



Verfasst von Projekt „Kita-Einstieg“

# Tipps gegen Langeweile

Für Kinder von 0 bis 6 Jahre

## Vorwort

Liebe Familien,

die Zeit zuhause kann aktuell sehr langweilig und anstrengend für viele von euch sein. Alle Bilderbücher sind bereits mehrfach gelesen, den Spielplatz um die Ecke kennt ihr schon in- und-auswendig und allgemein gehen euch einfach so langsam die Ideen aus.

Wenn ihr euch an solch einem Punkt befindet seid ihr bei den „Tipps gegen Langeweile“ genau richtig. Wir haben euch viele verschiedene Beschäftigungsideen zusammengestellt und diese in Gruppen sortiert. Alle Vorschläge können mit Kindern von 0 bis 6 Jahren unternommen werden, wobei es je nach Alter einer Hilfe oder Anleitung von Eltern bedarf.

Die Datei ist folgendermaßen aufgebaut:

- Es gibt ein Inhaltsverzeichnis, in dem alle Vorschläge in Gruppen aufgelistet sind.
- Dieses Verzeichnis ist mit Seitenzahlen ausgewiesen und arbeitet interaktiv. Dies bedeutet, dass ihr durch Klicken auf die gewünschte Idee direkt zur passenden Beschreibung gelangt.
- Die Erklärungen der Vorschläge sind kurzgehalten und mit weiterführenden Links versehen.
- Sobald euch eine Idee gefällt kann es auch schon losgehen 😊

Wir freuen uns, wenn wir euch inspirieren können und gerne auch über Bilder und Erfahrungen, die ihr mit unseren „Tipps gegen Langeweile“ gemacht habt.

Sendet sie uns doch an: [kita-einstieg@saarpfalz-kreis.de](mailto:kita-einstieg@saarpfalz-kreis.de)

Habt eine schöne Zeit und bleibt gesund!

Euer Team vom Projekt „Kita - Einstieg“

**Frau Doll-Marx**

Koordinierungs- und Netzwerkstelle

06841/104-8186

[kita-einstieg@saarpfalz-kreis.de](mailto:kita-einstieg@saarpfalz-kreis.de)

**Frau Braun**

Fachkraft Kita-Einstieg

06841/104-8574

[kita-einstieg@saarpfalz-kreis.de](mailto:kita-einstieg@saarpfalz-kreis.de)

**Herausgeberinnen:**

Frau Pyschny

Frau Riehmer

Frau Vogelgesang

Saarpfalz-Kreis

Fachbereich Familien- und Jugendhilfe/Jugendamt

Bundesprogramm "Kita-Einstieg: Brücken bauen in frühe Bildung"

Postadresse: Am Forum 1

Dienstgebäude: Talstr. 57b

66424 Homburg

## Inhalt

### Vorschläge zum Basteln und Malen:..... 5

- Frühlingsbasteln:..... 5
- DIY-Knete:..... 5
- DIY-Fingerfarbe: ..... 5
- Ostereier bemalen: ..... 5
- Basteln mit Klopapierrollchen ..... 5
- Steinmalerei: ..... 6
- Basteln mit Socken: ..... 6
- Papierblumen: ..... 6
- Parkhaus bauen: ..... 6
- Zaubersand:..... 6
- DIY- Badesalz: ..... 7
- Basteln aus der Natur ..... 7
- DIY-Memory: ..... 7
- Schmuck aus Nudeln: ..... 7
- DIY-Papierkakteen:..... 7
- Blumentöpfe bemalen: ..... 8
- DIY- Freundebuch:..... 8
- Papier schöpfen:..... 8
- Recycle-Boote:..... 8
- Blumenkranz basteln:..... 8
- Mandalas und Ausmalbilder: ..... 9
- Buch selbst gestalten: ..... 9
- DIY- Knetseife: ..... 9
- DIY-Windlichter: ..... 9
- Basteln mit Salzteig: ..... 10
- Flugzeug basteln:..... 10

### Vorschläge zum Kochen oder Backen: ..... 11

- Gemeinsam Backen:..... 11
- DIY-Eis:..... 11
- Kinder Kochen: ..... 11

- Cake Pops: ..... 11
- Obstteller:..... 11
- Regenbogen- Smoothie:..... 12
- Bunte Spagetti ..... 12
- Obstsalat:..... 12
- DIY Popcorn: ..... 12
- Blindverkostung:..... 12

**Vorschläge zur Unterhaltung:**..... 13

- Verkleiden: ..... 13
- Videotelefonate:..... 13
- Hindernisparkour: ..... 13
- Bowling-Spaß zuhause: ..... 13
- Brief schreiben: ..... 13
- Party-Time!..... 14
- Theater spielen:..... 14
- Sensorspiele: ..... 14
- Zaubern: ..... 14
- Kinderschminken:..... 14
- Fotoshooting: ..... 15
- Geheimniskiste:..... 15
- DIY-Papphaus: ..... 15
- Lego - Spaß: ..... 15

**Vorschläge Aktivitäten draußen:**..... 16

- Picknicken:..... 16
- Familienwaldtag: ..... 16
- Lagerfeuer: ..... 16
- Draußen übernachten ..... 16
- DIY Kreidezeit: ..... 16
- Radtour:..... 16

**Vorschläge Aktivitäten drinnen:**..... 17

- Höhle bauen: ..... 17
- Kinderzimmer umgestalten:..... 17

- Leseabend: ..... 17
- Wellnessprogramm: ..... 17
- Ausmisten: ..... 18
- Puzzeln: ..... 18
- Washtag Spielsachen ..... 18

**Vorschläge zum Spielen:** ..... 19

- Lieblingsspiel spielen: ..... 19
- DIY-Seifenblasen: ..... 19
- Ich sehe was, was du nicht Siehst: ..... 19
- Farben - Suche: ..... 19

**Vorschläge für Bewegung:** ..... 20

- Barfußpfad: ..... 20
- Sportliche Aktivität: ..... 20
- Yoga mit Kindern: ..... 20
- Sportprogramm: ..... 20
- Hexe, Hexe, was kochst du?: ..... 20
- Luftballon-Volleyball: ..... 21
- Hüpfspiel: ..... 21
- Bewegungslieder: ..... 21

# Tipps gegen Langeweile

## Vorschläge zum Basteln und Malen:

- **Frühlingsbasteln:** Es ist Zeit zum Basteln! Wir haben euch ein paar Ideen zum Thema Frühling und Ostern zusammengestellt:  
<https://www.mission-mom.net/basteln-mit-kindern-im-fruehling-und-fuer-ostern/>  
<https://www.moms-blog.de/ostern-fruehling-basteln-kinder/>
- **DIY-Knete:** Heute stellen wir zusammen Knete her. Da nicht alle Familien Knete zuhause haben, lassen wir uns den Spaß durch geschlossene Geschäfte nicht nehmen. Hier einen Link für die DIY-Knete:
  1. Knete essbar: <https://www.youtube.com/watch?v=XIIIkyrvmPo>
  2. Knete aus Bodylotion: <https://www.youtube.com/watch?v=fkh2Xf4zRpw>
- **DIY-Fingerfarbe:** Buntstifte hat fast jeder zuhause. Wie wäre es heute mal mit Fingerfarben? Wir haben euch eine Anleitung rausgesucht, wie ihr diese selbst herstellen könnt. <https://www.youtube.com/watch?v=sMyOGwvHzm4>  
Praktisch bei diesem Rezept ist, dass es aus wirklich wenigen Zutaten besteht und schnell hergestellt ist. Viel Spaß beim Kleksen.
- **Ostereier bemalen:** Ostern steht vor der Tür und ihr habt noch keine Eier bemalt?! - Kein Problem 😊 Hier sind ein paar Anleitungen für euch für die verschiedensten Ideen für Ostereier:  
<https://www.hallo-eltern.de/lifestyle/ostereier-bemalen-mit-kindern/>  
<https://www.youtube.com/watch?v=qoJpkt-bVYM>
- **Basteln mit Klopapierröllchen:** (bitte schmeißt sie nicht weg). Nicht nur das Klopapier ist kostbar, sondern auch die Röllchen darin. Man kann mit ihnen die unterschiedlichsten Dinge basteln und spart dadurch an Grundmaterial. Von einfach bis sehr aufwendig gibt es vielfach Ideen zur Weiterverwendung der kleinen Papprollen. Damit stellt ihr nicht nur etwas Schönes her, nein ihr schont mit eurem Recycling sogar ein wenig die Umwelt 😊  
<https://www.geo.de/geolino/basteln/33714-thma-basteln-mit-klorollen>  
<https://www.meinesvenja.de/2013/05/25/basteln-mit-klopapierrollen-die-top-10-ideen/>

- **Steinmalerei:** Bilder oder Mandalas malen kann auf Dauer langweilig werden. Wie wäre es denn mal mit Steinen? Sammelt in eurem Garten oder während dem nächsten Spaziergang ein paar schöne Steine. Danach müsst ihr sie nur noch abwaschen und schon kann das Vergnügen beginnen. Sei es Malen mit Pinsel, Stiften oder den Fingern...der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Vorteil ist sogar, dass ihr eure DIY-Fingerfarbe benutzen könnt!  
Hier ein paar Beispiele für Steinmalerei:  
<https://bastelnmitkids.de/mit-kindern-bunte-steine-bemalen/>
- **Basteln mit Socken:** Jeder kennt das Phänomen: es gehen zwei Socken in die Wäsche und nur einer kommt zurück. Lasst uns aus den übrigen Socken süße Sockenpuppen oder auch lustige Sockenmonster basteln. Dafür braucht ihr nur einzelne Socken in verschiedenen Größen und Dinge zum Verzieren. Dafür eignen sich gut: Knöpfe, Wackelaugen, Stoffreste, Wolle, Tonpapier, Spitze, Sticker, Glitzer, Washitape oder Textilfarben. Gute Anleitungen für Sockenpuppen könnt ihr euch hier anschauen: <https://www.youtube.com/watch?v=xdLVyKrpwnU>  
[https://www.youtube.com/watch?v=8v5\\_HrV7Tic](https://www.youtube.com/watch?v=8v5_HrV7Tic)
- **Papierblumen:** Im folgenden Link findet ihr eine sehr genaue Erklärung zum Erstellen der Papierblumen und eine kostenlose PDF zum Runterladen. Auch Mama und Papa werden beim Basteln viel Spaß haben. Sind die Blumen erst mal fertig können sie als lang-blühende Deko oder sommerliches Geschenk verwendet werden.  
<https://www.paper-shape.com/de/blog/rosen-basteln/>
- **Parkhaus bauen:** Das Kinderzimmer ist meist voll mit Spielsachen und schnell kann mal Chaos entstehen. Wie wäre es mit einem tollen Parkhaus, was nicht nur Ordnung bringt, sondern auch noch eine Menge Spaß beim Spielen. Zum Basteln wird nicht viel benötigt und es ist schnell aufgebaut. Die einzelnen Schritte könnt ihr euch im Video anschauen. <https://www.youtube.com/watch?v=WLfMnjmJDm0>
- **Zaubersand:** Heute machen wir Zaubersand. Den Spielsand kannst du einfach selber machen – aus lediglich zwei natürlichen Zutaten: 1. Mehl 2. Öl  
Selbstgemachter Zaubersand ist nicht nur schadstoffarm, sondern klebt auch nicht und hinterlässt damit keine Spuren. Somit könnt ihr umweltbewusst und auch noch unkompliziert einen Indoor-Sandkasten errichten.  
<https://utopia.de/ratgeber/zaubersand-selber-machen-indoor-spielsand-aus-zwei-zutaten/>

- **DIY- Badesalz:** Lust auf super tollen Badespaß mit der Familie? Oder benötigt ihr eventuell noch ein originelles Geschenk? Dafür ist ein selbst gemachtes Badesalz genau das Richtige! Es ist bestimmt spannend, ganz unterschiedliche Farben zusammen zu mischen und die verschiedensten Düfte miteinander zu kombinieren. Los geht's! <https://quatsch-matsch.de/duftendes-badesalz-fuer-kinder-diy/>
- **Basteln aus der Natur:** Die Natur schenkt uns so viele Materialien, die wir oft nicht richtig nutzen. Besonders Äste und Zweige dienen uns als schöne Grundlagen für Deko- und Spielideen. Wie wäre es etwa mit einer neuen Wanddeko? Oder wäre ein neuer Türkranz nicht schlecht? Vielleicht aber auch ein Tipi? Der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt. Lasst euch von dieser Internetseite inspirieren. <https://deavita.com/bastelideen/basteln-aesten-zweigen-ideen-diy.html>
- **DIY-Memory:** Heute spielen wir aber nicht das allbekannte Memory mit den Kärtchen, sondern wir basteln uns selbst eins. Dabei zeigen wir euch zwei Varianten. Für die erste Variante brauchen wir Steine in verschiedenen Größen und Formen. Außerdem wäre es gut, wenn ihr wasserfeste Stifte zuhause habt. Überlegt euch gemeinsam schöne Motive für euer Steinmemory und fangt an zu basteln. <https://kuestenkidsunterwegs.blogspot.com/2018/10/diy-steinmemory-fuer-kinder-steine-memory-bemalen-anleitung-stifte.html>  
Falls ihr gerne eine einfachere Methode ausprobieren möchtet wäre das Kastanienmemory interessant für euch. Vielleicht habt ihr noch ein paar Kastanien im Keller oder bei der alten Herbstdeko, die ihr verwendet könnt. Wie genau ihr euer Kastanienmemory herstellt könnt ihr euch hier anschauen. <https://www.snyggis.de/herbst-2/kastanien-memory/>
- **Schmuck aus Nudeln:** Mit Essen spielt man nicht! Aber basteln tun wir damit ☺ Also ran an die Nudeln und Schmuck daraus gezaubert. Es ist wirklich ganz einfach und schnell gemacht. Ihr könnt die Nudeln sogar mit Lebensmittelfarbe einfärben und dann damit wunderschöne Ketten auffädeln. <https://www.mamagie.de/2012/06/04/bunte-faedelketten/>
- **DIY-Papierkakteen:** Pflanzen in der Wohnung sind immer schön anzusehen. Manchmal verwelken sie aber schneller, als es uns lieb ist. Kakteen sind immer eine gute Alternative aber Kinder stechen sich schnell mal daran. Wie wäre es also mit DIY Papierkakteen? Sie halten lange und sehen toll aus. Ihr braucht nicht viele Materialien, um die schönen Pflanzen zu entwerfen. Eine genaue Anleitung findet ich hier: <https://kleinliebchen.de/kaktus-aus-papier-basteln-diy-dekoration-im-blumentopf/>

- **Blumentöpfe bemalen:** Sucht euch einen alten Blumentopf raus, den ihr umgestalten wollt. Es eignen sich auch solche, welche den Lack oder die Farbe verloren haben. Die Töpfe lassen sich am besten mit Acrylfarben bemalen. Wie genau ihr euren Blumentöpfen einen neuen Anstrich verleiht seht ihr hier: <https://funkelfaden.de/aus-alt-macht-neu-blumentopfe-bemalen/>
- **DIY- Freundebuch:** Die Sehnsucht nach euren Freunden ist nicht mehr auszuhalten? Dann gestaltet doch zur Ablenkung gemeinsam ein Freundebuch, in das sich alle Freunde eintragen können. Das Buch kann kontaktlos weitergegeben werden. Die Kinder werden sich riesig freuen! Eine Anregung für das Freundebuch findet ihr unter dem untenstehenden Link. Druckt die Seiten aus und heftet sie beispielsweise als Buch zusammen. [http://playmobil.a.bigcontent.io/v1/static/PLAYMOBIL\\_ARTS\\_CITYLIFE\\_SCHOOL\\_2018\\_01\\_de](http://playmobil.a.bigcontent.io/v1/static/PLAYMOBIL_ARTS_CITYLIFE_SCHOOL_2018_01_de)
- **Papier schöpfen:** Papier kaufen kann jeder, aber auch selbst welches herstellen? Wichtig ist, dass Mama und Papa bei diesem Experiment helfen müssen. Besonders schön ist, dass ihr selbst bestimmen könnt, wie euer Papier aussehen soll. Eurer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Das erzeugte Papier könnt ihr euch schön einrahmen, verschenken oder Briefe damit versenden. Wie genau man Papier schöpfen kann bekommt ihr im folgenden Link erklärt. <https://www.familie.de/diy/papierschoepfen/>
- **Recycle-Boote:** Ein kleiner Bootsausflug mal anders! Lasst uns zusammen Boote aus recyceltem Material bauen. Dafür könnt ihr Korken, Deckel, Papier oder einen leeren Milchkarton verwenden. Wenn ihr fertig seid kann der kleine Dampfer in einem Fluss oder auch in der Badewanne auf Reisen gehen. Schön wäre es auch das Boot mit einer kleinen Flaschenpost zu verknüpfen. Der Empfänger wird sich über liebe Grüße freuen. Bauanleitung: <https://einerschreitimmer.com/diy-so-wird-aus-einem-gurkenglas-deckel-ein-floss/>
- **Blumenkranz basteln:** Frühlingszeit ist Blumenzeit. 😊 Da wäre es doch mal eine schöne Idee, einen Blumenkranz zu basteln. Dafür haben wir euch zwei Varianten rausgesucht:  
Einen Blumenkranz aus echten Blumen: Sammelt beim Spaziergang ein paar schöne Blumen und folgt den Anweisungen im Link. <https://stadtmama.at/diy/basteln-mit-naturmaterialien-blumenkranz-selber-machen/>  
Falls ihr keine echten Blumen verwendet wollt ist das kein Problem. Ihr könnt aus Moosgummi, Filz oder auch Papier ebenfalls einen sehr schönen Blumenkranz

basteln. Wie das genau funktioniert seht ihr hier:

<https://deavita.com/bastelideen/basteln-moosgummi-kinder.html>

- **Mandalas und Ausmalbilder:** Wenn Mama und Papa eine kleine Pause brauchen, können sich die Kleinsten auch mal eine kurze Zeit selbst beschäftigen. Falls ihr etwa im Homeoffice seid, können die Kinder einfach „mitarbeiten“. Nehmt die Holzstifte raus und ein paar Blätter Papier und überlasst euren Kleinen die Arbeit. Manche Kinder malen auch gerne Ausmalbilder oder Mandalas. Eine große Auswahl zum kostenlosen Herunterladen und Ausdrucken könnt ihr auf den folgenden Seiten finden: <https://www.kinder-malvorlagen.com>  
<https://www.kika.de/selbermachen/alle-ausmalbilder100.html>
- **Buch selbst gestalten:** In den letzten Wochen werdet ihr bestimmt schon alle Bücher mehrfach gelesen haben. Dann wäre es mal an der Zeit, sein eigenes Buch zu gestalten. Dafür braucht ihr nicht viel und könnt eure Fantasie mit den Kindern gemeinsam ausleben. Ich bin gespannt auf eure Geschichten. 😊 Falls ihr noch eine Inspiration benötigt, könnt ihr euch folgenden Link mal anschauen: <https://geschichtenwolke.de/2017/02/23/mit-kindern-buecher-herstellen/>  
<https://www.besserbasteln.de/Basteln%20mit%20und%20fuer%20Kinder/buchlein.html>
- **DIY- Knetseife:** Immer wieder und wieder Hände waschen. Das kann den Kindern auch mal den Spaß daran verderben. Dagegen haben wir aber eine Lösung: Knetseife! Unicef hat dafür ein ganz einfaches Rezept veröffentlicht. Da wird das Händewaschen wieder zum Vergnügen.  
<https://www.unicef.de/informieren/aktuelles/blog/coronavirus-tipps-gegen-langeweile-zuhause/212678>
- **DIY-Windlichter:** Windlichter sind besondere Dekorationselemente – aus mehreren Gründen: zum einen spenden sie Licht und Wärme und zum anderen eignen sie sich für jede Jahreszeit und lassen sich durch unterschiedliche Motive an Frühling, Sommer, Herbst und Winter anpassen. Gleichzeitig könnt ihr Gläser und Schnipsel weiterverwerten. Sie sehen also schön aus und sind gleichzeitig auch noch umweltfreundlich.  
Hier findet ihr ein Video über das Herstellen von Windlichtern:  
<https://www.youtube.com/watch?v=7UfSWDYMo64>

- **Basteln mit Salzteig:** Salzteig kennen viele von uns noch aus ihrer Kindheit. Wie viel Spaß hat es gemacht, sich zusammen mit den Eltern lustige Formen und Figuren auszudenken und gespannt vor dem Ofen zu warten, bis die Kunstwerke fertig waren?! Heute sollt auch ihr schöne Salzteig - Deko herstellen. Wie genau ihr das anstellt seht ihr hier:

<https://www.talu.de/basteln-mit-salzteig-jahreszeiten/>

- **Flugzeug basteln:** Auch, wenn wir diesen Sommer vielleicht nicht in Urlaub fliegen können, müssen wir nicht auf Fliegespaß verzichten. Hier haben wir eine sehr einfache Idee für ein kleines Spielzeugflugzeug für euch. Dazu braucht ihr nur ein paar Eisstiele, eine Wäscheklammer und einen Korken. Gestalten könnt ihr euren Flieger ganz nach euren Wünschen. Die genaue Anleitung findet ihr in diesem Link:

<https://kreativraum24.de/flugzeug-basteln>

## Vorschläge zum Kochen oder Backen:

- **Gemeinsam Backen:** Backen gemeinsam mit den Kindern kann eine Herausforderung sein, aber auch sehr viel Spaß machen. Hier ein Link mit Rezepten für die ganze Familie:  
<https://www.backenmachtgluecklich.de/anlass/backen-mit-kindern>  
Gute Plattformen für Rezepte sind auch „Chefkoch“ oder „Kochbar“. Vielleicht sucht ihr auch nochmal eure alten Backbücher raus.
- **DIY-Eis:** Es ist Frühling und die ersten Sonnenstrahlen finden ihren Weg. Da fehlt nur noch eins: leckeres Eis! Leider haben die Eisdieleen aber geschlossen. Ein guter Zeitpunkt, um einmal selbst Eis herzustellen. Nichts geht über ein frisches, leckeres Eis genau nach euren Vorstellungen. Ihr werdet es nicht bereuen.  
<https://mampfbar.de/selbst-gemachtes-eis/>  
<https://www.kinderspiele-welt.de/kinderrezepte/eis-selber-machen.html>
- **Kinder Kochen:** Köche sind heute die Kinder. Setzt euch mit euren Kindern zusammen und überlegt gemeinsam, was heute gekocht werden soll. Die Kinder dürfen entscheiden! Wenn ihr ein passendes Gericht gefunden habt könnt ihr zusammen alles vorbereiten und mit dem Kochen beginnen. Traut euren Kleinen ruhig etwas zu.  
Falls ihr Ideen für Rezepte sucht könnt ihr euch hier mal anschauen:  
<https://www.lecker.de/kochen-mit-kindern-die-besten-tipps-und-rezepte-50835.html>
- **Cake Pops:** Normale Kuchen oder Muffins – das kann doch jeder. Wir wollen heute Cake-Pops machen. Das sind kleine Kuchen am Spieß. Sie lassen sich ganz einfach herstellen und gelingen auch einem Backanfänger. Ihr könnt entscheiden, ob ihr einen Kuchen selbst backt oder einen gekauften Kuchen weiterverarbeitet. Der Geschmack wird so und so toll 😊  
Die genaue Anleitung für die süßen Cake-Pops findet ihr hier:  
<https://www.kindersache.de/bereiche/spiel-spass/selbermachen/rezepte/cake-pops>
- **Obsteller:** Vitamine tun uns gut und halten uns fit und munter 😊. Einen normalen Obsteller zusammen stellen kann doch jeder, aber diese super süßen Obsteller habt ihr vorher noch nicht gesehen. Schmetterling, Eule und Schnecke laden zum Naschen von Obst ein. Versucht es doch mal und lasst euch überraschen wie lecker das schmeckt.  
<https://www.kindersache.de/bereiche/spiel-spass/selbermachen/rezepte/obsteller-tierisch-lecker>

- **Regenbogen- Smoothie:** Was ihr dazu braucht? Obst in verschiedenen Farben, ein bisschen Wasser, mehrere Behältnisse, einen Mixer oder einen Pürierstab. Wenn ihr alle Smoothies einzeln zubereitet habt könnt ihr die Fruchtpürees schön in einem Glas Schichten und fertig ist der Regenbogen zum Trinken.  
<https://www.kindersache.de/bereiche/spiel-spass/selbermachen/rezepte/rezept-fuer-einen-regenbogen-smoothie>
- **Bunte Spagetti:** Spaghetti essen doch fast alle Kinder gerne. Wie wäre es, wenn wir dieses Gericht noch ein wenig bunter gestalten würden? Durch die Hilfe von Lebensmittelfarbe könnt ihr einen ganzen Regenbogen auf den Teller zaubern. Alles was ihr braucht sind herkömmliche Spaghetti (oder andere Lieblingsnudeln) und bunte Lebensmittelfarben. Guten Appetit 😊  
Ein kleines Video für die genaue Anleitung:  
<https://www.youtube.com/watch?v=eSeGeU8EDuk>
- **Obstsalat:** Ein paar Vitamine sollen es heute sein. Bereitet heute - gemeinsam mit den Kindern - einen Obstsalat zu. Wichtige Regel: Die Kinder dürfen die Obstsorten selbst aussuchen. Dabei lässt sich gut herausfinden, was die Kleinen bereits beim Namen kennen und gerne essen. Natürlich dürfen Mama und Papa auch eine Obstsorte aussuchen.
- **DIY Popcorn:** Durch die viele freie Zeit zuhause wird man oft auf die Beschäftigung durch den Fernseher zurückgreifen müssen. Macht dies doch zu einem kleinen Event, indem ihr zu eurem Lieblingsfilm leckeres Popcorn herstellt. Auch bei diesem Rezept könnt ihr die Zuckermenge ganz selbst bestimmen und das Popcorn nach eurem Geschmack zubereiten.  
Zur genauen Anleitung geht es hier:  
<https://www.grosseltern.de/selbstgemachtes-popcorn-die-etwas-andere-suessigkeit/>
- **Blindverkostung:** Essen tut doch jeder gerne. Aber weiß auch jeder, was er isst, wenn er es nicht sieht? Heute wollen wir unsere Geschmacksnerven auf die Probe stellen. Verbindet euren Kindern die Augen und füttert sie mit Lebensmittel, die sie erraten sollen. Auch für Mama und Papa ist das ein sehr lustiges Spiel und ihr werdet merken, dass es gar nicht so einfach ist, wie man denkt. Besonders gut eignen sich für dieses Spiel Obst, Gemüse, Wurst, Käse und Süßigkeiten. Vielleicht entdecken eure Kinder bislang unbekannte Vorlieben. 😊

## Vorschläge zur Unterhaltung:

- **Verkleiden:** Jeder hat bestimmt Faschingskostüme zuhause. Auch aussortierte Kleider von Mama und Papa können viel Freude bereiten. Verkleidet euch mit euren Kindern mal lustig oder sehr schick und veranstaltet anschließend ein kleines Fotoshooting. Oma und Opa oder auch Tante und Onkel freuen sich sicherlich sehr über diese Bilder.
- **Videotelefonate:** Damit die Kinder in Kontakt mit ihren Freunden und auch der Familien bleiben können, tätigt doch einmal Videoanrufe. Der einfachste Weg, wäre ein Videoanruf über WhatsApp. Wer dies nicht hat, kann jedoch trotzdem Videotelefonate ausführen. Folgende Möglichkeiten gibt es: Skype, Signal und Google Duo (oder Apple - Nutzer Face Time).

- **Hindernisparkour:** Zeit für ein klein wenig Action. Um die Kinder in Bewegung zu halten, könnt ihr heute einen kleinen Hindernisparkours bauen. Eurer Fantasie sind dabei keine Grenzen gesetzt. Egal ob draußen oder drinnen, wichtig ist nur, dass die Kleinen sich ordentlich auspowern können. Falls ihr eine Inspiration braucht, dann schaut doch mal hier rein:

<https://www.schule-und-familie.de/spiele/spiele-fur-drinnen/hindernislauf.html>

<https://www.pinterest.de/claudiaruii/kinder-hindernisparkours/>

- **Bowling-Spaß zuhause:** Strike! Wir bringen den Bowling-Spaß nach Hause. Ihr habt bestimmt alle die nötigen Utensilien parat, ohne es zu wissen...  
Ihr braucht:

*10 Klopapieröllchen oder 10 kleine Pfandflaschen  
ein bisschen Farbe oder Washitape zum Gestalten der Pins  
einen kleinen Ball oder eine Kugel aus Alufolie*

Wenn ihr eure Pins schön verziert habt stellt ihr sie an einem Ort auf, an dem genug Platz ist. Der erste Spieler stellt sich mit einem bestimmten Abstand zu den Pins auf und schon kann das Spiel beginnen. P.S.: Für echte Spielefans legt ihr euch am besten einen kleinen Block und einen Stift bereit, um die Spielergebnisse festzuhalten.

- **Brief schreiben:** Einen Brieffreund hatten wir früher doch alle. Wieso nicht auch unseren Kindern so etwas ermöglichen? Überlegt mit euren Kleinen gemeinsam, an wen sie gerne einen Brief schreiben wollen. Wenn eure Kinder schon schreiben können helft ihnen ein wenig. Falls nicht, lasst euch den Text diktieren. Ihr glaubt nicht wie schön es sein kann sich nochmal mit den Worten von Kindern auszudrücken. Wenn ihr den Text fertig habt, könnt ihr das Blatt noch schön durch Zeichnungen, Glitzer oder Sticker gestalten.  
Sobald der Brief fertig ist gibt es zwei Möglichkeiten: ihr steckt ihn ganz traditionell in

einen Briefumschlag und schickt in per Post an den glücklichen Empfänger. Eine andere Möglichkeit wäre es, dass ihr den Brief fotografiert und online versendet. Dies wäre für diejenigen unter euch einfacher, die nicht das Haus verlassen wollen oder dürfen.

- **Party-Time!** Heute wird gesungen. Lasst euch mal so richtig bei einer Runde Karaoke aus. Dabei habt ihr mehrere Möglichkeiten. Einige Familien werden vielleicht über Spielekonsolen mit geeigneten Spielen verfügen. Ihr könnt aber auch spezielle Karaoke Videos bei YouTube finden. Gebt in der Suchleiste einfach das gewünschte Lied mit dem Zusatz „Karaoke“ ein. Falls eure Kinder aber noch sehr klein sind reicht es auch ein normales Lied abzuspielen und dabei aus voller Brust mitzusingen. Schwingt die Hüfte und habt Spaß 😊
- **Theater spielen:** Zum Nachspielen eures Lieblingsbuches braucht ihr zunächst eine Bühne. Grenz einen Platz zuhause ab oder baut euch sogar eine leichte Erhöhung. Für den Vorhang nehmt ihr ein altes Bettlaken, das ihr mit Schnüren an Schränken verknoten könnt. Danach lest ihr gemeinsam euer Lieblingsbuch und teilt die Rollen ein. Falls ihr Kostüme braucht könnt ihr diese zusammenstellen und improvisieren. Dann kann es auch schon losgehen. Öffnet den Vorhang und lasst die Show beginnen.
- **Sensorspiele:** Damit die Kleinen weiterhin gefördert und aktiv bleiben beschäftigen wir uns mit Sensorspielen. Im angegebenen Beispiel wird mit einem bestimmten Ikea- Tisch gearbeitet. Aber keine Sorge- zwei Schüsseln oder Wannen reichen vollkommen aus. Es geht vielmehr um die Idee dahinter. Sucht euch zusammen eine Version aus dem folgenden Link aus und habt viel Spaß dabei.  
<https://deavita.com/bastelideen/arbeiten-von-zu-hause-mit-kindern-ideen.html>
- **Zaubern:** It's magic! Seid ihr bereit für eine Zauberstunde? Wir haben euch ein paar einfache Zaubertricks rausgesucht. Es sind sowohl Ideen für die ganz Kleinen, als auch für größere Kinder dabei. Freut euch auf Kartentricks und Knotenkünste vom Feinsten. Eure Kinder werden es lieben. 😊 [https://praxistipps.focus.de/zaubertricks-fuer-kinder-3-magische-tricks-mit-anleitung\\_96897](https://praxistipps.focus.de/zaubertricks-fuer-kinder-3-magische-tricks-mit-anleitung_96897)  
<https://www.kita.de/wissen/zaubertricks-kinder/>
- **Kinderschminken:** Wie wäre es heute einmal Prinzessin oder Pirat zu sein? Eine witzige Alternative zum herkömmlichen Verkleiden spielen, ist das Kinderschminken. Viele unterschiedliche tolle Ideen findet ihr auf folgender Webseite:  
<https://blog.mytoys.de/kinderschminken/>  
Sind die Eltern mutig genug, sich auch mal von den Kindern schminken zu lassen? Das wird eine Riesen-Gaudi 😊

- **Fotoshooting:** Erinnerungen festhalten ist immer etwas Schönes. Veranstaltet heute doch ein kleines Fotoshooting mit euren Süßen. Auch mit einfachen Mitteln kann man sehr schöne Fotos machen. Wenn euch die Ideen fehlen und ihr etwas Hilfe braucht, könnt ihr euch hier mal umschauen:

<https://www.pinterest.de/lenimoretti/kinder-foto-tipps-und-ideen/>

Sobald die Bilder im Kasten sind, müsst ihr sie nur noch drucken lassen. Fotos auf Leinwand sehen direkt sehr edel und professionell aus. Ihr könnt sie für euch selbst behalten oder mehrere Leinwände bestellen und an Familie und Freunde verschenken. Preiswerte Leinwände könnt ihr online auf „meinfoto.de“ oder „posterxxl.de“ bestellen.

- **Geheimniskiste:** Heute wollen wir ein bisschen den Tastsinn eurer Kinder testen. Dafür bauen wir eine Geheimniskiste. Diese lässt sich ganz einfach herstellen. Ihr braucht nur einen Schuhkarton oder ein kleines Paket und einige kleine Gegenstände aus dem Lebensbereich eurer Kinder, z.B.: Schnuller, kleines Kuscheltier, einen Löffel, etc. Am besten wäre natürlich, dass eure Kinder die Gegenstände bereits benennen können. 😊 Wie genau die Geheimniskiste entsteht, seht ihr hier:

<https://www.kinderstarkmachen.de/mut.html>

- **DIY-Papphaus:** Ein Haus aus einem Pappkarton - das hat doch jeder schon mal gemacht. Besonders Kinder können sich mit so einem Haus sehr lange beschäftigen und viel Spaß damit haben. Vielleicht habt ihr noch einen sehr großen Pappkarton übrig oder könnt einen aus kleineren Pappstücken zusammenkleben. Die Größe könnt ihr dann perfekt auf eure Kinder anpassen. Besprecht gemeinsam, wie das Papphaus aussehen soll und fangt an zu designen. Fenster und Türen sollten von den Eltern eingeschnitten werden. Beim Anmalen und Gestalten können die Kleinen aber super mithelfen. Ein paar sehr schöne Papphäuser könnt ihr euch hier anschauen:

[https://www.pinterest.de/search/pins/?q=Karton%20haus%20kinder&rs=srs&b\\_id=BKV9qQq0o8uBAAAAAAAAAADWQx8iSzliJy\\_1cIibbjQ0J-C0hWYFXzOaJPbXNpPcIE\\_MpmH3eFhrfsbP4pgo7\\_w&source\\_id=4du2NIXg](https://www.pinterest.de/search/pins/?q=Karton%20haus%20kinder&rs=srs&b_id=BKV9qQq0o8uBAAAAAAAAAADWQx8iSzliJy_1cIibbjQ0J-C0hWYFXzOaJPbXNpPcIE_MpmH3eFhrfsbP4pgo7_w&source_id=4du2NIXg)

- **Lego - Spaß:** Lego oder Duplo Steine hat fast jedes Kind zuhause. Egal, welches Alter, bauen mit Lego Steinen macht einfach Spaß. Nehmt heute die Legokiste raus und baut zusammen ein großes Meisterwerk. Sei es ein Haus, eine Garage für die Autos oder ein Pferdestall - konstruiert etwas nach euren Wünschen. Das wird ein Spaß für die ganze Familie.

## Vorschläge Aktivitäten draußen:

- **Picknicken:** Ein Picknick gefällt Groß und Klein. Familien, die das Glück haben einen Garten zu besitzen können es sich ganz einfach mit den Kindern draußen gemütlich machen. Aber auch Familien ohne diese Möglichkeit können ein schönes Picknick veranstalten. Legt doch einfach eure Picknickdecke mitten ins Wohnzimmer und genießt eure vorbereiteten Köstlichkeiten
- **Familienwaldtag:** Wie wäre es heute mit einem schönen Ausflug in die Natur? Veranstaltet euren eigenen Familienwaldtag. Im Wald gibt es so vieles Spannendes zu entdecken. Werdet aktiv und baut euch eure eigene Hütte zum Spielen. Eine Anregung dafür findet ihr unter folgendem Link:  
<https://www.kindersache.de/bereiche/spiel-spass/selbermachen/eine-waldhuette-bauen>
- **Lagerfeuer:** Macht doch heute mal ein gemütliches Lagerfeuer mit der ganzen Familie! Erzählt euch lustige Geschichten, singt gemeinsam Lieder und zaubert euch auch kulinarisch etwas Besonderes. Einen passenden Snack findet ihr unter:  
<https://www.kindersache.de/bereiche/spielspass/selbermachen/rezepte/stockbrot>
- **Draußen übernachten:** Eine Übernachtung unter freiem Himmel – ein großes Abenteuer für Kinder. Dafür braucht ihr keinen Campingplatz oder Urlaubsort, denn eurer Garten oder Balkon reicht vollkommen aus. Ihr könnt zum Beispiel in eurem Garten Zelten oder eine gemütliche Schlafhöhle auf dem Balkon bauen.  
<https://www.kindersache.de/bereiche/spiel-spass/selbermachen/ferientipp-zelten-zu-hause>  
Für Experimentierfreudige haben wir auch noch einen ganz besonderen Vorschlag: Übernachten/Zelten auf dem Trampolin ☺ Wie genau das aussehen kann, könnt ihr euch hier anschauen: <https://www.pinterest.co.kr/pin/794322453012034303/>
- **DIY Kreidezeit:** Heute wollen wir nicht nur mit Kreide malen, sondern sie sogar selbst herstellen. Dabei sind besonders die Papas gefragt. Wie genau man Kreide selbst herstellen kann, zeigt euch der nächste Link: <https://utopia.de/ratgeber/kreide-selber-machen-strassenmalfarbe/> Wenn eure DIY-Kreide fertig ist oder ihr noch Kreide zuhause habt, kann es losgehen 😊. Zeigt, dass wahre Künstler in euch stecken und verschönert die Welt mit euren Gemälden. Auf der Straße, dem Gehweg, der Terrasse oder der Einfahrt - macht diese schwierige Zeit ein bisschen bunter!
- **Radtour:** Ab auf die Räder und die Welt erkunden! Vielleicht habt ihr schon eine Lieblingsstrecke, die ihr abfahren wollt, falls nicht könnt ihr jetzt eine entdecken. An einer solchen Tour kann die ganze Familie teilhaben und sich mal richtig auspowern. Wenn eure Kinder noch zu klein fürs Fahrradfahren sind, dann könnt ihr natürlich auf Dreirad, Rutscheauto, Laufrad oder Roller zurückgreifen. Ab geht die wilde Fahrt! 😊

## Vorschläge Aktivitäten drinnen:

- **Höhle bauen:** Wer hat es früher nicht gerne gemacht? Eine Höhle bauen und in eine geheime Welt abtauchen. Baut mit den Kleinen zusammen euren eigenen kleinen Rückzugsort. Vielleicht habt ihr noch ein unbenutztes Kinderzelt oder einen Tunnel. Alles ist willkommen. Schnappt euch Decken, Kissen, Stühle, Laken und auch Lichterketten und legt los. Hier ein paar Vorschläge: <https://deavita.com/selber-basteln/hoehle-bauen-kinder-erwachsene-decken.html>
- **Kinderzimmer umgestalten:** Zeit zum Aufräumen oder sogar umgestalten findet man nur selten. Genau aus diesem Grund solltet ihr jetzt aktiv werden. Setzt euch zusammen mit euren Kindern hin und überlegt, wie man die Kinderzimmer umgestalten könnte. Manchmal hilft schon eine Grundordnung oder das Umstellen von Möbeln. Wenn ihr aber Lust hättet etwas Schickes für die Zimmer der Kleinen selbst zu gestalten, dann schaut doch mal hier rein: Für diese Bilder könnt ihr auch super eure DIY- Fingerfarbe verwenden: <https://www.dorf mama.de/namensbilder-mit-keilrahmen-und-fingerfarbe/>  
Eine schöne Idee für Mamas oder Papas, die gerne nähen (Stoffresteverwertung). <https://www.youtube.com/watch?v=KHBHBiQK-2I>
- **Leseabend:** Veranstaltet doch mal einen gemütlichen Leseabend. Je nach Alter eurer Kinder könnt ihr vorlesen oder die Kinder sogar mithelfen. Passend zur aktuellen Situation wurde ein Bilderbuch zum Thema Corona entworfen. Dadurch soll es Kindern einfacher erklärt werden, was gerade auf der Welt passiert. Einen Link dazu haben wir hier für euch: [Bilderbuch Corona-Krise verstehen.pdf](#)
- **Wellnessprogramm:** Tut euch doch einmal etwas Gutes. Ihr könnt euch ein schönes Bad einlassen, die Fingernägel lackieren oder entspannende Gesichtsmasken machen während ihr einen heißen Kakao oder Tee trinkt. Für Familien, die keine Badewannen haben gibt es ebenfalls die Möglichkeit ein bisschen den Wasserspaß auszuleben. Lasst einfach Wasser in die Duschwanne laufen...auch wenn es nur ein „kleines Bad“ ist, euren Kindern wird es gefallen. Ein großartiges Rezept für kinderfreundliche Gesichtsmasken haben wir hier für euch: <https://www.kindersache.de/bereiche/spiel-spass/selbermachen/rezpte/gesichtsmasken-selbst-gemacht>

- **Ausmisten:** Heute wird ausgemistet! Aussortieren kann sehr befreiend sein und glücklich machen. Schaut doch mal zusammen eure Schränke und Schubladen durch. Ihr findet bestimmt Dinge, die ihr lange nicht mehr benutzt habt. Legt diese in eine Kiste und überlegt euch gemeinsam, was ihr mit den Sachen anstellen wollt. Ihr könnt sie zum Beispiel recyceln oder verkaufen. Verschenken ist ebenfalls eine gute Option. Ihr bringt damit frischen Wind in euer Zuhause und schafft Platz für neues.
- **Puzzeln:** Konzentrationsübung und Ruhephase. Ein schönes Puzzle kann sowohl die Kinder als auch Mama und Papa entspannen. Ihr habt bestimmt ein paar Puzzle zuhause. Versucht vielleicht auch mal ein schweres Puzzle mit euren Kindern gemeinsam zu puzzeln. Kleine Erfolgserlebnisse machen immer glücklich.
- **Teestunde:** Veranstaltet doch mal eine fiktive Teestunde oder ein Kaffeekränzchen. Deckt euch schön den Tisch mit Kindergeschirr oder Spielgeschirr und lasst euch von euren Kindern die leckersten Köstlichkeiten und Getränke servieren. Lasst eure Kinder alle ihre Lieblingskuscheltiere dazu einladen. Das wird ein Riesenspaß! Anregungen dafür findet ihr unter:  
<https://www.lunamag.de/2019/10/02/kaffeekraenzchen-mit-den-liebsten-puppen-alles-was-es-fuer-die-kuchenparty-braucht/>
- **Washtag Spielsachen:** Die Aktion heute ist bestimmt dringend mal nötig: Washtag für die Spielsachen! Lasst dabei doch mal eure Kleinen mithelfen. Nehmt eine große Wanne oder einen Eimer, füllt ihn mit Wasser und Seife und schon kann es losgehen. Mit dieser Methode könnt ihr am besten Spielsachen aus Plastik säubern. Alles aus Stoff, wie Kuscheltiere und Decken, kann ab in die Waschmaschine und danach zusammen draußen aufgehängt werden. (Schützt die Kuscheltiere beim Waschen, indem ihr sie in einen Kopfkissenbezug packt. Dann kommen sie auch heil wieder aus der Maschine 😊).

## Vorschläge zum Spielen:

- **Lieblingsspiel spielen:** Um die gewonnene gemeinsame Zeit zu nutzen, wäre es heute eine schöne Abwechslung mal wieder euer Lieblingsspiel zu spielen. Bei der Wahl des Spiels sind euch keine Grenzen gesetzt. Sei es ein Brettspiel, ein Kartenspiel, Fangen oder auch ein Spiel auf einer Konsole – Hauptsache ihr amüsiert euch gut.

- **DIY-Seifenblasen:** Der Traum aller Kinder sind Seifenblasen. Leider gehen die gekauften Packungen immer so schnell leer oder man verschüttet einiges der Flüssigkeit während dem ganzen Spaß. Das ist aber kein Problem, weil ihr die Seifenblasen-Mischung super einfach selbst herstellen könnt.

Rezept:

250 ml lauwarmes Wasser.

4 EL Spülmittel.

2 – 4 Tropfen pflanzliches Speiseöl.

Wenn ihr die Seifenblasen schon selbst machen wollt wieso versucht ihr es dann nicht mit Riesenseifenblasen? 😊

Wenn ihr Interesse daran habt dann und euch das folgende Video an.

[https://www.youtube.com/watch?v=mFKD4vyG\\_jc](https://www.youtube.com/watch?v=mFKD4vyG_jc)

- **Ich sehe was, was du nicht siehst:**

Regeln: Alle Mitspieler sitzen zusammen. Einer von euch beginnt und sagt: „Ich sehe was, was du nicht siehst und das ist grün.“ Die anderen raten nun, was um sie herum grün ist z.B. der Stift, das Kissen, die Mineralwasserflasche, die Blätter der Pflanze, ... Wer das richtige Ding erraten hat, ist als nächster an der Reihe. Dieses Spiel macht nicht nur Spaß, sondern ihr könnt auch spielerisch Farben und Wörter mit euren Kindern lernen.

- **Farben - Suche:** Eine kleine Spielidee zur Schulung der Farbwahrnehmung! Ihr braucht dafür: viele Materialien in allen Farben, Handtücher, Papiere, Tischdecken oder Servietten in allen Farben, eine große weiße Decke

Die große weiße Decke legt ihr in die Raummitte oder auf die Wiese draußen. Auf dieser Decke verteilt ihr alle farbigen Materialien. Um die Decke verteilt legt ihr die farbigen Handtücher, Papiere, Tischdecken oder Servietten. Dann kann das Spiel auch schon losgehen. Ihr gebt eure Kleinen eine Farbe vor und die Farbsuche beginnt. Als Beispiel: Wenn die Farbe Blau genannt wird müssen die Kinder alle Gegenstände mit der Farbe Blau von der weißen Decke auf die passende farbige Unterlage bringen. Am Ende des Spiels sollen alle Gegenstände auf ihrer zugehörigen Unterlage liegen.

## Vorschläge für Bewegung:

- **Barfußpfad:** Heute ist wieder Zeit für ein bisschen Bewegung. Diesmal verknüpfen wir sie mit den Sinnen durch einen Barfußpfad. Das macht nicht nur Spaß, sondern kann das Wissen eurer Kinder erweitern. Je nachdem, welche Möglichkeiten ihr habt, gibt es zwei verschiedene Vorschläge für euch:
  1. Barfußpfad zuhause: <https://www.kindersache.de/bereiche/spiel-spass/selbermachen/basteln/ferientipp-barfusspfad-zu-hause>
  2. Barfußpfad draußen: <https://www.abc-kinder.de/spiele-fur-drinnen-und-oder-draussen-ganz-einfach-selbst-gemacht-teil-2-auge-zu-spielideen-fur-den-tastsinn/>
- **Sportliche Aktivität:** Leider haben wir im Moment alle zu wenig Bewegung und Sport. Sport kann gemeinsam mit der Familie aber sehr viel Spaß machen. Räumt einen Platz in der Wohnung/Haus frei oder geht ab nach draußen... und los geht's 😊 Wichtig ist nur, dass ihr Spaß habt und die Kinder körperlich gefördert werden. Falls ihr nicht genau wisst, wie ihr eure Sportstunde gestaltet könnt...schaut doch mal hier rein: <https://www.eltern.de/familie-urlaub/familienleben/sportuebungen-fuer-kinder>
- **Yoga mit Kindern:** Jeden Tag zuhause sitzen und keine Abwechslung...Das kann schon Mal anstrengend sein. Jedes Spiel wurde schon gespielt und langsam werden die kleinen ungeduldig. Irgendwann gehen die Spielfantasien aus und auch Kinder brauchen mal Entspannung. Testet heute zusammen Kinder Yoga. Auf YouTube gibt es schöne Erklärungen und Mitmach-Videos. Eines davon haben wir hier für euch: <https://www.youtube.com/watch?v=D7HzVY3ZkEI>
- **Sportprogramm:** Die allerbeste Möglichkeit sich auszupeinern oder einfach mal Frust abzulassen ist Bewegung. Bringt heute etwas Abwechslung und Spirit in euren Alltag und nutzt das Kinderzimmer oder das Wohnzimmer als Sportstudio. Unter folgendem Link findet ihr ein tolles Sportprogramm für Kitakinder. Natürlich sollten die Erwachsenen auch mitmachen! [https://www.youtube.com/results?search\\_query=turnen+f%C3%BCr+Kita+Kinder+al+ba+berlin](https://www.youtube.com/results?search_query=turnen+f%C3%BCr+Kita+Kinder+al+ba+berlin)
- **Hexe, Hexe, was kochst du?** Heute ist mal wieder Zeit für Bewegung – egal ob indoor oder outdoor. Ein phantasieanregendes Fangspiel für Groß und Klein ist das Spiel „Hexe, Hexe, was kochst du heute?“ So wird's gemacht: Die Mitspieler stellen sich an einer Wand im Raum oder im Freien auf einer Wiese nebeneinander auf – bis auf ein Kind, (die „Hexe“), welches an der gegenüberliegenden Seite steht. Die Kinder fragen: „Hexe, Hexe, was kochst du heute?“ Die Hexe antwortet mit irgendeinem echten Gericht wie Nudeln, oder auch einem Phantasiegericht wie „Spinnenbeine“, o.ä. Die Kinder dürfen daraufhin einen

Schritt nach vorne gehen und fragen erneut. Das geht so lange so weiter, bis die Hexe „Kinder“ antwortet. Daraufhin laufen alle Kinder weg und die Hexe versucht sie zu fangen. Wer gefangen ist, setzt sich auf die Bank oder Matte. Sind alle Kinder gefangen, kann das Spiel mit einer neuen Hexe von vorn beginnen.

Tipp: Je kreativer und abwegiger die Speisen sind, desto mehr Spaß haben die Kinder ☑ Hier noch ein Best off der beliebtesten Speisen: Krötenschleim, Schlangenblut, Schweinefüße...

- **Luftballon-Volleyball:** Es ist wieder Zeit für ein bisschen Bewegung. Die heutige Aktivität könnt ihr sowohl drinnen oder draußen unternehmen. Alles was ihr für Luftballon Volleyball braucht ist einen Luftballon und ein „Netz“. Das Netz könnt ihr euch provisorisch bauen, indem ihr eine Schnur spannt oder draußen einfach die Wäscheleine benutzt. Wenn alles bereit ist, müsst ihr nur noch den Luftballon aufblasen und schon kann es losgehen! Ziel ist es, den Ballon von einer auf die andere Seite zu schlagen. Dabei sollte er über das Netz fliegen. Lasst die Spiele beginnen!
- **Hüpfspiel:** Heute ist hüpfen angesagt! Das Hüpfspiel ist ganz einfach und kann auch überall in der Wohnung, im Garten oder auf dem Balkon gespielt werden. Man braucht nur genügend Möbelstücke oder Gegenstände, auf die man drauf springen kann. Spielregeln: Es werden Kissen, Decken, Stoffe, Kartons, Fußmatten auf dem Boden verteilt und Stühle, Sessel, Sofa, Sitzsäcke in der Nähe aufgestellt. Sobald das Spiel losgeht, darf man sich nur noch bewegen, indem man von einem Gegenstand/Möbelstück zum anderen hüpfet. Der Boden ist tabu und darf nicht berührt werden. Bei diesem Spiel können auch Mama und Papa großen Spaß haben. 😊
- **Bewegungslieder:** Heute wollen wir eure Kleinen wieder ein wenig fördern. Die Kita konnten sie schon lange nicht mehr besuchen aber lernen können sie auch gut zuhause. Mit den folgenden Bewegungsliedern trainiert ihr spielerisch die Bewegungskoordination eurer Kinder und fördert gleichzeitig ihre Sprachentwicklung. Mitmachvideos auf YouTube:  
<https://www.youtube.com/watch?v=k1QbiCtvxbQ>  
<https://www.youtube.com/watch?v=DBOxXxdg5yQ>