

Beratungskolumne der Schulischen Heilpädagogin und Familientherapeutin Iris Selby

# Durch freies Spiel schlau und stark werden

**Werkzeugkiste für eine gelingende Erziehung: Wie Du deine Kinder erziehst – und ganz nebenbei auch Dich selbst!**

## Frage von Lucia:

«Wir haben zwei Kinder von zwei und fünf Jahren. Die ältere Tochter Malia kommt im Sommer in den Kindergarten. Eigentlich ist sie schon überreif für den Kindergarten und immer wieder ist ihr langweilig und sie möchte gefordert werden. Welche Förderung brauchen Kleinkinder?»

Liebe Lucia, viele Kinder, die kurz vor dem Kindergarteneintritt stehen, möchten mehr gefordert werden und freuen sich auf den Kontakt in einer grösseren Kindergruppe. Dennoch befindet sich Malia – wie alle Kinder bis etwa sechs oder sieben Jahren – in der «magischen Phase». Das bedeutet, sie lernt am besten mit all ihren Sinnen und durch fantasievolles Spiel. Kinder denken in diesem Alter noch viel ganzheitlicher und intuitiver, während wir Erwachsene eher analytisch vorgehen. Deshalb brauchen deine Kinder vor allem freie Spielzeit statt Arbeitsblätter oder starren Unterricht.

## Kinder lernen spielerisch

Das Spiel ist für Kinder das, was Arbeit für Erwachsene ist: Ihre wichtigste Beschäftigung. Dabei entwickeln sie nicht nur Kreativität und Fantasie, sondern auch

Fein- und Grobmotorik, Frustrationstoleranz und soziale Fähigkeiten. Eine Spielgruppe vor dem Kindergarten ist daher eine wichtige Förderung, da sie das Spiel und der soziale Umgang mit anderen Kindern fördert.

## Freizeitangebote mit Bedacht wählen

Heutzutage ist das Angebot an Kursen und Aktivitäten riesig. Musikunterricht, Sport, Fremdsprachen und Nachhilfe. Doch zu viele Termine können für dich und deine Kinder stressig sein. Achte darauf, ob die Fülle an Freizeitangeboten euch guttut oder ob weniger nicht mehr ist. Kinder, die Zeit für freies und ungestörtes Spiel haben, können sich später auch oft besser konzentrieren.

## Freies Spiel fördern

Stelle eine Bastelecke mit Farbstiften, Schere, Klebeband und Papier bereit und erweitere sie gerne um Alltags- oder Naturmaterialien wie Zapfen, Steinen oder Kartons, um die Fantasie deiner Kinder anzuregen. Eine Kiste mit Tüchern, Hüten und Stofftieren lädt zu Rollenspielen ein und fördert dabei ganz nebenbei die sozialen Fähigkeiten, während die Kleinen in ihre eigenen Geschichten eintauchen. Auch Konstruktionsspielzeug wie Lego, Holzklötze oder leere Kartons stärken das räumliche Denken und schulen Feinmotorik sowie Kreativität. Familienspiele wie Brettspiele, Memory oder Puzzles ver-

mitteln Geduld, Konzentration und das gemeinsame Spielerlebnis, das alle zusammenbringt. Schliesslich bieten Naturspielplätze mit Sand, Wasser und Steinen faszinierende Sinneserfahrungen, bei denen Kinder ihren Horizont spielerisch erweitern.

## Ordnung und Regeln

Kinder geniessen ihr Spiel, sind aber schnell überfordert, wenn zu viel Durcheinander herrscht. Gleichzeitig kann ein übertriebenes Aufräumen den kreativen Fluss stören. Klare Regeln helfen dabei. Was darf stehenbleiben, was wird am Abend aufgeräumt? Grosse Kisten und Beschriftungen erleichtern die Übersicht. Bei kleineren Kindern kann man ein Foto des Inhalts auf die Kiste oder die Schublade kleben. So können schon 3-Jährige mit Unterstützung ihre Sachen versorgen.

## Lernen in Bewegung

Ob im Wald, im Park oder auf einem herkömmlichen Spielplatz: Bewegung fördert die Grobmotorik, das Selbstbewusstsein und die Freude am körperlichen Ausprobieren. Wenn Kinder klettern, balancieren oder rennen, erfahren sie ihre eigenen Grenzen und wachsen an den kleinen Herausforderungen.

## Freiraum geben

Versuche, Malia und ihr jüngeres Geschwisterkind beim Spielen nicht durch ängstliche Zurufe

zu bremsen. Du machst sonst deine Sorgen zu ihrer Angst. So lernen sie, auf sich und ihre Fähigkeiten zu vertrauen. Bleib aber in der Nähe, damit sie wissen, dass du da bist, wenn sie dich wirklich brauchen.

## Fehler sind Freunde

Wenn dein Kind scheitert oder hinfällt, lernt es mit Frust umzugehen und es beim nächsten Mal anders zu versuchen. Ein liebevolles «Versuchs doch noch einmal» stärkt das Selbstbewusstsein – und das Durchhaltevermögen gleichermaßen.

## Zeit, um spielen zu können

Kinder brauchen vor allem Zeit und Raum, um frei zu spielen. So werden auf natürliche Weise ihre Kreativität, motorischen Fähigkeiten, Frustrationstoleranz und soziale Kompetenzen erlernt und geübt. Zu viele Kurse oder starke Lernangebote können für junge Kinder mehr Stress als Nutzen mit sich bringen.

## Balance

Geniesse diese wertvolle Zeit mit deinen Kindern. Mit einer liebevollen Balance zwischen freiem Spiel, klaren Regeln und behutsamer Begleitung schenkst du ihnen das beste Rüstzeug für ihren weiteren Lebensweg. Der Start in den Kindergarten wird für Malia dann nicht nur ein nächster Schritt in Richtung Selbstständigkeit, sondern ein weiteres, spannendes Ka-

pitel in ihrem ganz eigenen Abenteuer des Lernens und Wachsens, bei dem ihr Wissensdurst bestimmt nicht zu kurz kommt.

Viel Freude beim Spielen, eure Erziehungsberaterin Iris Selby

*Iris Selby*

Weitere Fragen erreichen mich per E-Mail: [mail@irisselby.ch](mailto:mail@irisselby.ch)

Interesse an Erziehungskursen, Erziehungsberatung oder dem monatlichen Elterntreffen in Tägerig mit dem Fokus Erziehung: [www.irisselby.ch](http://www.irisselby.ch)

