



Stadt Bielefeld

Ideen für den Schulstart
Ukrainisch

 www.bielefeld.de



Ідеї для початку
навчального року

Вихідні дані

Видавець:



Kommunales
Integrationszentrum
Bielefeld



Stadt Bielefeld
Amt für Jugend und Familie
- Jugendamt -

Відповідальні за зміст:

Kapriel Meser, Leiter des Kommunalen Integrationszentrums

Ulrike Bülter, Leiterin des Amtes für Jugend und Familie - Jugendamt -

Редакція:

Karolina Dombek, Christoph Hein, Birgit May, Monika Schelp-Eckhardt

Оформлення:

Stadt Bielefeld, Zentrale Leistungen, Druckservice

Фінансується за підтримки:

Ministerium für Kinder, Jugend, Familie,
Gleichstellung, Flucht und Integration
des Landes Nordrhein-Westfalen



Ministerium für
Schule und Bildung
des Landes Nordrhein-Westfalen



Ця брошура написана простою мовою

Також доступна такими мовами:

албанською, арабською, болгарською, англійською, грецькою,
курдською (курманджі, латинською абеткою), польською,
російською, сербською, турецькою

Цифрова версія (pdf):

www.ki-bielefeld.de

Станом на:

04/2026





Зміст

1. Передмова	1
2. Залишатися в русі – це основа життя	2
3. Тренувати рухливість рук	4
4. Розвивати самостійність	6
5. Перебувати разом із іншими дітьми	8
6. Харчуватися здорово	10
7. Читати вголос, розповідати, розвивати мову	12
8. Розмовляти багатьма мовами	14
9. Створювати музику, грати зі звуками	16
10. Знаходити математику в побуті	18
11. Експериментувати і захоплюватися	20
12. Вивчати та оберігати природу	22
13. Відповідально користуватися медіа	24

1. Передмова

Дорогі батьки та законні представники,

незабаром для вашої дитини розпочнеться новий і важливий етап — початок шкільного життя. Багато необхідних для цього навичок дитина здобуває вже в дитячому садку — під час гри, рухової активності та спілкування з іншими дітьми.

Для мене важливо, щоб усі діти в Білефельді росли в хороших і безпечних умовах. До цього належать якісна освіта, сильні родини та повсякденне життя, у якому діти можуть бути допитливими й отримувати підтримку. Ця брошура пропонує вам прості ідеї, як підтримувати розвиток вашої дитини в повсякденному житті — без значних зусиль і з радістю.

Разом ми можемо подбати про те, щоб кожна дитина мала гарні можливості для майбутнього. Бажаю вашій дитині чудового часу до початку навчання в школі. А вам бажаю багато радості в супроводі цієї важливої життєвої фази.

Щиро

A handwritten signature in blue ink, reading "Christiane Baer". The signature is fluid and cursive, with a long horizontal stroke extending to the right.

Ваша мер
пані д-р Крістіана Бауер

2. Перебувати в русі – основа для навчання

Рух допомагає навчанню. Коли ваша дитина багато й із задоволенням рухається, їй легше вчитися. Також краще вдаються дрібні рухи, необхідні для письма. У повсякденному житті є багато можливостей для рухової активності.

Ідеї:

- Виходьте з дитиною на вулицю — до парку, лісу або на дитячий майданчик. Там вона може бігати, лазити, гратися з м'ячем та займатися багатьма іншими видами активності.



- В приміщенні дитина може гратися з подушками, матрацами і іншими речами. На них можна скакати і робити вправи.
- Ваша дитина повинна якомога частіше гратися з іншими дітьми.
- Їздити на велосипеді та самокаті теж приносить радість. Ваша дитина тренує наприклад тримати рівновагу.



- Ходіть разом із дитиною до басейну. Добре, якщо дитині подобається перебувати у воді та вона отримує від цього задоволення. На заняттях із плавання дитина може навчитися плавати.
- Ви є наважливішим прикладом для своєї дитини. Тому рухайтесь самі якомога більше!

**Довіряйте здібностям своєї дитини.
Завдяки руху дитина пізнає, що вона вже
вміє і що їй ще потрібно тренувати.**



3. Тренувати руки

Для письма та творчих занять у школі вашій дитині потрібні спритні руки. Ви можете розвивати спритність рук у повсякденному житті та під час гри.

Ідеї:

На кухні

- Куховарте разом з вашою дитиною. Ваша дитина може різати овочі, місити тісто чи мити посуд. Це приносить задоволення і покращує спритність дитини.

Креативні заняття

- Облаштуйте разом із дитиною постійне місце для творчості. Там дитина, наприклад, може малювати, ліпити та вирізати з паперу. Також вона може майструвати з дерева та листя, зібраного в лісі.



Гратися

- Багато ігор розвивають спритність пальців.

Наприклад:

пузли, мікадо, дерев'яні кубики, перлини, кулькова траса, лего®



Звертайте увагу, щоб ваша дитина під час малювання правильно тримала ручку чи олівець

4. Набувати самостійність

Чи може ваша дитина вже багато робити самостійно? Тоді в школі вона почуватиметься впевненіше. Самостійні діти навчаються охочіше та мають більше впевненості в собі.

Тому запитуйте себе знову і знову: Що моя дитина вже може зробити сама? У чому їй ще потрібна моя допомога?

Ідеї:

- Тренуйте з дитиною одягання та роздягання, наприклад одягання взуття, куртки або спортивного одягу.
- Обговорюйте разом із дитиною: яке завдання вона хотіла б виконувати вдома? Наприклад, дитина може накривати на стіл. Коли дитина виконала завдання, підбадьоруйте дитину, похваліть її.
- Ваша дитина повинна самостійно ходити до туалету і мити руки.



- На початку збирайте шкільний ранець разом із дитиною. З часом дитина зможе робити це самостійно.
- Покажіть дитині шлях до школи заздалегідь. Разом огляньте навколишню місцевість.



Початок шкільного життя — це велика зміна для всієї родини. Можливо, у перші тижні дитина почуватиметься невпевненою. Будьте терплячими.

**Підбадьорюйте дитину, повторюючи їй:
«Ти зможеш!»**

5. Бути разом з іншими дітьми

Для початку навчання в школі важливо, щоб дитина спілкувалася з іншими дітьми. Вони разом граються, їдять і малюють. Вони сваряться й миряться. Вони активно рухаються та відпочивають.

Ідеї:

- Регулярно приводьте свою дитину до дитячого садка.
- Запрошуйте друзів вашої дитини спільно гратися. Ваша дитина також повинно відвідувати інших дітей.
- Показуйте дітям настільні ігри. При цьому ваша дитина вчиться вигравати й програвати. Вона також вчиться дотримуватися правил.



- Спорт, танці та музика в групі приносять особливе задоволення. Гуртки та музичні школи мають багато пропозицій для дітей.

www.sportjugend-bielefeld.de

www.muku-bielefeld.de

- Беріть участь у заходах для сімей.

www.bielefeld.jetzt/termine/kinder



6. Харчуватися здорово

Здорове харчування є важливим.

Так ваша дитина може добре рости й навчатися.

Деякі продукти харчування ваша дитина повинна вживати часто. Інші продукти треба їсти рідко. Федеральний центр з питань просвітництва у сфері охорони здоров'я надає рекомендації:

Це повинні діти їсти і пити багато:

- Фрукти, овочі, картопля, макаронні вироби, рис і хліб
- Вода, чай без цукру

Це повинні діти помірно вживати у їжу:

- Молоко, жовтий сир, м'ясо, ковбасні вироби, яйця, риба

Це повинні діти їсти в невеликих кількостях:

- Масло, рослинна олія, вершки, солодощі, солені снеки

Це можна їсти і пити дітям дуже рідко:

- Фаст фуд (картопля фрі, бургери, піца і т.ін.)
- Солодкі напої (лимонади, фруктові соки і т.ін.)



Ідеї:

- Знайдіть час, щоб їсти разом із вашою дитиною. Цей спільний час є важливим для сім'ї. Під час цього ваша дитина багато чому вчиться: як правильно тримати ніж і виделку? Коли починати їсти? Коли можна вставати зі столу?
- Плануйте разом, що ви будете їсти. Наприклад, ви можете запропонувати дві страви. Ваша дитина тоді може обрати одну з них.
- Готуйте їжу разом із дитиною. При цьому вона багато дізнається про продукти. Під час нарізання дитина також тренує спритність рук.
- Дозвольте дитині самій вирішувати, скільки вона хоче з'їсти. Діти добре відчують, коли вони ситі. Довіряйте відчуттям вашої дитини.
- Діти зазвичай позитивно ставляться до їжі та напоїв. Вони охоче пробують нове. Пропонуйте дитині різноманітну їжу.
- Продукти для дітей часто є нездоровими. Звертайте увагу на вміст цукру та жиру, зазначений на упаковці.
- Під час покупок і прийомів їжі будьте прикладом для вашої дитини.



7. Читати вголос, розповідати, гратися з мовою

Читати вголос є дуже важливо! Ваша дитина вивчає нові слова та речення. Це допомагає їй вчитися читати і писати. З книжок дитина пізнає багато про світ. Тому читати дитині вголос та розповідати повинно бути частиною побуту кожної сім'ї.

Ідеї:

- Роздивляйтесь з дитиною ілюстровані книжки. Розмовляйте про ілюстрації, наприклад : Що ти бачиш на картинці?
- Відшукуйте слова – рифми, наприклад: книжка – мишка.
- Запитуйте дитину яку книжку їй почитати.
- Читайте з інтонацією. Змінюйте ваш голос: ведмідь може говорити низьким голосом і бурчати, мишка може шепотіти, змія шипіти.
- Намагайтесь читати дитині завжди в однаковий час. Наприклад перед сном. Насолоджуйтесь близькістю до вашої дитини.





Батьки, які самі читають, є прикладом для своїх дітей!

- Відвідуйте з дитиною бібліотеку.
- Грайтеся в ігри зі словами під час довгих подорожей машиною або у потязі. Ваша дитина може наприклад підбирати слова: які тварини живуть у воді? Які тварини живуть у повітрі?
- Опишіть якусь тварину і ваша дитина нехай вгадає її. Наприклад: Я знаю тварину у якої довгий хобот. Ваша дитина також може описати тварину, а ви вгадувати.
- Розкажіть початок історії. Нехай ваша дитина здогадається, яка це саме. Або нехай ваша дитина розповість історію далі.
- Пограйте з дитиною: я бачу щось, що ти не бачиш і це блакитного кольору. Що це? Ваша дитина буде шукати цей предмет.
- Покажіть дитині на вулиці букви, шрифт і символи. Ваша дитина зможе знаходити їх у реєстраційних номерах, вивісках, чи емблемах.

8. Володіти кількома мовами

Багато дітей у Німеччині зростають, використовуючи кілька мов.

Ці різні мови є великим надбанням для нашого суспільства.

Ви вдома (часто) розмовляєте іншою мовою, ніж німецькою?

Тоді підтримуйте свою дитину у вашій сімейній мові!

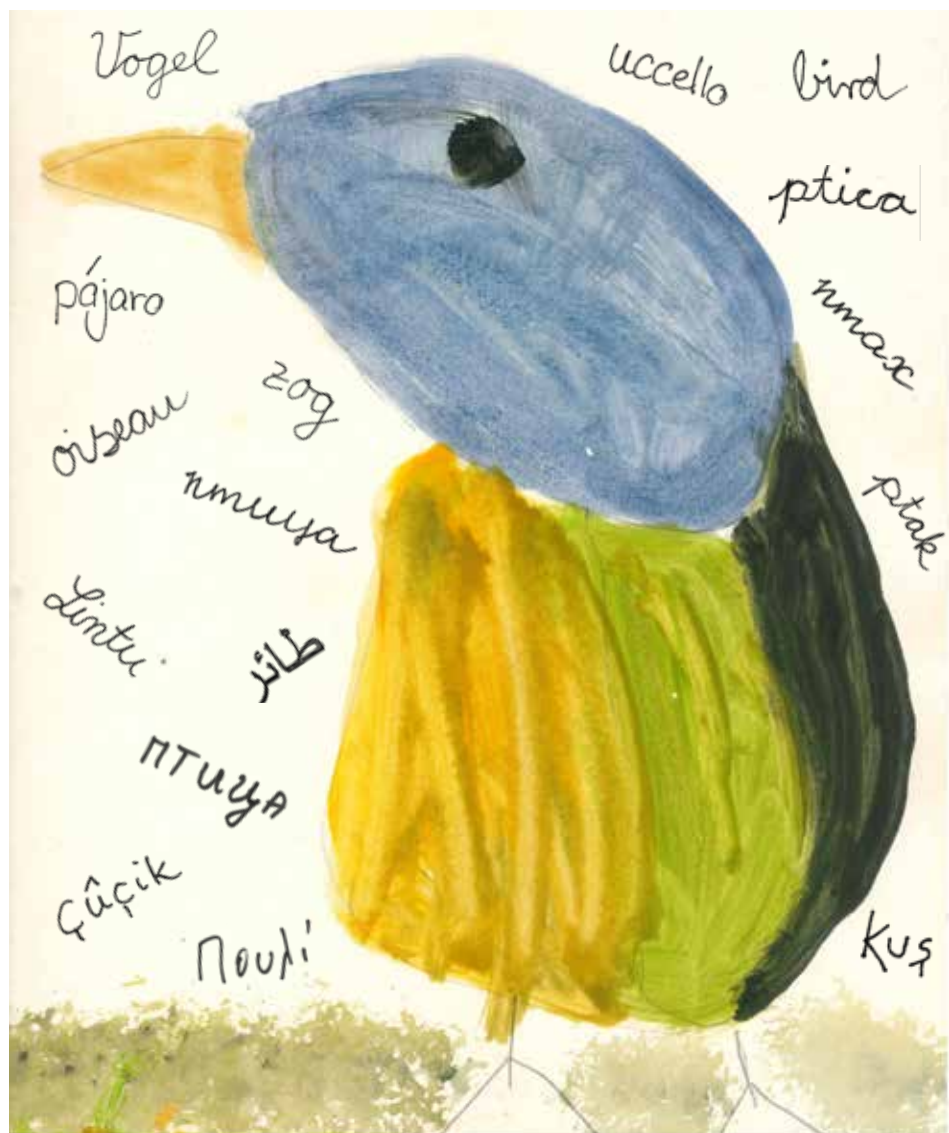
Адже ваша дитина може вивчити і сімейну мову, і німецьку.

Важливо, щоб дитина використовувала обидві мови в повсякденному житті.

Ідеї:

- Ви — найважливіший приклад для своєї дитини. Також і в мові. Багато розмовляйте з дитиною. Чим більше слів використовує дитина, тим краще вона може розуміти світ.
- Підтримуйте інтерес дитини до сімейної мови: розповідайте їй історії. Говоріть із нею віршики. Співайте разом пісні з вашого власного дитинства.
- Книги та аудіоказки вашою мовою можна безкоштовно позичити в бібліотеці.

Під час запису до школи запитайте, чи є навчання мовою вашої сім'ї (навчання рідною мовою).



9. Творити музику, гратися зі звуками

Діти люблять музику. Вони танцюють, щойно чують музику. Вони пробують усе, що видає звуки або шуми.

Музика допомагає розвитку вашої дитини.

Той, хто співає, легше вчиться говорити.

Той, хто танцює, краще рухається.

Разом з іншими дітьми музика приносить ще більше радості.

Ідеї:

- Співайте разом із дитиною. Вивчайте з нею дитячі віршики.
- Святкуєте свята? Співайте до них традиційні пісні.
- Каструлі, склянки та стільниці звучать чудово! Дозвольте дитині експериментувати зі звуками. Навіть якщо для вас це іноді буває виснажливо.



- Робіть разом із дитиною власні музичні інструменти. Наповнюйте старі банки та стаканчики, наприклад, гудзиками або рисом.
- Звертайте разом із дитиною увагу на звуки в повсякденному житті. Що ви чуєте в природі? Що – на вулиці? Що – вдома?
- Слухайте разом із дитиною різну музику. Наприклад, дитячі пісні, поп-музику або класичну музику.
- Музичні та танцювальні школи пропонують курси для дітей. Також у спортивних клубах є танцювальні заняття.



10. Знаходити математику в повсякденному житті

Математика є всюди. У повсякденному житті ви знаходите числа, форми та міри. Ви можете зацікавити дитину цим за допомогою ігор.

Ідеї:

- Рахуйте разом із дитиною. Наприклад: шматочки фруктів на тарілці, кульки в банці або пляшки в ящику.
- Шукайте разом із дитиною числа. Наприклад: номери будинків, номерні знаки автомобілів або цінники.
- Грайте в карткові ігри з числами, доміно та ігри з кубиками.



- Звертайте увагу дитини на час. Показуйте їй велику й малу стрілки та цифри на годиннику. Кажіть дитині, котра година.
- Наприклад, коли ви йдете до дитячого садка або коли дитина лягає спати.
- Розмовляйте з дитиною про дні тижня. Розповідайте їй, що ви разом плануєте робити в кожен день тижня.

- Залучайте свою дитину до роботи на кухні. Попросіть її відміряти або зважити борошно та цукор за допомогою мірної чашки.



- Заохочуйте дитину порівнювати речі.

Наприклад:

знайди найдовшу палицю.

знайди найвищий будинок.

знайди найменший помідор.

- Дозвольте дитині шукати предмети за розміром, кольором і формою.

Що є круглим?

Що має три кути?

Що має чотири кути?



- Грайте з дитиною в пісочниці. Дозвольте їй пересипати пісок або переливати воду в відра різного розміру.

11. Експериментувати і дивуватися

Діти допитливі. Вони хочуть відкривати світ і розуміти його. Ви можете допомогти своїй дитині в цьому.

Природничі науки можна зустріти як вдома, так і на дворі.

Ідеї:

Вдома

- Спечіть разом торт. Візьміть рецепт із дріжджовим тістом. Покажіть дитині дріжджі перед випіканням. Разом спостерігайте, що відбувається з дріжджами в тісті.
- Налийте воду у велику скляну миску. Дозвольте дитині класти у воду різні предмети. Наприклад: монети, камінці, кульки, шматочки дерева або кубики льоду. Спостерігайте разом із дитиною: що плаває на воді? що тоне?
- Побудуйте вежу з дерев'яних кубиків або коробок. Дозвольте дитині поекспериментувати: як побудувати високу вежу так, щоб вона не впала?



- Тренуйте з дитиною користування технічними приладами. Наприклад, пилососом або музичним центром.
- Пилосос зламався? Тоді шукайте разом із дитиною причину. Чи повний мішок для сміття? Чи засмічена труба?

Надворі

- Змайструйте разом із дитиною повітряного змія. Запустіть його разом. Спостерігайте: як потрібно рухати змія, щоб він літав? Яку роль відіграє вітер?
- Чи є поблизу струмок? Побудуйте разом із дитиною греблю. Дозвольте їй спостерігати, що відбувається. З чого найкраще будувати греблю? Чи тече вода через греблю? Чому?

У бібліотеках ви знайдете багато книжок, аудіоісторій і фільмів на тему експериментів у повсякденному житті. Також є відповідні телепередачі. Наприклад: «Die Sendung mit der Maus», «Löwenzahn», «Wissen macht Ah!», «Checker Tobi».



Чому ти не можеш сама гойдатися?

12. Пізнавати і захищати природу

Ходіть разом із дитиною на прогулянки до парку або до лісу. Під час таких прогулянок ваша дитина може пізнавати природу. Ці прогулянки допомагають дитині навчитися дбайливо ставитися до тварин і довкілля.

Так дитина дедалі більше вчиться поважати навколишнє середовище.

Ідеї:

- У природі можна багато чого дослідити. Прогуляйтеся з дитиною. Покажіть їй дерева, квіти та тварин.
- Розмовляйте з дитиною про пори року. Як змінюється природа навесні або восени?
- Оберіть разом із дитиною одне дерево. Розглядайте це дерево кожні кілька тижнів: що змінюється? Що відбувається з листям? Чи висять на дереві плоди? Яка на дотик кора?
- Дайте дитині можливість брати на себе відповідальність. Вона може доглядати за рослиною у вас вдома.
- Розрізняйте разом із дитиною їстівні та неїстівні рослини. Наприклад, посадіть крес-салат. Спостерігайте разом із дитиною, як росте крес-салат. Пізніше ви зможете зібрати врожай. Він смакує, наприклад, у супах і на хлібі.
- Під час поїздки до зоопарку дитина може познайомитися з різними тваринами, годувати їх і гладити.

- Покажіть дитині, звідки беруться молоко та яйця. Відвідайте разом ферму або пасовище з коровами.
- Вчіть дитину дбайливого ставлення до природи. Покажіть їй, як можна уникати сміття. Наприклад, беріть із собою сумку для покупок.
- Поясніть дитині, що не можна викидати сміття в природі. Сміття потрібно викидати у смітник.
- Захист довкілля можна практикувати і вдома. Наприклад: обговоріть із дитиною, яке сміття в який контейнер потрібно викидати. Поясніть їй, що води не є безмежно багато. Закривайте воду під час чищення зубів.



13. Користування медіа

Сьогодні діти зростають із багатьма медіа. Наприклад, комп'ютером, смартфоном і планшетом. Їм подобається все те, що з ними можна робити. Супроводжуйте дитину, коли вона користується цими медіа. Телебачення та смартфон мають чергуватися з іншими іграми та руховою активністю.

Ідеї:

- У дошкільному віці діти люблять дивитися короткі фільми по телевізору. Оберіть разом із дитиною короткий фільм. Для цього ви можете, наприклад, скористатися сайтом www.flimmo.de Звертайте увагу, для якого віку дозволений фільм. Це часто вказано після скорочення «FSK».
- Дивіться фільм разом із дитиною. Поговоріть із нею про зміст. Чи хоче дитина намалювати малюнок до фільму? Так вона може опрацювати побачене.
- Визначте, скільки часу дитина може користуватися медіа. Ви можете разом встановити час на кухонному таймері. Протягом дня дитина не повинна дивитися телевізор більше ніж 30 хвилин.
- Аудіоказки, аудіокниги та дитячі пісні дитина може слухати самостійно. Але ви повинні бути поруч. Ви маєте знати, що саме зараз слухає ваша дитина. Аудіоказки можна позичити в бібліотеці.
- Якщо у дитини є запитання, шукайте відповідь разом із нею. У цьому може допомогти дитяча пошукова система, наприклад www.fragfinn.de.



- На ігровій консолі або смартфоні ваша дитина може грати в ігри. Для цього вимкніть інтернет на пристрої. Звертайте увагу, щоб гра була дозволена для вікової групи вашої дитини. Будьте поруч із дитиною. Припиняйте гру, якщо дитина стає неспокійною.
- Дозвольте дитині самій фотографувати та знімати відео. Пізніше вона може розповідати за знімками, що вона пережила. Так спогади залишаються живими.

Ці поради ви можете детально прочитати в інтернеті:

www.schau-hin.info

Додаткові вказівки, наприклад, див. за адресою:

www.klicksafe.de

Пошукові системи для дітей:

www.blinde-kuh.de

www.fragfinn.de

На тему телебачення:

www.kinderfilmwelt.de

www.flimmo.de

www.tivi.de

www.checkeins.de

www.kika.de



Авторські примітки

Обкладинка:

Передня сторінка:

© Zeichnung von Lisa Eckhardt, inspiriert (Figuren) durch Angela-Maria Meyer, MN-Consultants

Задня сторінка: © Lisa Eckhardt

Зміст:

Картинки: © Lisa Eckhardt

Сторінка 2: © panthermedia.net / Monkeybusiness Images

Сторінка 3: © panthermedia.net / anatols

Сторінка 4: © Veit Mette

Сторінка 5: © panthermedia.net/StockbrokerXtra by Monkeybusiness
© privat

Сторінка 6: © panthermedia.net / StephanieFrey

© panthermedia.net / JCB Prod

Сторінка 7: © panthermedia.net / luninastock

Сторінка 8: © unsplash.com/ charleingracia

Сторінка 9: © panthermedia.net / Robert Byron

Сторінка 10: © panthermedia.net / Monkeybusiness Images

Сторінка 11: © panthermedia.net / creatista

Сторінка 12: © panthermedia.net / didesign

Сторінка 13: © panthermedia.net / londondeposit

Сторінка 15: © Lisa Eckhardt

Сторінка 16: © Veit Mette

Сторінка 17: © panthermedia.net / Craig Robinson

Сторінка 18: © panthermedia.net / Katy Spichal

Сторінка 19: © panthermedia.net / Wolfgang Steiner

© panthermedia.net / choreograph

Сторінка 20: © panthermedia.net / natochka

© panthermedia.net / pathastings

Сторінка 21: © panthermedia.net / BestPhotoStudio

Сторінка 23: © panthermedia.net / Xalanx

Сторінка 25: © panthermedia.net / Wong Sze Fei

Сторінка 26: © panthermedia.net / Mitar gavric

Нотатки

