

checkliste für den 1. Schultag



Schulsachen

- **Malschürze:** Pflegeleicht, wasserabweisend
- **Schulranzen:** Ergonomisch, passend zur Körpergrösse des Kindes, mit verstellbaren Riemen
- **Etui/Federmäppchen:** Gefüllt mit Bleistiften, Farbstiften, Buntstiften, Radiergummi, Lineal, Spitzer
- **Hefte:** Liniertes und kariertes Papier, nach Vorgaben der Schule
- **Ordner und Schnellhefter:** Für Arbeitsblätter und wichtige Dokumente
- **Buchumschläge und -schutz:** Für Schulbücher, entsprechend der Grösse
- **Kindgerechte Schere und Klebestift:** Für Bastelarbeiten und Projekte
- **Sporttasche:** Mit Sportkleidung, Turnschuhen und eventuell Schwimmzeug inkl. Badekappe & Handtuch
- **Trinkflasche und Znüibox:** Auslaufsicher, kindgerecht

Kleidung

- **Schulkleidung:** Dem Wetter angepasste Kleidung, ggf. Schuluniform
- **Wechselkleidung:** Für unerwartete Missgeschicke
- **Finken/Hausschuhe:** Für den Klassenraum, falls von der Schule verlangt
- **Regenkleidung und -schuhe:** Für nasse Tage

Unterlagen & Organisation

- **Schulweg-Planung:** Sichere Route, ggf. Haltestellen und Zeiten für Schulbusse raussuchen
- **Impfpass und Gesundheitsunterlagen:** Kopien für die Schule, falls erforderlich
- **Notfallkontakte:** Aktuelle Telefonnummern und Kontaktpersonen hinterlegen
- **Schulkalender:** Wichtige Termine wie Ferien, Elternabende, Schulfeste notieren
- **Versicherung:** Sicherstellen, dass das Kind bei Unfällen versichert ist

Hausaufgaben & Lernen

- **Arbeitsplatz:** Ruhiger Ort zum Lernen und Hausaufgaben machen, gut beleuchtet
- **Tagesplan:** Struktur für den Schul- und Hausaufgabenalltag festlegen
- **Lesestoff:** Bücher oder Magazine passend zum Interesse des Kindes

Weitere Vorbereitungen

- **Schulstart-Rituale:** Planen Sie ein besonderes Frühstück oder eine kleine Feier
- **Schulweg üben:** Den Weg zur Schule mehrmals gemeinsam gehen
- **Freunde finden:** Besuche oder Spielnachmittage mit neuen Mitschüler*innen vereinbaren
- **Gespräche führen:** Ängste und Erwartungen des Kindes besprechen

Eltern-Vorbereitung

- **Elternabende:** Termine und Inhalte notieren
- **Kommunikation mit Lehrpersonen:** Ansprechpartner und Kommunikationswege klären
- **Elternvertreter:** Wahl und Aufgaben definieren, falls gewünscht

Gesundheit & Wohlbefinden

- **Ernährung:** Gesunde Snacks und Mittagessen planen
- **Schlafroutine:** Frühzeitig an den neuen Schlafrhythmus gewöhnen
- **Stressbewältigung:** Techniken und Strategien für stressige Situationen besprechen

Technologie

- **Digitale Geräte:** Tablet oder Laptop, falls von der Schule gefordert
- **Lern-Apps:** Altersgerechte Apps zur Unterstützung des Lernens installieren
- **Bildschirmzeit:** Regelung für den Medienkonsum festlegen

Mit dieser Checkliste sind Sie bestens gerüstet, um den Schulanfang Ihres Kindes in der Primarstufe erfolgreich und stressfrei zu gestalten!