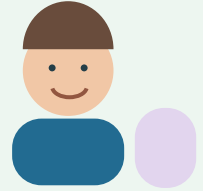


Bereit für die neue Schule

Schritt 1: Entdecke, was dich freut und was dich beschäftigt.

Ein neuer Anfang darf sich unterschiedlich anfühlen.

Du kannst gespannt, neugierig und auch unsicher sein. Nimm dir Zeit. Schreibe oder male, was dir wichtig ist. Du musst nicht alles auf einmal ausfüllen.



Mein Name: _____ Meine neue Klasse: _____

Wenn ich an die neue Schule denke, fühle ich mich ...

☐ neugierig ☐ aufgeregt ☐ unsicher ☐ anders: _____

Du darfst mehrere Gefühle ankreuzen.

Darauf freue ich mich:

Das macht mir Sorgen / Das möchte ich noch wissen:

So stelle ich mir meine neue Schule vor:

Hier kannst du zeichnen oder Bilder einkleben.

Du darfst Fragen haben. Du musst noch nicht alles kennen.

Mein Start wird übersichtlich

Schritt 2: Bereite vor, was dir den ersten Tag leichter macht.

Mein erster Schultag

Datum: _____ Unterrichtsbeginn: _____

Treffpunkt / Raum: _____

Meine Vorbereitung: Das ist schon geklärt

- ☐ Ich kenne den Schulweg und habe ihn möglichst ausprobiert.
- ☐ Ich weiß, wie ich zur Schule und wieder nach Hause komme.
- ☐ Ich weiß, wann ich aufstehen und losgehen muss.
- ☐ Ich habe die Materialliste angeschaut und meine Tasche vorbereitet.
- ☐ Ich weiß, wen ich fragen kann, wenn ich etwas nicht finde.

Meine Morgenzeiten

Aufstehen: _____ Losgehen: _____ Ankommen: _____

Was fehlt noch? Wer hilft mir dabei?

Das brauche / kläre ich noch	Mit wem / bis wann?
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Mein kleiner nächster Schritt: _____

Ankommen und Hilfe finden

Schritte 3 und 4: Kontakte knüpfen und Unterstützung kennen.

Ein erster Satz kann reichen

„Hi, wie heißt du?“

„Darf ich mich dazusetzen?“

„Was spielst du gern?“

„Wollen wir zusammen gehen?“

Das möchte ich in der ersten Woche ausprobieren:

1. _____
2. _____
3. _____

Mein Plan für schwierige Momente

Wenn ich mich unwohl fühle: Ich darf kurz durchatmen und sagen, was los ist. Ich suche mir Unterstützung bei einer vertrauten Person. Bei Streit, Ausgrenzung oder Angst muss ich nicht allein eine Lösung finden.

In der Schule kann ich mich an diese Person wenden:

Hier finde / erreiche ich sie:

Zu Hause oder außerhalb der Schule hilft mir:

So kann ich um Hilfe bitten

„Ich bin neu und brauche Hilfe bei ...“

„Mir geht es gerade nicht gut. Kannst du mir zuhören?“

Freundschaften dürfen langsam wachsen. Ein kleiner Kontakt zählt auch.

Das nehme ich mit

Schritt 5: Deine Stärken, dein Motto und ein erster Rückblick.

Das kann ich schon / Das habe ich schon geschafft:

Mein Motto für den Schulstart

Zum Beispiel: „Schritt für Schritt.“ oder „Ich darf fragen.“

Schreibe dein Motto groß auf und gestalte es bunt.

Nach der ersten Woche: Mein kleiner Rückblick

Das war ein schöner Moment:

Das habe ich schon herausgefunden:

Hier wünsche ich mir noch Unterstützung:

Du musst nicht am ersten Tag angekommen sein.

Behalte das Workbook und sprich über offene Fragen mit jemandem, dem du vertraust. Dein nächster kleiner Schritt reicht für heute.

Mehr Tipps und Lernvideos: lernfoerderung.de