

# Ideen für Zuhause

Viel Spaß beim Ausprobieren.

Über Rückmeldungen, Fragen und weitere Ideen freuen wir uns 😊

## Gestalten

### Teelicht Glas

#### Ihr braucht dazu:

- ein kleines Glas (wo ein Teelicht rein passt)
- Bastelkleber
- Seidenpapier
- evtl. Glitzer



<https://www.pinterest.de/pin/341640321710483141/>

#### Und so geht's:

1. Das Glas gut reinigen und trocknen.
2. Aus dem Seidenpapier viele, kleine Schnipsel reißen oder Sterne ausschneiden oder ein Schneemanngesicht ausschneiden.
3. Das Glas mit Bastelkleber einstreichen und die Schnipsel drauf drücken. Nach dem Trocknen der ersten Schicht, kann auch eine zweite Schicht aufgebracht werden, je nachdem wie sehr das Kerzenlicht durchscheinen soll.
4. Zum Schluss kann noch Glitzer über den feuchten Leim gestreut werden.

### Schneemann Fensterbilder

#### Ihr braucht dazu:

- weiße Pappteller
- Buntpapier
- Schere, Leim, Faden o. Klebeband



<https://familieundmehr.blogspot.com/2019/12/mit-kindern-basteln-schneemann-aus.html>

#### Und so geht's:

1. Den inneren Kreis aus dem Pappeller ausschneiden.
2. Den ausgeschnittenen Kreis als Kopf oben an den Pappteller kleben.
3. Auf Buntpapier eine Möhrennase, schwarze Kreise für Augen und Mund und eine Mütze o. Hut aufmalen und ausschneiden. Auch Arme können aufgemalt und ausgeschnitten werden.
4. Alle Teile an den Schneemann kleben und ihn mit Klebeband oder einem Faden an das Fenster hängen.

## Experimente

### Wanderndes Wasser

#### Ihr braucht:

- 6 Gläser
- Lebensmittelfarbe o. Wasserfarbe
- Küchenpapier
- Geduld!



<https://www.ginasbunterkinderblog.de/das-wandernde-wasser-experiment-f%C3%BCr-kinder/>

#### So funktioniert's:

1. In drei der sechs Gläser halbvoll Wasser füllen.
2. In ein Glas rote Farbe, in ein Glas gelbe Farbe und in ein Glas blaue Farbe geben und gut verrühren. (Wenn Sie Wasserfarbe verwenden reicht ein sehr kleiner Klecks aus.)
3. Die Gläser so im Kreis aufstellen, dass zwischen dem roten und dem gelben Glas ein leeres Glas steht, sowie zwischen rot und blau und zwischen gelb und blau.
4. 6 große Stücke Küchenrolle zu einem dünnen „Schlauch“ falten.
5. Von einem Glas zum Anderen das Küchenpapier hängen, sodass es ins Wasser reicht.
6. Nun kann man beobachten, wie das Wasser langsam in die leeren Gläser tropft und sich dabei auch noch färbt.

### Kinetischen Sand selber machen

#### Ihr braucht dazu:

- ca. 800g Mehl
- ca. 200ml Öl
- eine große Schüssel o. ein Backblech
- evtl. Lebensmittelfarbe



<https://www.pinterest.de/pin/561472278543387517/>

#### So funktioniert's:

1. Das Mehl in eine Schüssel geben, das Öl darauf geben und gut verkneten. Wer möchte kann noch Lebensmittelfarbe dazu geben. Sollte es noch zu klebrig sein, mehr Mehl zugeben und sollte es noch zu trocken sein mehr Öl dazu geben.
2. Zum Spielen den Sand auf ein Backblech oder in eine große Schüssel geben. Mit Backförmchen lassen sich schöne Formen erstellen.

## Rezept

### Zutaten:

- 800g Kartoffeln
- 1-2 Stangen Porree
- 300g Möhren
- 300g TK Erbsen
- 1l Gemüsebrühe o. Rinderbrühe
- 200g Sahne o. Crème fraîch
- Wiener oder Bockwurstchen



<https://www.springlane.de/magazin/rezeptideen/kartoffelsuppe-fuer-kinder/>

### Zubereitung:

1. Kartoffeln schälen, in Stücke schneiden und kochen bis sie weich sind. Möhren ebenfalls waschen, in kleine Scheiben schneiden und mit den Kartoffeln kochen.
  2. Porree in Ringe schneiden und in etwas Öl an braten.
  3. Rinder-/Gemüsebrühe nach Packungsanleitung kochen oder erhitzen, die Erbsen dazu geben.
  4. Porree, Möhren und Kartoffeln zu der Brühe geben. Sahne oder Crème fraîch zufügen und alles gut durch pürieren.
  5. Wer möchte kann noch frische oder TK Kräuter dazu geben und nach Belieben würzen.
  6. Wurstchen im Ganzen dazu reichen oder klein schneiden und in der Suppe mit erwärmen.
- Guten Appetit 😊

## Aktivitäten

### **Bergsteiger**

#### Ihr braucht dazu:

- eine möglichst lange Treppe
- einen Würfel
- rutschfeste Socken/Schuhe

#### Und so geht's:

1. Alle Mitspieler würfeln einmal. Der Spieler mit der höchsten Zahl darf beginnen.
2. Es wird wieder gewürfelt und die Augenzahl bestimmt, wie viele Treppenstufen nach oben gegangen werden dürfen. Dann ist der nächste Spieler an der Reihe.
3. Wer zuerst oben ist hat gewonnen oder das Spiel endet, wenn der Erste von oben wieder nach unten gelangt ist (oder eben andersherum).  
→ Mögliche Regel, wer eine 5 oder 6 würfelt, muss wieder an den Anfang zurück, damit das Spiel möglichst lange dauert.

### **Höhle bauen**

#### Ihr braucht dazu:

- viele Decken
- viele Kissen
- einen großen Tisch o. ähnliches
- evtl. Klammern o. Strick zum Befestigen

#### Und so geht's:

1. Die geeignete Grundlage für die Höhle auswählen (Tisch, Sofa, unter dem Hochbett).
2. Mit den Kissen und Decken eine richtig, gemütliche Höhle gestalten.
3. Ein schönes Spiel ausdenken wer in der Höhle lebt, was er tut, evtl. ein Picknick in der Höhle machen und wer möchte kann vielleicht nachts in der Höhle übernachten.

## Ratschläge zur Mediennutzung



- Feste Zeiten gemeinsam festlegen, wann und wie lange am TV/Tablet oder Handy eine Sendung/Film geschaut werden darf.
- - Ausgleichskarten basteln, bspw.: 30 Minuten Fernsehen = 30 Minuten draußen spielen oder im Haushalt helfen.
- - Mit Ihren Kindern gemeinsam Sendungen und Filme schauen und hinterher besprechen oder Fragen stellen.

→ Was ist geschehen (zeitliche Reihenfolge beachten)?

→ Wo hat es gespielt?

→ Warum ist dieses oder jenes passiert?

→ Welche Figur würdest du gern selber sein, welche gar nicht und warum?

→ Welche Gefühle spielten eine Rolle?

- ❖ Diese Fragen und sich ergebenden Gespräche fördern die Merkfähigkeit und Aufmerksamkeit Ihres Kindes.

- Achten Sie auf medienfreie Zeiten und Zonen. Beispielsweise das gemeinsame Essen, der Spieleabend, das zu Bett gehen, das Kinderzimmer oder ein selbstgewählter Wochentag könnten solche Zeiten und Zonen sein.
- Vorbilder sein: Kinder beobachten ihre Eltern und Geschwister ganz genau. Versuchen Sie daher sich an festgelegte Regeln und medienfreie Zeiten und Zonen zu halten.
- Eine kindgerechte und altersentsprechende Auswahl der Sendungen und Filme ist sehr Wichtig. Achten Sie dabei auch auf gezeigte und eingespielte Werbung und setzen Sie sich mit Ihren Kindern über das Gesehene auseinander. Nur dann erwerben Kinder einen guten Umgang mit Medien und lernen welche Sendungen und File für sie geeignet sind und welche nicht.
- Testen sie immer wieder:
  - Wie viel Zeit verbringt mein Kind vor Bildschirmen und zu welchen Tageszeiten?
  - Wie viel Zeit spielt mein Kind intensiv oder ist an der frischen Luft?
  - Ist ihr Kind meistens fröhlich und ausgeglichen oder wirkt es oft müde und überreizt?
  - Fragen Sie Ihr Kind was es glücklich macht!

**Mehr Informationen gibt es hier:** <https://www.dfv-sachsen.de/aktuell/>

### Weiterführende Informationen finden sie hier:

Für Kinder, Jugendliche und Eltern: <https://www.klicksafe.de/>

Elternratgeber: Alle Themen rund ums Kind. <https://www.kindergesundheit-info.de/themen/>

Aktuelle Infos und Tipps für Eltern in Zeiten von Corona. <https://familienhandbuch.de/>

Kindgerechte Seite für Kinder und Eltern. <https://www.klick-tipps.net/startseite/>

Elternratgeber: Was macht dein Kind mit Medien? <https://www.schau-hin.info/>