



Kanton Zürich
Bildungsdirektion



kjz

Spiele**n** ist wichtig



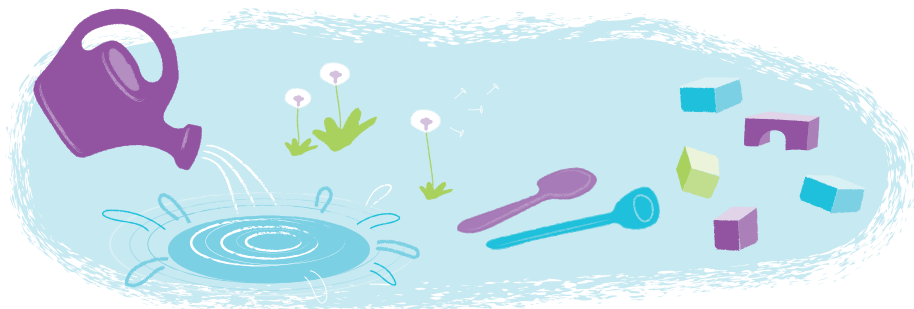
Diverse

0–6 Jahre

Für einen guten Start ins Leben gehört das Spielen von Anfang an dazu. Sie fördern Ihr Kind optimal, indem Sie es spielen lassen. Dabei können Sie es unterstützen.

Spiele**n** fördert eine gesunde Entwicklung

Spiele**n** ist für Kinder mehr als blosser Zeitvertreib. Sie spielen mit voller Hingabe, machen vielfältige Erfahrungen und lernen, wie sie ihre Hände und Finger gebrauchen können. Sie bewegen sich, lernen Alltagsgegenstände kennen und erforschen so die Welt. Beim Spielen entwickeln, üben und festigen Kinder unterschiedliche Fähigkeiten und Fertigkeiten. Spielen regt Kreativität, Denken und Fantasie an. Im Spiel mit anderen lernen Kinder zudem soziale Kompetenzen wie Einfühlungsvermögen und Konfliktfähigkeit.



Wie Sie Ihr Kind unterstützen können

Lassen Sie Ihrem Kind **genügend Zeit und Raum** zum Spielen.

Spielen Sie mit Ihrem Kind, denn **gemeinsames Spielen schafft Nähe und Vertrauen**. Sie müssen nicht ständig Spielideen und Programme liefern, Ihr Kind steckt voller eigener Ideen. Das Interesse und die Aufmerksamkeit von Eltern sind aber wichtig.

Unterstützen Sie es, wenn es mit Gleichaltrigen spielen möchte. Kinder benötigen für ihre soziale Entwicklung **regelmässigen Kontakt mit anderen Kindern**.

Lassen Sie Ihr Kind **selbst entdecken und ausprobieren**, nehmen Sie ihm nicht alle Schwierigkeiten ab.

Lassen Sie Ihr Kind auch **draussen** spielen. An der frischen Luft kann es die Welt entdecken. Es kann springen, laufen, hüpfen und so seine Grobmotorik stärken. Tageslicht beugt zudem Kurzsichtigkeit vor. Es gibt dafür viele kinderfreundliche Orte. Eine Liste von Spielplätzen finden Sie für Ihren Bezirk in der Broschüre «Angebote für Eltern mit kleinen Kindern».

Zu viele Spielsachen auf einmal können Kinder überfordern. Achten Sie beim Kauf zudem auf die Altersangabe und Sicherheitshinweise.

Ungefährliche Alltagsgegenstände wie Becher oder Schachteln bereiten kleinen Kindern genauso Freude wie gekaufte Spielsachen und regen die Fantasie an. Gesicht und Stimme von Mutter und Vater sowie die eigenen Hände und Füsse sind in den ersten Lebenswochen meist spannender als gekauftes Spielzeug.

Spielen und digitale Medien

Die nationale Plattform Jugend und Medien empfiehlt Folgendes für Kinder bis sechs Jahre: Begleiten Sie Ihre Kinder bei der Mediennutzung, beachten Sie Altersfreigaben und legen Sie Bildschirmzeiten fest. Seien Sie dabei selbst ein Vorbild und setzen Sie die digitalen Medien nicht zur Kinderbetreuung ein.



Ihr Kind benötigt viel Raum und Zeit zum Spielen.

Zusätzliche Informationen (Auswahl)

In der Broschüre **«Angebote für Eltern mit kleinen Kindern»** finden Sie pro Bezirk Spielplätze, Treffpunkte und Angebote:
www.kjz.zh.ch/angebote-4

Ideen zum spielerischen Lernen im Alltag:

www.kinder-4.ch und www.spielenplus.ch/eltern

Nationale Plattform zur Förderung von Medienkompetenzen:

www.jugendundmedien.ch → **Empfehlungen → 0–7 Jahre**

Bewegungsempfehlungen finden Sie bei der Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich:

www.gesundheitsfoerderung-zh.ch/publikationen
→ **Bewegungstipps**

Remo H. Largo: **Babyjahre**. Piper Verlag, München, 2017.

Weitere Themen rund ums Baby und Kleinkind finden Sie im Online-Magazin «Fürs Leben gut».

www.fuerslebengut.ch/kjz-ratgeber



Wir unterstützen Sie.

Die Kinder- und Jugendhilfezentren (kjz) beraten Eltern bei Fragen zur Erziehung und Entwicklung ihrer Kinder und zum Familienalltag.

www.zh.ch/kjz