

**Liebe Eltern,**

**Woche 3 der häuslichen Betreuung liegt nun hinter uns. Gern, möchten wir Sie weiterhin mit Beschäftigungsideen für die Kleinen, in diesen schwierigen Zeiten unterstützen. Vorab wieder ein theoretischer Input. Diesmal zum Thema „Spiel im Alltag“. Danach folgen Spiel- und Beschäftigungsideen, in verschiedenen Bereichen, zum einfachen Umsetzen für zu Hause. Wir wünschen weiterhin eine schöne und intensive Zeit miteinander.**

**Ihr Team der Kita „Munketal“**

## **„Spielwiese Alltag“: Wie Sie das Spielen in den Alltag integrieren können**

*BZgA, 2017*

Für Erwachsene gehören „Spielen“ und „Alltagspflichten“ zu zwei verschiedenen Welten – für Kinder nicht!

Die Wäsche muss gewaschen werden, der Anruf bei der Krankenkasse ist längst überfällig, und die Geschäftspost muss noch weggebracht werden – aber Ihr Kleines fordert lautstark: „Spielst du mit mir???“ Eltern fühlen sich oft zerrissen zwischen ihren Alltagspflichten und -aufgaben und dem Wunsch, mit ihren Kindern zu spielen. Doch Kinder kennen nicht diese Trennung zwischen „Pflichten“ und „Vergnügen“, die typisch ist für die Welt der Erwachsenen. Für sie kann alles spannend und Teil eines Spiels sein – ob Puzzle legen oder Tisch decken, in der Pfütze toben oder Schuhe putzen.

### **Mitmachen ist gefragt!**

Kinder lieben es, das zu tun, was die Erwachsenen tun – die beste Voraussetzung für eine „gute Zusammenarbeit“:

- Lassen Sie Ihr Kind doch einfach mitmachen, wenn Sie einen Kuchen backen.
- Lassen Sie es beim Tischdecken und -dekoriere helfen.
- Bitten Sie um seine Unterstützung beim Fahrradreparieren

Wenn Sie Ihr Kind in die täglichen Abläufe einbinden, werden Sie merken: Ihr Kind hat viel Freude daran und auch für Sie selbst ist diese „Zusammenarbeit“ eine Bereicherung – auch wenn manches dadurch auch schon einmal etwas länger dauern kann. Toll, wenn man zuschauen kann, wie der gemeinsam gebackene Kuchen langsam aufgeht! Ganz zu schweigen von dem Stolz, wenn das Fahrrad nach der gemeinsam vollbrachten Reparatur tatsächlich wieder tadellos fährt.

Je nach Interessen und Alter ist für Kinder natürlich nicht alles geeignet und interessant, was Erwachsene machen – aber vielleicht mehr, als Sie denken!

Übrigens: Auch für elterliche „Spielmuffel“, die mit Bausteinen, Spielzeugautos und Babypuppen eher wenig anfangen können, ist das eine schöne Möglichkeit, intensiv Zeit mit ihren Kindern zu verbringen!

### **Alltagspflichten spielerisch gestalten**

Nicht nur Eltern, sondern auch Kinder haben – je nach Alter – schon ihre „Alltagspflichten“: anziehen, essen, Zähne putzen, Hände waschen, Spielsachen vom Boden wegräumen ... Oft liegen genau da typische

„Konfliktpunkte“ im Familienalltag – die Kleinen haben einfach keine Lust auf das Pflichtprogramm. Warum also nicht die Pflicht zum Spiel machen und die Kleider um die Wette anziehen? Oder mit der Hautcreme erst mal ein Muster auf den Bauch malen? Beim Abendessen „Restaurant“ spielen?

Das geht nicht immer und das muss auch nicht immer sein. Kinder sollen durchaus auch lernen, dass manche Dinge einfach „sein müssen“. Auch haben Eltern nicht immer die Zeit und die Lust, alles zum Spiel zu machen. Dennoch gilt: Wenn es Eltern gelingt, die Welt des Kindes spielerisch in die Alltagspflichten einzubinden, wird vieles leichter und weniger nervenaufreibend – für beide Seiten.

### Selbstständigkeit im Alltag will geübt sein

Mit zunehmendem Alter wollen Kinder in Alltagsdingen immer mehr selbst machen. Auf diese Weise erforschen und begreifen sie die Dinge und lernen damit umzugehen und sie zu nutzen. Dies gelingt ihnen aber nur, wenn man ihnen die Möglichkeit lässt, selbst Probleme zu überwinden und einen Weg zu finden.

Manchmal geraten sie dabei in eine scheinbar ausweglose Situation und entwickeln darüber eine hilflose Wut. Oft genügt dann eine kleine Hilfestellung eines Erwachsenen – ein Hindernis aus dem Weg räumen, den Deckel ein kleines Stück aufdrehen, die Tür aufhalten – und schon kann es weitergehen. Mehr ist nicht gefordert und auch nicht gewünscht!

Natürlich gibt es auch Situationen, in denen Sie bestimmte Dinge – auch gegen Proteste – zügig selbst erledigen müssen. Versuchen Sie aber, so oft wie möglich, die nötige Zeit einzuplanen, damit Ihr Kind seine

Selbstständigkeit im Alltag üben und auch anwenden kann.

Vorsicht: Manchmal müssen Eltern auch aus Sicherheitsgründen immer dabei sein und vormachen, wie es geht: zum Beispiel, wie mit einem Messer geschnitten wird, ohne sich die Finger zu verletzen.

### (K)eine Frage der Zeit ...

Kinder an den Dingen teilhaben zu lassen, die man gerade macht, sie möglichst viel selbstständig machen zu lassen und ungeliebte Pflichten spielerisch in den Alltag zu integrieren – das alles ist nicht immer einfach. Sie brauchen vor allem viel Geduld, und Ihr Kind braucht Zeit, sich auf seine Art den Erfordernissen zu stellen.

Planen Sie die „Geschwindigkeit“ Ihres Kindes deshalb am besten von vornherein mit ein. Das zahlt sich aus – durch weniger Konflikte und mehr Harmonie und Entspannung auf beiden Seiten. Sich die Zeit zu nehmen, um Alltag und Spiel zusammenzubringen, hilft zugleich, den Alltag zu „entschleunigen“ und Stress abzubauen – denn Stress entsteht oft gerade durch dieses Hin- und Hergerissensein zwischen Kind und Alltagspflichten.

*"Man könnte sagen, dass das Kind in all seinen Übungen spielt. Durch diese Spiele erlangt es die Fähigkeiten und Kräfte, die es zu seiner Bildung und Entwicklung benötigt!"*

M. Montessori In: Unsere Kinder 4/2019

## Sprachanregungen

### Wattepusten- Mundmotorikübung

- Flächen (Sterne, Kreise, Quadrate) aus Fotokarton, ca. 15 cm groß, in den Farben des Farbwürfels
- einen Farbwürfel
- Wattebäusche,
- Trinkhalme,
- einen Bogen hellblaues Tonpapier als "himmlischen" Untergrund.

Jeweils ein Kind würfelt mit dem Farbwürfel und versucht, den Wattebausch zu dem entsprechenden Stern zu pusten. "Weiß" gilt als Joker. Alternativ könnt ihr die Sterne mit den Zahlen von 1-5 versehen und mit einem Zahlenwürfel spielen. Hier gilt 6 als Joker. Mit diesem Spiel werden die bewusste Atemführung geübt, die Wangen- und Lippenmuskulatur gestärkt und die Farbkenntnis verbessert.



©sprachbildung-foerderung.de

### Hörspiele und Geschichten

<https://www.ardaudiothek.de/nie-mehr-langeweile-fuer-vorschulkinder/55429322>

### Live- Vorlesung für Kinder

11:00 : 4-7jährigen

15:00: 7-10jährigen

[www.wuselstunde.de](http://www.wuselstunde.de)

### Übung für die Zunge



## DER KLEINE ZUNGENHASE

*Übungsschwerpunkte: Beweglichkeit der Zunge, Mundschluss* *ab 3 Jahre*

|  |  |
|--|--|
| Unser kleiner Zungenhase sagt „hallo“ zuerst zur Nase,         | Zungenspitze zur Nase strecken                     |
| sagt „hallo“ danach zum Kinn, ja, das macht nun wirklich Sinn. | Zungenspitze weit aus dem Mund herausstrecken      |
| Dann weckt er die Lippen auf,                                  | mit der Zungenspitze Ober- und Unterlippe antippen |
| läuft im Kreis im Dauerlauf,                                   | Zunge kreist über die Lippen                       |
| blickt hinein in alle Ecken,                                   | Zungenspitze in die Wangen drücken                 |
| will sich hier   | Zunge in den oberen Teil des Mundvorhofes          |
| und dort verstecken.   | in den unteren Teil des Mundvorhofes drücken       |
| Ist zum Schluss er richtig schlapp,                            | Zunge weit aus dem Mund hängen lassen              |
| schließt er schnell das Mundhaus ab.                           | Lippen aufeinanderpressen, Mund „abschließen“      |

©sprachbildung-foerderung.de

### Fingerspiel



## PUSTEBLUME



überliefert, Verfasser unbekannt

### *Pustebume auf der Wiesel!*

rechte Hand zu einer lockeren Faust ballen

### *Puste, puste kleine Liese,*

mit deutlich gespitzten Lippen auf diese "Pustebume" pusten

### *dass die weißen Samen fliegen,*

Faust langsam öffnen und mit den Fingern wackeln, weiter pusten

### *sich im blauen Himmel wiegen!*

zappelnde Finger nach oben bewegen; ihnen nachschauen und weiter pusten



©sprachbildung-foerderung.de

## Experimente

---

### Einen Backpulver-Vulkan bauen

die Anleitung dazu und viele weitere Ideen hat "[Geolino](#)"



### Experimente nach Stichwort

im "[Haus der kleinen Forscher](#)"

### Elektrik, Licht, Ton, Natur & Tiere, Bewegung, Luft, Wasser entdecken

bei "[Schule und Familie](#)"

### Natur und Umweltbildung

[Umwelt-Bildungs-Zentrum Steiermark](#)

## Gemeinsam viel Spaß

---

### Karaoke

Dazu braucht man keine Karaokeanlage!



Auf [YouTube](#) gibt es wohl jeden Song dieser Welt als Karaokeversion. Wer es sogar über den Fernseher laufen lassen kann, wird sich fast wie in der Karaokebar fühlen. Statt Mikro tun es ein Stift oder eine Banane.

Eiskönigin Elsas "Lass jetzt los" ist ein Klassiker für fast alle Kinder. Beim gemeinsamen Singen mit den Eltern, lernen die Kinder Mama und Papa von einer ganz neuen Seite kennen.

### Spiel: Dingsda

Kennen Sie noch Rateshow mit Fritz Egner?

Daraus lässt sich ein Familienspiel machen:

Die Kinder umschreiben einen Begriff, die Eltern drehen ein Video davon und schicken es z.B. den Großeltern. Wer errät's?



## Apps

---

Toll für Kinder, von [Klick-Tipps](#) empfohlen und als sicher eingestuft sind folgende Apps:

**Die Maus:** Kinder ab vier Jahren können hier "Die Sendung mit der Maus" schauen und viel interaktiv entdecken

**Tiny Orchestra:** gibt einen ersten Eindruck in die Welt der Instrumente. Für Kinder ab vier Jahren.

**fragFinn:** Schön gemachte Suchmaschine für Kinder ab sechs. Es werden nur kindgerechte Suchergebnisse ausgespuckt

**Kleine Forscher:** Die App der Stiftung "Haus der kleinen Forscher" weckt das Interesse an Naturwissenschaft, Mathematik und Technik. Toll für Kinder ab sechs Jahren

Empfehlung der Initiative "Schauhin!" zur Mediennutzung von TV und Tablet:

**U3:** so wenig wie möglich. Kleinkinder entdecken die Welt am besten mit ihren Sinnen, nicht über den Bildschirm

**3 - 5 Jahre:** bis 30 Minuten am Stück als Faustregel

**6 - 9 Jahre:** bis zu 60 Minuten am Stück

## Bewegungsideen

---

### Kinderyoga

<https://www.youtube.com/watch?v=bUOoAtKSP1c>

### Entspannungsspiel: „Pizza backen“

[http://www.kindergaerten-in-aktion.de/praxis-alltag-in-kindertageseinrichtungen/bewegung/spielideen/entspannung-1/Entspannung\\_Pizza\\_backen.pdf](http://www.kindergaerten-in-aktion.de/praxis-alltag-in-kindertageseinrichtungen/bewegung/spielideen/entspannung-1/Entspannung_Pizza_backen.pdf)

## Mitmachaktionen im Internet

---

Bei der »**Aktion Seelensteine**« handelt es sich um eine Maßnahme der individuellen verhaltensbezogenen Primärprävention, der seelischen Gesundheitsförderung und Prävention in Lebenswelten. Die Einzelaktion befähigt jeden sich, gesundheitsförderlich zu verhalten und motivieren sowohl zur körperlichen als auch geistigen Bewegung. Dabei werden alle in ihrem unmittelbaren Lebensumfeld angesprochen und erreicht. Außerdem wird dieses Lebensumfeld selbst zum Gegenstand gesundheitsförderlicher Veränderung. Die » Aktion Seelensteine« dient zudem der lebensweltbezogenen Gesundheitsförderung und Prävention, denn es werden verhältnis- und verhaltenspräventive Elemente miteinander verknüpft.

<https://www.aktion-seelensteine.de/>



©aktion-seelenstein.de

## #RegenbogengegenCorona



Ein Regenbogen in vielen Farben an der Haustür, im Fenster, am Balkongeländer oder mit Straßenkreide auf dem Gehweg: Eine Mitmach-Aktion in den sozialen Medien soll in der Corona-Krise für mehr Zusammenhalt sorgen.

Die Aktion, die sich durch die sozialen Medien verbreitet hat, hilft dabei, dass selbst die Aller kleinsten sehen und verstehen, dass auch andere Kinder daheim bleiben müssen. Beim Malen können sich die Kinder nicht nur die Langweile vertreiben, sondern sich später bei einem Spaziergang mit der Familie in den Straßen auf eine Regenbogen-Suche begeben und sie zählen.

Auch die **Stadt Jena** hat auf ihrer Internetseite **„Tipps gegen Langeweile“- für Kinder, Eltern und alle anderen“** veröffentlicht.

<https://gesundheit.jena.de/de/coronavirus>

Liebe Eltern in Thüringen,

die Corona-Pandemie fordert die Menschen überall auf der Welt heraus. Soziale Distanz - ist das Gebot der Stunde. Soziale Kontakte verändern sich, wir ziehen uns so gut es geht in die eigene Wohnung zurück und ändern unsere Gewohnheiten. Doch was bedeutet das genau für Sie als Eltern und für Ihre Kinder? Wie meistern Sie Ihren Alltag? Wir möchten Sie einladen, an dieser Befragung teilzunehmen. Sie dauert etwa 10 Minuten. Die Befragung ist freiwillig. Es hat keine Nachteile, nicht teilzunehmen.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

Prof. Dr. Barbara Lochner (FH Erfurt)in Kooperation mit dem Deutschen Kinderschutzbund Landesverband Thüringen  
<https://thueringerfamiliensurvey.limequery.com/562764?lang=de>

## CORONA HYGIENELIED

(Melodie: If you're happy and you know it clap your hands)

Wenn wir Hallo sagen winken wir uns zu.  
Wenn wir Hallo sagen winken wir uns zu.  
Kein Hände schütteln das ist wichtig,  
Ja so machen wir es richtig.  
Wenn wir Hallo sagen winken wir uns zu.



Wenn ich Husten muss dann hust' ich in den Arm.  
Wenn ich Husten muss dann hust' ich in den Arm.  
Ja wir nehmen alle Rücksicht,  
Drehen uns weg wir machen's richtig.  
Wenn ich Husten muss dann hust' ich in den Arm.



Nach dem Husten weiß ich gleich was ich dann tu  
Hände waschen mit der Seife dubidu.  
Ja das darf ruhig richtig schäumen,  
Runterwaschen nicht versäumen.  
Hände waschen mit der Seife dubidu.

Wenn ich Niesen muss dann nies' ich in den Arm.  
Wenn ich Niesen muss dann nies' ich in den Arm.  
Ja wir nehmen alle Rücksicht,  
Drehen uns weg wir machen's richtig.  
Wenn ich Niesen muss dann nies' ich in den Arm.



Nach dem Niesen weiß ich gleich was ich dann tu,  
Hände waschen mit der Seife dubidu.  
Ja das darf ruhig richtig schäumen,  
Runterwaschen nicht versäumen.  
Hände waschen mit der Seife dubidu

