

Der Schulstart ist ein großer Meilenstein. Voller Vorfreude, Spannung und vieler kleiner neuer Herausforderungen.

Dein Kind beginnt einen neuen Lebensabschnitt, lernt neue Menschen kennen, entdeckt neue Aufgaben und wächst an jedem einzelnen Tag ein Stück weiter. Auch für dich als Elternteil ist diese Zeit aufregend: viel Organisation, viele neue Abläufe und vielleicht auch ein paar Unsicherheiten.

Diese Checkliste hilft dir dabei, den Schulstart entspannt, gut vorbereitet und ohne Stress zu gestalten.

Sie soll dir Orientierung geben, damit du weißt, woran du denken kannst – aber nicht als starre Vorgabe verstanden werden muss.

Wichtig:

Jede Schule hat eigene Listen, Abläufe und Anforderungen.

Bitte kläre alles Wichtige zusätzlich im direkten Austausch mit der Klassenlehrkraft oder der Schule ab:

Welche Materialien werden wirklich gebraucht?

Was stellt die Schule zur Verfügung?

Was ist optional?

Diese Checkliste ist ein Leitfaden. Die Fachkräfte vor Ort haben immer die genauesten Informationen.

Gemeinsam sorgen wir dafür, dass dein Kind seinen Schulstart mutig, neugierig und voller Freude erlebt.



SCHULSTART / EINSCHULUNG – CHECKLISTE



1. Grundausrüstung für die Schule

- ☐ Schulranzen (leicht, ergonomisch, passend zur Körpergröße)
- ☐ Federmappe (gefüllt)
- ☐ Bleistifte (HB/B)
- ☐ Buntstifte (hochwertig, bruchsicher)
- ☐ Spitzer (geschlossen)
- ☐ Radiergummi (weich, rückstandsfrei)
- ☐ Lineal (15–20 cm)
- ☐ Kinderschere

- ☐ Klebestift
- ☐ Hausaufgabenheft (falls nötig)

+ Alltagstipps:

- Alles gut beschriften – Kinder tauschen oft aus Versehen Materialien.
 - Zu Hause 1–2 Wochen vorher den Umgang mit Ranzen & Federtasche üben.
 - Wenige, aber robuste Materialien kaufen – Qualität zahlt sich langfristig aus.
 - Zu schwere Rucksäcke vermeiden: regelmäßig unnötige Dinge herausnehmen.
-



2. Hefte & Papier

- ☐ Schreibhefte (Lineatur je nach Vorgabe)
- ☐ Matheheft (Karo 5 mm)
- ☐ Zeichenblock A4
- ☐ Schnellhefter (farblich sortiert)
- ☐ Klarsichtfolien

+ Alltagstipps:

- Farbsystem übernehmen: erleichtert die Organisation enorm.
 - Zu Hause eine kleine „Hefte-Box“ anlegen → Vorrat spart Stress.
 - Regelmäßig mit dem Kind die Mappen ordnen.
 - Bei mehreren Kindern: Farbcodes in der Familie einheitlich gestalten.
-



3. Kunst & Basteln

- ☐ Wasserfarbkasten
- ☐ Pinsel (verschiedene Größen)
- ☐ Deckweiß
- ☐ Zeichenblock A3
- ☐ Malschürze
- ☐ Wachsmaler / dicke Buntstifte
- ☐ 2–3 Klebestifte

+ Alltagstipps:

- Eine separate „Kunst-Tasche“ erleichtert Ordnung.
 - Fleckenfreundliche Kleidung an Schultagen mit Kunst einplanen.
 - Frühzeitig üben: Pinsel auswaschen, Farben richtig nutzen → spart Frust.
 - Kinder lieben eigene Kreativmaterialien – stärkt Selbstständigkeit.
-



4. Sportausrüstung

- ☐ Sportbeutel
- ☐ Sportshirt & Sporthose
- ☐ Hallenturnschuhe (nicht färbend)
- ☐ Haargummis
- ☐ Trinkflasche an Sporttagen

+ Alltagstipps:

- Sportkleidung immer am gleichen Ort aufbewahren → Routine!
 - 1x pro Woche Washtag für den Sportbeutel einplanen.
 - Schuhe vorher testen – zu große Schuhe führen zu Stürzen.
 - Sporttage mit dem Kind vorab im Kalender farbig markieren.
-



5. Essen & Trinken

- ☐ Auslaufsichere Trinkflasche
- ☐ Brotbox mit Fächern
- ☐ Gesunde Snacks
- ☐ Obst/Gemüse (mundgerecht)

+ Alltagstipps:

- Alles möglichst leicht öffnen lassen – selbstständiges Essen fördert Stolz.
 - Abends schon Vesper vorbereiten → weniger Stress am Morgen.
 - Besser kleine Portionen als zu viel → weniger Rücklauf.
 - Varianten testen: Manche Kinder mögen „Fingerfood-Dosen“ sehr.
-



6. Persönliche Dinge & Sicherheit

- ☐ Reflektoren
- ☐ Brustbeutel / Geldbeutel
- ☐ Ranzen: Name + Notfallnummer
- ☐ Hausschlüssel (falls relevant)
- ☐ Erste-Hilfe-Karte (Allergien/Medikamente)
- ☐ Regen- & Wechselkleidung

+ Alltagstipps:

- Reflektoren an Jacke und Ranzen sind im Winter Gold wert.
- In der ersten Schulwoche täglich prüfen: „Hast du alles wieder eingepackt?“

- Ein kleines Fotosymbol am Schlüssel hilft Kindern in der ersten Zeit sehr.
 - Wechselkleidung wettergerecht tauschen (Sommer/Winter).
-



7. Organisation Zuhause

- ☐ Fester Platz für alle Schulsachen
- ☐ Ranzenhaken oder Korb
- ☐ Feste Hausaufgabenroutine
- ☐ Stabiler Morgenablauf
- ☐ Kleine To-Do-Karte für das Kind

+ Alltagstipps:

- Morgenroutine laminieren → Kinder lieben klare Abläufe.
 - Erst frühstücken / ankommen, dann Hausaufgaben – Pausen sind wichtig.
 - „5-Minuten-Check“ abends: Trinkflasche, Brotbox, Materialien packen.
 - Das Kind Dinge selbst einpacken lassen → stärkt Verantwortung.
-



8. Emotionale Vorbereitung

- ☐ Positives über die Schule erzählen
- ☐ Bücher anschauen
- ☐ Sorgen ernst nehmen
- ☐ Wohlfühl-Abschied ritualisieren
- ☐ Schule vorab besuchen

+ Alltagstipps:

- Wünsche des Kindes anhören („Was möchtest du am liebsten in der Schule machen?“).
 - Kleine Mutmach-Sätze täglich wiederholen.
 - Rituale wie „ein Herz auf die Hand malen“ helfen bei Trennung.
 - Nach der ersten Woche mehr Ruhe einplanen – Schulstart ist anstrengend.
-



9. Zusammenarbeit mit der Schule

- ☐ Kennenlerngespräch
- ☐ Infoabend
- ☐ Elternbriefe lesen
- ☐ Krankmeldungen zuverlässig
- ☐ Austausch über Besonderheiten

+ Alltagstipps:

- Lehrkräfte freuen sich über ehrliche Infos zu Stärken & Herausforderungen.
 - Gemeinsame Kommunikation schafft Vertrauen.
 - Notfallnummern groß und deutlich schreiben.
 - Kleine Geschenke sind nicht nötig – Respekt und Freundlichkeit reichen völlig.
-



10. Gesundheits- & Sicherheitsunterlagen

- ☐ Impfpass-Kopie
- ☐ Gesundheitsbogen ausgefüllt
- ☐ Allergien schriftlich
- ☐ Medikamentenplan
- ☐ Notfallnummern
- ☐ Besonderheiten (Hören/Sehen/Erkrankungen)

+ Alltagstipps:

- Alles in Klarsichthüllen → übersichtlich für Lehrkräfte.
 - Auch kleinere Besonderheiten (z. B. schnell erschöpft) angeben.
 - Allergien gut sichtbar am Ranzen platzieren.
 - Notfallkontakte regelmäßig aktualisieren.
-



11. Schulweg & Verkehrssicherheit

- ☐ Schulweg 3–5× üben
- ☐ Sichere Überwege zeigen
- ☐ Sichtbarkeit sichern
- ☐ Verhalten an Haltestellen erklären
- ☐ Notfallregel
- ☐ Absprachen mit Freunden

+ Alltagstipps:

- Schulweg zu unterschiedlichen Tageszeiten üben.
 - Kind führen lassen („Wie würdest DU gehen?“).
 - Bei Unsicherheit 1–2 Wochen gemeinsames Gehen einplanen.
 - Reihenfolge üben: stehen → schauen → gehen.
-



12. Emotionale & soziale Schulreife

- ☐ Kann sich von Eltern lösen
- ☐ Kann Konflikte sprachlich äußern
- ☐ Kann Frust aushalten
- ☐ Kann Gefühle benennen
- ☐ Kann um Hilfe bitten
- ☐ Findet sich in Gruppen zurecht

+ Alltagstipps:

- Rollenspiele zu Konflikten („Was sagst du, wenn jemand deinen Stift nimmt?“).
 - Gefühle im Alltag benennen → stärkt Selbstregulation.
 - Selbstständigkeit trainieren: Anziehen, Toilettengang, Ranzen packen.
 - Kurze Wartezeiten üben (beim Bäcker, an der Haustür...).
-

13. Lernhaltung & Motivation

- ☐ Probiert Aufgaben selbst aus
- ☐ Freut sich über eigene Erfolge
- ☐ Interessiert sich für Buchstaben/Zahlen
- ☐ Bleibt etwas länger bei Aufgaben
- ☐ Stellt gezielte Fragen

+ Alltagstipps:

- Erfolgserlebnisse bewusst betonen („Du hast das toll gelöst!“).
- Kein Druck beim Lernen – Neugier kommt von selbst.
- Kleine Aufgaben geben: „Hol bitte drei gleiche Gegenstände.“
- Fortschritte feiern – auch kleine

Der Schulstart ist ein besonderer Moment. Voller Aufregung, Erwartungen und neuer Erfahrungen.

Es ist normal, wenn nicht sofort alles perfekt läuft. Dein Kind wächst hinein. Schritt für Schritt.

Manche Tage werden leicht sein, andere anstrengend und alle sind wertvoll.

Die wichtigste Grundlage bleibt deine liebevolle Begleitung.

Wenn du spürst, dass dein Kind besondere Unterstützung braucht. Sei es bei der Organisation, den Hausaufgaben, sozialen Situationen oder der emotionalen Belastung, kannst du dir jederzeit Unterstützung holen.

Der FamilienHafen-Helfer begleitet dich gerne durch diese spannende Zeit:

mit Tipps, Ideen, Erklärungen und emotionaler Unterstützung. Genau dann, wenn du sie brauchst.