



Mit den Kindern zu Hause

Tipps und Ideen

Liebe Familien,

wer sich für die Zeit mit den Kindern zu Hause Anregungen wünscht, findet hier vielleicht die eine oder andere Idee und probiert was passt und gefällt.

1. Tagesablauf

Kinder benötigen auch jetzt Struktur im Tagesablauf. Eine bekannte, wiederkehrende Struktur gibt ihnen Orientierung, sie fühlen sich sicher und geborgen.

Erstellen Sie gemeinsam einen Tagesablauf. Besprechen Sie am Morgen den Tag, vielleicht malen Sie mit Ihrem Kind auf, was für den kommenden Tag geplant ist



Hände waschen



Frühstück

Zähne putzen



Raus gehen, Spielen, ... Lesen, ins Bett gehen.

2. Alltag gemeinsam meistern

Alle Kinder helfen gern und zeigen dabei was sie schon können: Tische decken, Spülmaschine einräumen, Wäscheklammern reichen... Beziehen Sie die Kinder mit ein, meist haben sie Freude daran und wenn alles fertig ist, macht die gemeinsame Pause allen Spaß.

Zu Ostern können gemeinsam Kuchen, Waffeln oder Plätzchen gebacken werden...

3. Raus gehen

Auch wenn wir jetzt doch wichtig, täglich



keine Freunde treffen und nicht auf den Spielplatz gehen, ist es raus zu gehen

4. Phantasie

Phantasiereisen – das Sofa wird zum Piratenschiff und die Reise geht los

Rollenspiele – Dinosaurierfamilien, Höhlenmenschen, Prinzen und Ritterfrauen können plötzlich die Wohnung besiedeln, in Höhlen oder Schlössern aus Stühlen, Tischen, Decken, Kissen leben.

Die Kissen auf dem Boden sind die Steine durch den reißenen Fluss, unter den Stühlen durch das dichte Urwald Dickicht, über die Stühle die gefährliche Brücke über eine tiefe Schlucht...

Setzen Sie die Grenzen - welche Möbel sind nicht erlaubt und dann kann es auch schon losgehen.



Familienzentrum Klara e.V.



5. Bewegung

Ganz wichtig ist auch jetzt Bewegung

- Hüpfen wie ein Frosch
- Auf Zehenspitzen leise anschleichen
- Rückwärts gehen
- Purzelbäume schlagen
- Den Hampelmann machen
- Auf einem Bein stehen
- ...



6. Singen und Fingerspiele

Alle Frühlingslieder sind jetzt passend – wer keine kennt, kann sie im Internet finden und lernen, zum Beispiel unter <https://www.youtube.com/user/SingKinderlieder/videos>

Kuckuck – ruff's aus dem Wald <https://www.youtube.com/watch?v=LhY8fkLGGIq>
Alle Vögel sind schon da <https://www.youtube.com/watch?v=VnrtKbZhiqw>
Der Kuckuck und der Esel <https://www.youtube.com/watch?v=xuF0AGaUhb8>

7. Vorlesen

Wenn es etwas ruhiger zugehen soll und als Vorbereitung aufs Bett ist eine kuschelige Vorleserunde angesagt.

Und wenn die Eltern mal eine Pause von den Kindern brauchen, dann ist kann auch einmal jemand anderes vorlesen:

Die kleine Raupe Nimmersatt: <https://www.youtube.com/watch?v=VvS4-92ZP6Y>

8. Telefonieren, Skypen...

Den Kontakt mit Oma, Opa und anderen liebe Leuten können wir auch mit dem Telefon oder über Dienste wie Skype halten.

9. Hilfe und Infos:

Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe

Broschüren zu den Themen COVID-19, Infos zur häuslichen Quarantäne, Tipps für Eltern

https://www.bbk.bund.de/DE/TopThema/TT_2020/TT_Covid_19_Quarantaene_Tipps_fuer_Eltern.html

Die Informationen sind ebenfalls auf der Homepage der Stadt Freiburg unter www.freiburg.de veröffentlicht.