommer	Schulweg mehrmals gemeinsam gehen · Schule von außen anschauen · Bücher über den Schulstart lesen
In den Ferien	Schlafrythmus langsam an die Schulzeit anpassen · Schultasche zusammen einräumen
Vor dem 1. Schultag	Über Vorfreude und Sorgen sprechen · Nicht drohen („In der Schule wird’s ernst!“)
In den ersten Wochen	Nach der Schule erst ankommen lassen, dann fragen · Frag nach der Farbe: „Mit welcher Farbe kommst du heute nach Hause?“
Wenn es schwierig wird	Früh mit der Klassenlehrkraft sprechen · Postmappe nutzen · Nicht allein bleiben

DAS BAROMETER, DAS DEIN KIND KENNT



Merksatz: Dein Kind muss am ersten Schultag noch nichts können. Es darf alles lernen – das ist ja der Sinn der Schule.

Quellen & mehr

Originalquellen und weiterführendes Material

QUELLEN

- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215.
- Griebel, W. & Niesel, R. (2011). *Übergänge verstehen und begleiten. Transitionen in der Bildungslaufbahn von Kindern*. Berlin: Cornelsen Scriptor.
- Lieberman, M. D., Eisenberger, N. I., Crockett, M. J., Tom, S. M., Pfeifer, J. H. & Way, B. M. (2007). Putting feelings into words: Affect labeling disrupts amygdala activity in response to affective stimuli. *Psychological Science*, 18(5), 421–428.
- Rosanbalm, K. D. & Murray, D. W. (2017). *Caregiver co-regulation across development: A practice brief* (OPRE Brief #2017-80). Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services.

PASSEND DAZU

Mein Gefühle-Kompass

Das Arbeitsheft Selbstregulation mit Brainy für Klasse 1–4 – die passende Fortsetzung für das erste Schuljahr.

Mehr Material

Freebies, Begleithefte und das komplette KLARTEXT-System:

www.klartext-mentoring.de



Über KLARTEXT-Mentoring: Entwickelt von Anja Jolk aus der Praxis von Schulbegleitung und Pädagogik – klar, warm, menschlich.

Nutzungsrecht: Die Kopiervorlagen dürfen für die eigene Gruppe vervielfältigt werden. Weitergabe, Veröffentlichung oder Upload auf andere Plattformen sind nicht gestattet.