

Anregungen und Ideen zur Gestaltung der kommenden Zeit

Hier bieten wir Ihnen einige Ideen zur Beschäftigung der Kinder, auch für den Fall, dass Sie eventuell von zuhause aus arbeiten müssen.

Zudem möchten wir Ihnen Internetseiten vorschlagen, die für die Kinder geeignet sind, sowie noch einmal auf die von der BzGA empfohlenen Medienzeiten aufmerksam machen.

Beschäftigungsmöglichkeiten und Spiele für drinnen

- lesen, vorlesen, Geschichten erfinden
- basteln (malen, schneiden, kleben, Wasserfarbe, kneten, etc.), sowie die Kinder ermutigen, sich mit Alltagsgegenständen kreativ auszuleben (z.B. Klopapierrollen, Joghurtbecher, Strohhalme, aus alten Zeitungen und Katalogen Collagen erstellen, etc.)
- Lieder singen (z.B. passend zur Jahreszeit oder Kinderlieder aus der eigenen Kindheit) oder Lieder erraten
- Gedichte und Reime lesen und lernen
- Spiele wie ‚Ich sehe was, was du nicht siehst‘, ‚Ich packe meinen Koffer‘, Tiere erraten, Pantomime, etc,
- sich verkleiden, schminken, Theater spielen (z.B. nach bekannten Geschichten)
- Brettspiele, Puzzle
- tanzen (vielleicht sogar eine Choreographie erstellen)
- (Socken-)Puppen basteln und dazu Theater spielen
- Zaubertricks erlernen (z.B. Kartentricks)
- Alltagsdinge als Musikinstrument nutzen und ein Orchester daraus bilden (z.B. Töpfe, Gläser und Besteck)
- gemeinsam kochen und backen (und die Kinder beim kochen mit einbeziehen)
- fotografieren

Beschäftigungsmöglichkeiten an der frischen Luft

Solange das Land NRW es zulässt, möchten wir Sie an dieser Stelle dazu ermutigen, mit Ihren Kindern an die frische Luft zu gehen. Dies stärkt das Immunsystem der Kinder und stillt ihren natürlichen Bewegungsdrang.

- Spaziergänge
- mit der Lupe auf Entdeckungstour gehen (Tiere und Pflanzen genauer betrachten und benennen)
- Naturmaterialien sammeln und daraus basteln (Blumen und Blätter trocknen, Steine bemalen, Floß bauen etc.)
- im Wald etwas bauen (Hindernisparcours, Höhlen, etc.)
- klassische Kinderspiele wie: Fangen, verstecken, etc.
- Fahrrad fahren, Seilspringen, hüpfen, Purzelbäume, Kopfstand etc.)
- mit Kreide malen lassen

Umgang mit Medien

Allgemeine Empfehlungen der *Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA)*, können Sie bei Interesse im Internet unter folgendem Link einsehen:

<https://www.bzga.de/aktuelles/2019-12-03-digitale-medien-mit-augenmass-nutzen/>

Es wird empfohlen, Kindern im Alter von 3 bis 6, täglich maximal 30 Minuten Bildschirmzeit einzuräumen.

Kindern im Alter von 6 bis 10 wird eine Bildschirmzeit von höchstens 60 Minuten empfohlen.

Für Kinder geeignete Internetseiten und Apps können Sie unter anderem unter folgendem Link einsehen:

<https://www.klicksafe.de/eltern/gute-internetseiten-und-apps-fuer-kinder/>

Zudem empfehlen wir folgende Seite zur Programmierung eigener Spiele:

<https://programmieren.wdrmaus.de/welcome>