



8964 Rudolfstetten-Friedlisberg  
Schule



# Informationen Schule - Kind - Eltern

Schule Rudolfstetten - Friedlisberg



## INHALTSVERZEICHNIS

---

Ansprechperson für Ihre Fragen	13
Aufgabenbetreuung siehe Tagesbetreuung	10
Elektronische Medien	17
Empfangs- und Unterrichtszeiten	8
Ernährung	15
Fachstellen	18
Gesundheit	15
Handy	17
Hausaufgaben	9
Leitbild	4
Links und Adressen	18
Mittagstisch	12
Musikschule	14
Pausenregeln	8
Schulpflicht	14
Schulordnung	5
Taschengeld	16
Tagesbetreuung	10
Vorwort	3



## VORWORT

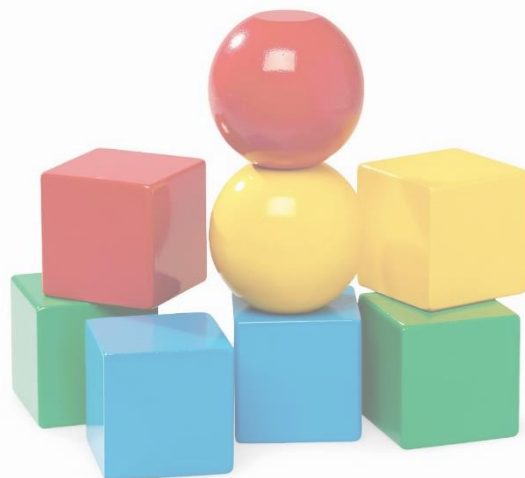
Liebe Eltern

Wie schnell die Zeit vergeht! Kaum kommt ein Kind zur Welt, beginnt es zu sprechen, fängt an zu laufen und schon steht der Kindergarteneintritt bevor. Kinder zu erziehen und auf ihrem Lebens- und Erfahrungsweg zu begleiten ist eine spannende und grosse Herausforderung, bei der Sie die Hauptverantwortung für deren Wohl tragen. Eltern in unserer Gesellschaft nehmen diese Aufgabe glücklicherweise sehr ernst und die meisten Eltern wissen instinktiv genau, was gut ist für ihr Kind und was nicht.

Die Broschüre enthält wissenswerte Informationen über den Kindergarten-/Schulalltag, alle nötigen Anlaufstellen und regelt allgemein das gemeinsame Zusammenleben in der Schule Rudolfstetten-Friedlisberg. Zudem enthält sie Orientierungshilfen zu Themen wie Ernährung, Gesundheit, Erziehung und Taschengeld. Nicht zu vergessen die elektronischen Medien, die immer früher in unser Leben treten.

Sollte diese Broschüre nicht all Ihre Fragen beantworten, stehen Ihnen die für Ihr Kind zuständige Lehrperson, die Schulleitung oder ein Mitglied der Schulpflege gerne zur Verfügung.

Schule Rudolfstetten-Friedlisberg





## LEITBILD DER SCHULE RUDOLFSTETTEN

Die Absicht dieses Leitbildes ist es, die Qualität in allen Bereichen unserer Schule zu erhalten und zu fördern. Alle an der Schule Mitwirkenden tragen gemeinsam die Verantwortung für das Lehren und Lernen und die Zusammenarbeit.

### **Schule**

Im Kindergarten und in der Primarschule begegnen sich Kinder aus Rudolfstetten-Friedlisberg.

Mit individuellen Fördermassnahmen begleiten und unterstützen wir sie in ihrer Entwicklung und sind offen für Neuerungen. Blockzeiten und Mittagstisch schaffen zeitgemässe Rahmenbedingungen.

### **Schüler und Schülerinnen**

Im Mittelpunkt stehen die Kinder und ihre Entwicklung. Eine anregende Unterrichtsatmosphäre fördert Eigenverantwortung und die Freude am Lernen.

### **Lehrerschaft**

Die Lehrpersonen unterstützen sich gegenseitig und tragen gemeinsam Verantwortung. Sie bilden sich regelmässig weiter. Guter Unterricht ist uns allen ein Anliegen.

### **Unterricht**

Der Unterricht ist ganzheitlich, lebensorientiert und zeitgemäss. Angemessene Leistungen werden auf Grundlage des Lehrplans gefordert und gefördert.

### **Zusammenleben**

Wir setzen Regeln für unser Zusammenleben und fördern, was Vertrauen und Sicherheit schafft: Fairness, Anstand, Ordnung, Toleranz, Offenheit und Respekt sind uns wichtig.

### **Schule und Elternhaus**

Die Eltern unterstützen die Schule in ihrem Bildungsauftrag, die Schule unterstützt die Eltern in ihrem Erziehungsauftrag.



## SCHULORDNUNG

---

### 1. Grundsätzliches

- Die Hausordnung regelt das Zusammenleben an der Schule Rudolfstetten-Friedlisberg und gilt für die ganze Schule (Kindergarten, Primarschule, Mittagstisch).
- Das Schulareal wird durch die jeweiligen Grundstücksgrenzen definiert.
- Sinngemäss gilt die Schulordnung auch bei Schulanlässen ausserhalb des Schulareals (Exkursionen, Schulreisen, Klassenlager usw.).
- Faires, gerechtes und korrektes Verhalten sind die Grundlage des Zusammenlebens.
- Wir pflegen die Gemeinschaft. Provozierende und gewaltdarstellende Kleidung, Auspucken oder das Nichtbefolgen von Anweisungen der Hauswarte und von Lehrpersonen passen nicht zu unserem Benehmen, zu Anstand und Respekt.
- Sportkleider, welche im Sportunterricht getragen werden, sind im regulären Unterricht aus hygienischen Gründen nicht erwünscht.
- Die Lehrpersonen sind für die Kontrolle und Durchsetzung der Hausordnung verantwortlich. Nötigenfalls sprechen sie Strafen aus. Unterstützt werden sie dabei durch den Hausdienst.
- Die Schulanlage ist werbefrei. Für kindergemässe Aktivitäten kann die Schulleitung oder der Hausdienst die Anbringung von Anschlägen oder Plakaten an den dafür vorgesehenen Orten bewilligen.
- Rechte und Pflichten der Eltern:
  - Besuchsrecht:
    - Die Eltern haben nach Vorabsprache mit der Lehrperson ein Besuchsrecht im Unterricht.
    - Die Lehrperson kann das Besuchsrecht verweigern, insbesondere wenn der Unterricht gestört wird oder Übermässigkeit vorliegt.
  - Die Eltern sind verpflichtet, die Lehrpersonen in ihrer Arbeit vollumfänglich zu unterstützen.
  - Das Schulareal ist während der Unterrichtszeiten, mindestens von 07.30 Uhr bis 16.05 Uhr den Schüler/innen und den Mitarbeitenden der Schule vorbehalten. In dieser Zeit ist allen anderen Personen der Aufenthalt auf dem Schulareal untersagt. Davon ausgenommen sind Termine mit Lehrpersonen, Hauswarten oder der Schulverwaltung, angemeldete Besuche oder einmalige Ereignisse.





## 2. Schulweg

- Wie die Schüler/innen den Schulweg zurücklegen, liegt grundsätzlich in der Verantwortung der Eltern. Es besteht keine Schulversicherung. Wegen zu grossem Unfallrisiko raten wir jedoch von der Benutzung von Fahrzeugen aller Art ab.
- Auf dem Schulareal stehen keine Abstellplätze für Fahrzeuge aller Art zur Verfügung.

## 3. Schulzeiten

- Während der Schulstunden stehen die Schüler/innen unter der Aufsicht der Lehrpersonen. In den Auffangstunden und am Mittagstisch sind die Schüler/innen von den jeweiligen Betreuungspersonen beaufsichtigt.
- Am Morgen beginnt der Unterricht mit der Auffangzeit um 8.10 Uhr, am Nachmittag um 13.25 Uhr.
- Am Morgen endet der Unterricht um 11.50 Uhr, am Nachmittag um 15.10 Uhr oder 16.05 Uhr. Nach Schulschluss verlassen die Schüler/innen das Schulhaus.
- Pausen:
  - Während der Pausen dürfen die Kinder das Pausenplatzareal nur mit Erlaubnis einer Lehrperson verlassen.
  - In der grossen Pause und der Nachmittagspause von 15.05 - 15.15 gehen alle Schüler bei jedem Wetter ins Freie.
- Ruhe:
  - In den Schulhausgängen verhalten sich die Kinder während der Unterrichtszeit ruhig.
  - Während der Unterrichtszeit nehmen Kinder, die draussen spielen, Rücksicht auf jene, welche in den Zimmern arbeiten.

## 4. Benützung Schulanlage

- Fahrzeuge:
  - Auf dem ganzen Schulareal gilt ein Fahrverbot für Motorfahrzeuge.
  - Das Radfahren auf dem Pausenplatz ist nur ausserhalb der Unterrichtszeit erlaubt.
- Die vor Ort aufgehängte Tafel mit der Sportplatzordnung regelt die Benützung der Spiel- und Sportplätze.
- Es ist verboten, auf die Flachdächer zu steigen. Bälle werden vom Hausdienst heruntergeholt.
- Das Werfen von Schneebällen ist nur auf der Spielwiese erlaubt.
- Über die Bespielbarkeit des Rasens entscheiden die Hauswarte.





## 5. Schulareal

- Verboten sind generell (ausser für den Unterrichtszweck eingesetzt):
  - das Fussballspielen; Fussballspielen ist nur auf dem roten Platz und der grossen Wiese erlaubt.
  - das Kaugummikauen
  - der Gebrauch von elektronischen Geräten zwischen 7.30 und 16.15 Uhr (Natel/Handy, MP3/CD Player, Radio etc.);
  - das Rauchen und der Konsum von Alkohol und Drogen;
  - das Tragen von Messern, Waffen, Waffenimitaten, Laserpointern, Feuerzeugen und Ähnlichem.
- Wertgegenstände:
  - Wertgegenstände sollten nicht unbeaufsichtigt gelassen werden. Mit Vorteil lässt man sie zu Hause. Für Diebstähle übernimmt die Schule keine Haftung.
  - Fundgegenstände können bei den Hauswarten abgegeben oder abgeholt werden.
- Abfall:
  - Abfälle gehören in die Abfalleimer, insbesondere auch Kaugummis.
  - Karton und Papier werden in separaten Boxen in den Schulzimmern gesammelt.
  - PET-Flaschen und Batterien gehören in die bereitgestellten Sammelbehälter.
- Die Schulräume dürfen nur mit Finken betreten werden. Ausgenommen sind der Werk- und der Bastelraum.

## 6. Sorgfalt

- Lehrmittel, Schulmobiliar und Schulanlage sind mit Sorgfalt zu behandeln.
- Schäden:
  - Bei einem Schadenfall müssen die Lehrpersonen oder die Hauswarte informiert werden.
  - Mutwillig oder fahrlässig herbeigeführte Schäden werden von den Verursachern bezahlt.
- Alle helfen mit, Schulhaus und Pausenplatz sauber zu halten.



## EMPFANGS- UND UNTERRICHTSZEITEN

### Kindergarten

#### Morgen

08.00 - 08.15 Uhr	Empfangszeit
08.15 - 11.45 Uhr	Unterricht
11.45 - 12.00 Uhr	Entlassungszeit

#### Nachmittag

13.20 - 13.30 Uhr	Empfangszeit
13.30 - 15.05 Uhr	Unterricht
15.05 - 15.15 Uhr	Entlassungszeit

### Primarschule

#### Morgen

07.25 - 08.10	teilweise Unterricht
08.10 - 08.15 Uhr	Empfangszeit
08.15 - 11.50 Uhr	Unterricht

#### Nachmittag

13.25 - 13.30 Uhr	Empfangszeit
13.30 - 15.05/16.00 Uhr	Unterricht



## PAUSENREGELN

### Du bist toll und cool wenn...

- du nett zu anderen bist, dann sind andere auch nett zu dir.
- du freundlich zu anderen bist.
- du Abfalleimer benutzt.
- du niemanden ärgerst und andere in Ruhe spielen lässt.
- du „Stopp“ oder „Nein“ sagst, wenn dich etwas stört.
- du das Spiel nach dem ersten Klingeln beendest.
- du die Regeln der Schulgrenze einhältst.
- du Rücksicht nimmst auf andere bei den Eingangstüren.
- du anderen Kindern hilfst.
- du die Schneeballregeln einhältst.
- du bei der Spieltonne in der Reihe anstehst.

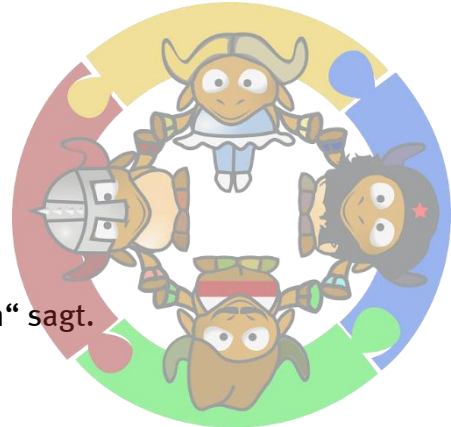






## Du bist voll daneben wenn...

- du schlimme Wörter benutzt.
- du Abfall auf den Boden wirfst.
- du Dinge oder Pflanzen beschädigst.
- du Steine oder Stecken wirfst.
- du jemanden schlägst.
- du weitermachst, obwohl jemand „Stopp“ oder „Nein“ sagt.
- du die Regeln auf dem roten Platz nicht beachtest.
- du auf Dächer kletterst.
- du lügst.



## HAUSAUFGABEN

Unserer Schule ist es wichtig, in Bezug auf Hausaufgaben einen gemeinsamen Standard umzusetzen und Ihnen als Eltern Hinweise zu geben, in welchem Rahmen Hausaufgaben an der Primarschule erteilt werden.

### Ziele von Hausaufgaben

- Die Kinder sollen die Hausaufgaben möglichst selbstständig planen und lösen. Arbeits- und Lerntechniken werden eingeübt; die Arbeitshaltung wird gefördert und trainiert.
- Das Überdenken und Vertiefen des Lernstoffes wird verstärkt; das Lerntraining geübt.
- Die Kinder lernen beim Lösen der Hausaufgaben, das in der Schule Gelernte an neuen Aufgaben anzuwenden.
- Für Sie als Eltern sind Hausaufgaben eine Orientierungshilfe. Sie erhalten Einblick ins Schulgeschehen.

### Abmachungen

- Die Kinder lernen bis Ende der 3. Klasse, die Hausaufgaben im Hausaufgabenbüchlein einzutragen.



- Pro Tag betragen die Richtzeiten für Hausaufgaben:
  - 1./2. Klasse: ca. 20 Minuten
  - 3./4. Klasse: ca. 40 Minuten
  - 5./6. Klasse: ca. 60 MinutenSollte Ihr Kind regelmässig deutlich länger als die oben aufgeführten Zeiten benötigen, besprechen Sie dies bitte mit der Klassenlehrperson.
- Wenn die Hausaufgaben nicht gemacht wurden, sollen dies die Kinder der Lehrperson vor Unterrichtsbeginn melden. Das Versäumnis muss begründet werden. Die Hausaufgaben werden nachgeholt; dies gilt ebenso bei Krankheit der Kinder.

## Lernumgebung

- Die Kinder brauchen einen geeigneten Arbeitsplatz, an dem sie in Ruhe arbeiten können.
- Sie als Eltern schauen sich die Hausaufgaben regelmässig an. Damit zeigen Sie Ihrem Kind Wertschätzung für seine Arbeit und haben gleichzeitig die Kontrolle, ob und wie Ihr Kind die Hausaufgaben erledigt.

Haben Sie weitere Fragen zum Thema „Hausaufgaben“? Wenden Sie sich bitte an die Klassenlehrperson Ihres Kindes.



## TAGESBETREUUNG

Seit dem Schuljahr 2017/2018 bietet die Schule Rudolfstetten-Friedlisberg als Pilotprojekt die erweiterte Tagesbetreuung an. Die Kinder der Primarstufe, nach persönlicher Absprache auch Kindergartenkinder, werden jeweils montags, dienstags, mittwochs, donnerstags und freitags ab 07.00 Uhr bis 18.30 Uhr betreut.

### Betreuungsmodule

Die Tagesbetreuung bestehen aus fünf Modulen.

#### Modul 1 / Frühbetreuung

Die Kinder werden von 07.00 Uhr bis 08.15 Uhr betreut und danach in den Unterricht geschickt.



## Modul 2 / Morgenbetreuung

Die Kinder werden von 08.15 Uhr bis 09.50 Uhr betreut und je nach Stundenplan in den Unterricht geschickt. Dieses Angebot ist kostenlos.

## Modul 3 / Nachmittagsbetreuung I

Die Betreuung dauert vom Unterrichtsbeginn um 13.30 Uhr bis 15.05 Uhr. Während der Betreuungszeit können die Kinder verschiedenen Beschäftigungen nachgehen oder selbstständig die Hausaufgaben lösen. Der Besuch in der Musikschule ist ebenfalls möglich.

## Modul 4 / Nachmittagsbetreuung II

Die Betreuung dauert von 15.05 Uhr bis 18.30 Uhr. Während der Betreuungszeit können die Kinder verschiedenen Beschäftigungen nachgehen oder selbstständig die Hausaufgaben lösen. Die Kinder erhalten ein Zvieri. Der Besuch in der Musikschule ist ebenfalls möglich.

## Modul 5 / Aufgabenbetreuung

Die Aufgabenbetreuung ist ein zusätzliches, kostenpflichtiges Angebot, welches jeweils montags, dienstags und donnerstags von 15 Uhr bis 17 Uhr angeboten wird. Die Kinder können ihre Hausaufgaben in Kleinstgruppen lösen und werden dabei begleitet und unterstützt.

## Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt halbjährlich und ist verbindlich an die Leitung der Tagesbetreuung; Marionna Pina, Kirchweg, 8964 Rudolfstetten, 056 648 22 75, Mobile: 079 349 36 02 Mail: [tagesbetreuung@schule-rudolfstetten.ch](mailto:tagesbetreuung@schule-rudolfstetten.ch)

Neueintritte im Verlauf des Jahres werden je nach Platzverhältnissen berücksichtigt. Sporadische Besuche von nicht angemeldeten Kindern sind nur in Absprache mit der Leitung möglich.

Weitere Informationen zum Betrieb der Tagesbetreuung sowie das Anmeldeformular entnehmen Sie bitte auf der Homepage der Gemeinde [www.rudolfstetten.ch](http://www.rudolfstetten.ch), Rubrik „Bildung“.



## MITTAGSTISCH

Der Kinder-Mittagstisch befindet sich im Mehrzweckraum Rudolfstetten, auf dem Schulgelände unterhalb der Turnhalle 1, und kann somit von den Schülerinnen und Schülern gut erreicht werden. Trägerschaft ist der Verein Kinderbetreuung Mutschellen. Der Mittagstisch steht allen Kindern vom Kindergarten bis zur Mittelstufe offen. Sie haben die Möglichkeit, eine gesunde und warme Mahlzeit im Kreise von anderen Kindern einzunehmen, begleitet von engagierten BetreuerInnen.

### Der Kinder-Mittagstisch bietet

- Einen Ort der Begegnung für Kinder verschiedener Altersstufen, „Grossfamilie“
- Unterstützung und Entlastung der Eltern bei Berufstätigkeit, Weiterbildung oder Krankheit (auch sporadisch)
- Eine gesunde, warme Mahlzeit
- Spielmöglichkeiten
- Gelegenheit, die Hausaufgaben zu erledigen
- Betreuung durch erfahrene Betreuer/innen



### Kosten pro Mal für Essen und Betreuung

- 1. Kind Fr. 13.--
- 2. Kind Fr. 11.-
- 3. Kind Fr. 9.--

### Anmeldung

**Die Anmeldung und Kontaktperson finden Sie auf [www.rudolfstetten.ch](http://www.rudolfstetten.ch) - Bildung - Angebote. Verantwortlich ist der Verein Kinderbetreuung Mutschellen, [www.vkbm.ch](http://www.vkbm.ch).**

Durch die Anmeldung werden die Eltern Mitglied des Vereins Kinderbetreuung Mutschellen und es wird ein Vereinsbeitrag von Fr. 50.-- pro Jahr erhoben. Ab dem dritten sporadischen Essen ist ebenfalls ein Vereinseintritt angezeigt. Nach Erhalt Ihrer Anmeldung senden wir Ihnen die detaillierten Unterlagen. Mit einem Subventionsgesuch kann eine Reduktion beantragt werden.

### Öffnungszeiten

Während der Schulzeit jeweils am Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag und Freitag von 11.45 bis 14.00 Uhr. Die Kinder können auch kurzfristig für einzelne Tage angemeldet werden.



## DIE RICHTIGE ANSPRECHPERSON FÜR IHRE FRAGEN

### Die Lehrperson

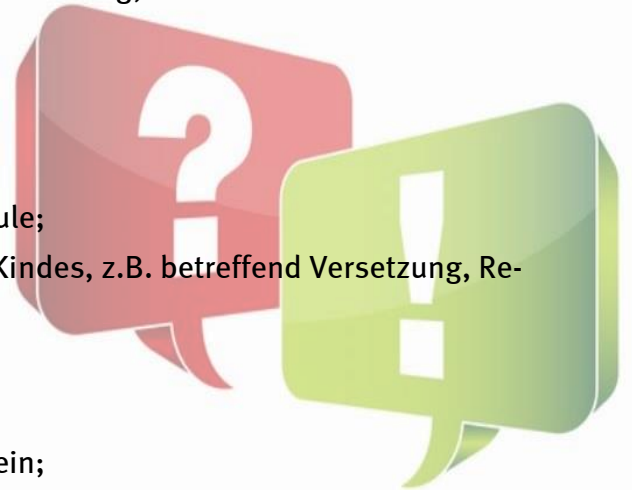
- gibt Auskunft über allgemeine Fragen zur Schule;
- beantwortet alle Fragen über Ihr Kind und berät Sie gerne bezüglich dessen schulischer Entwicklung;
- beurteilt den Leistungsstand Ihres Kindes;
- stellt Antrag bei der Schulleitung betreffend Versetzung;
- überwacht die Einhaltung der Schulordnung;
- kann Urlaub bis zu einem Tag bewilligen.

### Die Schulleitung

- gibt Auskunft über allgemeine Fragen zur Schule;
- berät Sie bei Fragen zum Bildungsgang Ihres Kindes, z.B. betreffend Versetzung, Repetition, etc;
- überwacht die Einhaltung des Lehrplans;
- bewilligt die Stundenpläne;
- teilt die Schülerinnen und Schüler in Klassen ein;
- entscheidet über Urlaub in Ausnahmefällen;
- stellt Antrag bei der Schulpflege betreffend Versetzung der Schüler/innen;
- vermittelt bei Fragen, die mit der Lehrperson nicht geklärt werden konnten.

### Die Schulpflege

- entscheidet betreffend Versetzung der Schülerinnen und Schüler;
- vermittelt bei Fragen, die mit der Schulleitung nicht geklärt werden konnten;
- moderiert Konflikte im Umfeld der Schule, z.B. zwischen Eltern und Lehrpersonen;
- überwacht die Einhaltung des kantonalen Schulgesetzes;
- stellt die Schulleitung und die Lehrpersonen an;
- plant und genehmigt Entwicklungsziele, Konzepte und Reglemente;
- überprüft die Umsetzung und Wirksamkeit von beschlossenen Massnahmen;
- arbeitet mit dem Gemeinderat sowie weiteren Behörden zusammen.





## Der Schulinspektor

- überwacht die Qualitätsentwicklung und -sicherung;
- berät und unterstützt Schulleitung, Schulpflege und Lehrpersonen auf Anfrage.

## Die Schulsekretärin

- nimmt Ihre Anliegen entgegen und beantwortet administrative Fragen;
- leitet Ihre übrigen Anliegen an die entsprechenden Stellen weiter.

## Der Hausdienst

- betreut das Fundbüro der Schule;
- gibt Auskunft über die Möglichkeit, Schulräume zu mieten.

## SCHULPFLICHT

---

Alle Kinder und Jugendliche mit Aufenthalt im Kanton unterstehen der Schulpflicht. Seit dem Schuljahr 2013/14 ist der zweijährige Kindergarten obligatorisch. Die Schulpflicht dauert damit elf Jahre. Seit dem Schuljahr 2014/15 dauert die Primarschule im Kanton Aargau sechs und die Oberstufe drei Jahre.

Weitere Informationen zur Schule, Promotionen etc. finden Sie auf der Homepage des Departementes für Bildung, Kultur und Sport, [www.ag.ch/Bildung](http://www.ag.ch/Bildung).

## MUSIKSCHULE

---

Die Allgemeine Musikschule Mutschellen (AMM) steht allen Kindern der Gemeinden Berikon, Oberwil-Lieli, Rudolfstetten-Friedlisberg und Widen offen. Für Kinder bis zur 5. Klasse leisten die Gemeinden einen Beitrag von 60%, von der 6. - 9. Klasse einen Beitrag von 50%. Weitere Informationen zu Unterricht, Kosten und Terminen sehen Sie auf der Homepage der Musikschule [www.ms-mutschellen.ch](http://www.ms-mutschellen.ch).





## DIVERSE THEMEN

### Ernährung

#### Trinken

Von Wasser kann man nie genug kriegen. Regelmässig zu jeder Mahlzeit und auch zwischendurch viel Wasser trinken. Wasser ist besser und erfrischender als gesüsste Getränke. Wenn schon süsse Getränke, dann lieber nicht gezuckerte Getränke.

#### Früchte und Gemüse essen

Die Ernährung sollte viele Früchte und Gemüse enthalten. Der Körper braucht viele Vitalstoffe.

#### Regelmässig essen

Es ist wichtig, dass Ihr Kind am Morgen und am Mittag, vor allem vor der Schule, eine richtige Mahlzeit zu sich nimmt und nicht ständig zwischendurch nascht.

#### Essen und Trinken schlau auswählen

Eine gute Ernährung ist abwechslungsreich, um gut in Form zu bleiben. Fett- und zuckerreiche Lebensmittel nur ab und zu und in kleinen Mengen.

#### Beim Essen Bildschirm aus

Beim Essen den Fernseher ausschalten. Nicht nebenbei essen sondern sich Zeit nehmen für das Essen. Am besten den Fernseher öfters ausschalten und etwas anderes tun, das Spass macht, wie rausgehen, basteln, spielen etc.

#### Mittagstisch

Falls Sie berufliche Verpflichtungen haben und mittags nicht zu Hause sein können, steht auch ein Mittagstisch für SchülerInnen zur Verfügung.



### Gesundheit

#### Schlafbedarf von Kindern und Jugendlichen:

Alter	Durchschnittliches Schlafbedürfnis pro Tag
1–3 Jahre	12–15 Stunden
3–5 Jahre	11–13 Stunden
5–12 Jahre	9–11 Stunden
12 – ca. 18 Jahre	9–10 Stunden





Schlafmangel hat bei Kindern und Jugendlichen eine negative Auswirkung auf die Schulleistungen und das Wohlbefinden.

## Genügend Bewegung – Sport, Tanz und Musik

Kinder sollen sich in ihrer Freizeit bewegen. Velofahren, Schwimmen, Musizieren, Tanzen, Spielen usw. fördern ein gutes Körpergefühl und schulen alle Sinne. Viel Bewegung, und zwar schon im frühen Alter, wirkt sich positiv auf die Gesundheit und die Schulleistungen aus.

## Schulweg

**Gesund:** Der Schul- und Kindergartenweg eignet sich bestens als tägliche Trainingseinheit und sorgt für ein Minimum an Bewegung.

**Spannend:** Auf dem Schul- und Kindergartenweg sammeln Kinder grundlegende Erfahrungen, pflegen Freundschaften und tragen Konflikte aus. Sie entdecken ihre Umgebung und ein Stück Freiheit. Sie üben Selbstständigkeit und Eigenverantwortung.

**Sicher:** Der Schul- und Kindergartenweg eignet sich ideal, um an der Hand der Eltern oder mit Freunden richtiges Verkehrsverhalten zu üben. Hinweis: Schul- und Kindertaxi berauben Kinder all dieser wichtigen Erfahrungen!

## Taschengeld

Wer Geld zur Verfügung hat, kann lernen, damit umzugehen. Vereinbaren Sie mit den Kindern gemeinsam, wofür das Taschengeld eingesetzt wird.

**Und:** Das Taschengeld regelmässig und unaufgefordert auszahlen. Keine Rechenschaft über jede Ausgabe verlangen. Taschengeld nicht als Druckmittel verwenden.

Empfehlung von [www.budgetberatung.ch](http://www.budgetberatung.ch):

ab 6 jährig	Fr. 1.--/Woche
ab 7 jährig	Fr. 2.--/Woche
ab 8 jährig	Fr. 3.--/Woche
ab 9 jährig	Fr. 4. --/Woche
10 und 11 jährig	Fr. 25.-- - 30.--/Monat
12 bis 14 jährig	Fr. 30. -- - 40.--/Monat



Ab der Oberstufe empfiehlt es sich, unter Umständen auch den Kindern das Geld für Kleider, Kosmetikartikel und Handy mit dem Taschengeld auszubezahlen, so dass sie es sich selber einteilen. Somit lernen Jugendliche, dass Geld auch für Notwendiges eingeteilt werden muss und nicht einfach nur für Vergnügungen vorgesehen ist. Berücksichtigen Sie auch Ihr eigenes Einkommen und passen Sie das Taschengeld Ihrer Kinder Ihrem eigenen Budget an.



## Schulden

Die beste Vorbeugung gegen die Verschuldung von Kindern und vor allem Jugendlichen ist, dass sie lernen mit dem Geld, das sie zur Verfügung haben, eine Woche/einen Monat auszukommen. Gewähren Sie deshalb keine Vorschüsse auf Taschengeld. Erstellen Sie am besten ein Budget und schauen Sie mit Ihrem Kind an, wie es das Geld einteilt und achten Sie darauf, dass es Rückstellungen für Wünsche macht, also spart.

Weitere Infos auch auf [www.jugendlohn.ch](http://www.jugendlohn.ch).

## Elektronische Medien

Sie müssen wissen, wann Ihre Kinder wie viel Zeit vor dem Bildschirm verbringen und welche Inhalte konsumiert werden. Inhalte müssen altersgerecht sein. So stellen zum Beispiel Nachrichten für kleinere Kinder keine geeigneten Inhalte dar.

Faustregeln für maximale TV-Computer-Spielkonsolenzeit pro Tag:

Bis 6jährige:	30 Minuten/Tag
6 – 9jährige:	1 Stunde/Tag
10–13jährige:	1.5 Stunden/Tag
Ab 14jährige:	2 Stunden/Tag



- Es ist wichtig, die Kinder beim Gebrauch von elektronischen Medien zu begleiten. Wichtig: Beachten Sie die FSK Altersfreigaben bei Filmen und Spielen. Achtung: Kindersender heisst nicht automatisch altersgerecht. FSK ist eine freiwillige Selbstkontrolle der Filmwirtschaft ([www.fsk.de](http://www.fsk.de)).
- Internetzugang oder TV-Konsum nur im Wohnzimmer zulassen oder dort, wo Sie mitbekommen, was ihr Kind konsumiert.
- Kinderschutzprogramme und Filter auf PCs aktivieren.
- Gemeinsame Regeln aufstellen und auf deren Einhaltung achten.
- Unbedingt bedenken, dass Handys heutzutage auch als Zugang fürs Internet, als Videospiele, als Fernseher oder Spielkonsole benutzt werden können.

## Soziale Netzwerke

- Grundsätzlich sind die Sozialen Netzwerke erst für Kinder ab 13 Jahren.
- Genau hinschauen, wie sich Ihr Kind im Internet präsentiert und welche Informationen es von sich preisgibt.
- Darauf achten, dass Ihr Kind keine Fotos von sich ins Internet stellt, die unangemessen sind.
- Darauf achten, dass Ihr Kind keine Bilder von anderen Kindern und Jugendlichen ohne deren Wissen ins Internet lädt.
- Selber ein Profil in einem Sozialen Netzwerk erstellen und sich von Ihrem Kind erklären lassen, wie das Ganze funktioniert.



## Medienkompetenz

Medienkompetenz gilt heute als vierte Kulturtechnik - nebst Lesen, Schreiben und Rechnen. Sie ist notwendig, um viele Alltags- und Berufssituationen zu bewältigen und Medien verantwortungsbewusst und sicher nutzen zu können. Weitere Informationen sehen Sie unter [www.jugendundmedien.ch](http://www.jugendundmedien.ch).

## LINKS & ADRESSEN

- Alle Informationen zur Schule Rudolfstetten-Friedlisberg: [www.rudolfstetten.ch/Bildung](http://www.rudolfstetten.ch/Bildung)
- Informationen zur Volksschule und Wohnen im Kanton Aargau: [www.hallo-aargau.ch](http://www.hallo-aargau.ch)
- Schulpsychologischer Dienst: [www.ag.ch/schulpsychologie](http://www.ag.ch/schulpsychologie)
- Verein Kinderbetreuung Mutschellen: Kinderkrippe, Mittagstische, Tagesfamilien: [www.vkbm.ch](http://www.vkbm.ch)
- MuKi Deutsch, machbar: [www.mbb.ch](http://www.mbb.ch)
- Allgemeine Musikschule Mutschellen: [www.ms-mutschellen.ch](http://www.ms-mutschellen.ch)
- [www.jugendundmedien.ch](http://www.jugendundmedien.ch)
- Bibliothek Mutschellen: [www.zbmutschellen.ch/](http://www.zbmutschellen.ch/)
- Ludothek Mutschellen: [www.ludomutschellen.ch](http://www.ludomutschellen.ch)
- [www.elternbildung.ch](http://www.elternbildung.ch)
- [www.kontakt-kind.ch](http://www.kontakt-kind.ch)
- [www.lernortfamilie.ch](http://www.lernortfamilie.ch)
- Schwimmunterricht:
  - [www.swimsports.ch/de/schwimmschulen](http://www.swimsports.ch/de/schwimmschulen)
  - [www.ks-urdorfs.ch](http://www.ks-urdorfs.ch)
  - [www.schwuemschule-roeteli.ch/kursorte](http://www.schwuemschule-roeteli.ch/kursorte)
  - [www.schwimmschule-limmattal.ch/inhalte/kinderschwimmkurse](http://www.schwimmschule-limmattal.ch/inhalte/kinderschwimmkurse)
- Beratungsstellen:
  - [www.ag.ch/haeuslichegewalt](http://www.ag.ch/haeuslichegewalt)
  - [www.ahg-aargau.ch](http://www.ahg-aargau.ch)
  - [www.opferhilfe-ag-so.ch](http://www.opferhilfe-ag-so.ch)
  - [www.beratungsdienste-aargau.ch](http://www.beratungsdienste-aargau.ch)
  - [www.suchtberatung-ags.ch](http://www.suchtberatung-ags.ch)
  - [www.elternnotruf.ch](http://www.elternnotruf.ch)

