

Liebe Familien, liebe Kinder,

derzeit könnt ihr nicht in die Schule oder in den Kindergarten gehen. Ihr verbringt viel Zeit gemeinsam in der Familie. Manchmal kann es auch langweilig sein...

Damit ihr euch die Zeit ein bisschen vertreiben könnt, haben wir hier ein paar Ideen für euch, um euch zu beschäftigen.

Bevor du die Aufgaben machst, bitte Frage deine Eltern um Erlaubnis und um Hilfe, falls du sie benötigst.

Außerdem ist es sehr wichtig, dass du die Hygienevorschriften einhältst. Diese sind vor allem Abstand zu halten und immer deine Hände gründlich zu waschen.

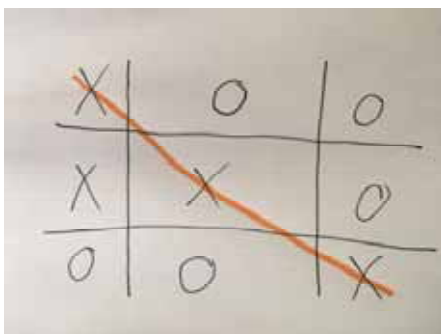
1. Kennst du schon Stadt Land Fluss?

Male eine Tabelle mit mehreren Spalten aus wie z.B. die hier:

	STADT	LAND	FLUSS	NAME	TIER
<b>A</b>	Athen	Australien	Amazonas	Anna	Amsel
<b>G</b>	Göttingen	Griechenland	...		
...					

Du kannst dir einen Buchstaben aussuchen und dann loslegen. Wer als erstes fertig ist, muss STOPP sagen und die Runde ist vorbei. Pro Runde wird nur ein Buchstabe verwendet. Danach werden die Punkte zusammengerechnet. Für alles was man erraten hat bekommt man 10 Punkte, außer der andere Partner hat ein leeres Feld, dann bekommt man 20 Punkte. Wenn bei jedem das gleiche steht, bekommt man nur 5 Punkte. Am Ende hat der gewonnen, der die meisten Punkte ergattert hat.

Kennst du Tic Tac Toe?



Das kann man zu zweit gut spielen. Einer malt Kreise, der andere Kreuze. Du musst versuchen, eine Reihe aus drei deiner Symbole zu bekommen, egal ob waagrecht, senkrecht oder diagonal.

Hast du schon einmal versucht,  
aus Toilettenpapierrollen etwas zu basteln?  
Hier eine Idee:



Fällt dir selbst noch etwas ein?

Hast du heute schon deine  
Großeltern oder Tante und  
Onkel oder einen Freund, eine  
Freundin angerufen?

Oder auch mal einen Brief  
geschrieben? Ein Bild gemalt?

Die würden sich sicherlich  
freuen, wenn sie mal wieder  
etwas von dir hören würden.

### Färbe Eier bunt

Hierfür gibt es mehrere Ideen:

Du kannst die Eier mit einem Filzstift  
bemalen, sie mit Nagellack verschönern  
oder mit einer gekauften Farbe (die es  
bei den meisten Supermärkten gerade  
gibt) bemalen.

Versuche es mit Zwiebelschalen oder  
auch Rote Bete Saft.

Lass dir von einem Erwachsenen helfen.



[www.pixabay.com](http://www.pixabay.com)

## Würfel dich fit



Mache 5 Hampelmänner



Laufe durch jeden Raum bei dir Zuhause und berühre jede Zimmertür



Laufe im Hopslerlauf von deinem Zimmer ins Bad und in die Küche



Hüpfe auf einem Bein vom Wohnzimmer in die Küche



Krabbel von deinem Zimmer in das Wohnzimmer und wieder zurück



Lauf im Seitgalopp einmal durch jeden Raum bei dir Zuhause

## Baue eine große Höhle

Du kannst dir mit Hilfe von Decken und Kissen zum Beispiel bei euerm Sofa oder unter einem Tisch. Bitte sei sehr vorsichtig und frage deine Eltern um Erlaubnis.

### Teste, ob du genug deine Hände wäscht

Lasse dir von deinen Eltern ein kleines Bild von einem Virus auf die Hände malen, der mit gründlichem Hände waschen wieder abgeht. Schau am Abend, ob er noch da ist, dann weißt du ob du gründlich und oft genug die Hände gewaschen hast.



[www.pixabay.com](http://www.pixabay.com)

### Auch wenn es blöd klingt: Aufräumen macht jetzt richtig Spaß!

Du kannst altes Spielzeug aussortieren, oder auch Anzihsachen, die dir nicht mehr passen.

Es ist unordentlich in deinem Zimmer? Mach mit deinen Geschwistern einen Wettbewerb aus dem aufräumen: Wer zuerst fertig ist, darf sich das Mittagessen für den nächsten Tag wünschen.

Helft euren Eltern ein bisschen im Haushalt: denkt den Tisch, räumt ihn ab, räumt eure Spielsachen im Wohnzimmer auf, ...

### Die Sendung mit der Maus kommt derzeit jeden Tag im Fernsehen

Schaut sie gemeinsam,  
und entdeckt interessante  
Dinge zusammen.

**Für Kinder die lesen können:  
lest euren Geschwistern oder euren Eltern etwas vor.**  
Und für die, die nicht lesen können:  
fragt Mama oder Papa, ob sie euch etwas vorlesen können.

### **Geht spazieren, es ist Frühling! Entdeckt die Natur!**

Vielleicht schaut ihr mal, ob ihr euch eine Naturapp auf ein Handy runterladet, die euch die Bäume und Pflanzen erklärt, wenn ihr sie nicht kennt. Kennt ihr eure Heimat? Wer sieht zuerst einen Vogel, eine Blume oder auch ein Eichhörnchen? Wenn ihr zu Hause seid, könnt ihr malen, was ihr gesehen habt.

Aber: bitte alles nur anschauen, nichts abreißen!

Und: Haltet bitte den Abstand von mindestens 2 m zu anderen Spaziergängern ein.

Beim Spaziergehen: Wettläufe machen  
(Bis zum nächsten Baum und zurück, zur nächsten Laterne, ...)

„Ich sehe was, was du nicht siehst“

Kocht gemeinsam  
Mittagessen oder  
backt einen  
Kuchen.

Vielleicht möchtet ihr  
eure Eltern auch ein bisschen unterhalten  
und ihr übt eine Zirkusvorstellung oder  
eine Zaubershow ein

**Für Schulkinder:** macht Kopfrechnen,  
oder fragt eure Eltern, ob sie euch Aufgaben aufschreiben können.

**Spielt zusammen Gesellschaftsspiele, die ihr zu Hause habt.**  
Mensch ärgere dich nicht, Karten, Würfeln, Puzzle, was ihr findet...  
Ihr könnt es nicht? Jetzt ist die beste Zeit, es zu lernen

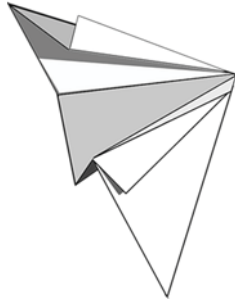
Macht Bilder aus euren Hand- und Fußabdrücken, das geht gut mit Wasserfarben aus dem Tuschkasten:



Das sind nur Beispiele und kann von kleinen wie großen Kindern gemacht werden...  
So habt ihr tolle Geschenke für Ostern... ☺

**Malt eure Bilder und schickt sie uns per E-Mail  
unter [familienzentrum-suedharz@awo-thueringen.de](mailto:familienzentrum-suedharz@awo-thueringen.de).  
Wir möchten diese gern auf unserer Homepage veröffentlichen.  
Jedes eingesendete Bild bekommt eine Überraschung im Familiencafé.**

Bastelt Papierflieger und lasst sie fliegen.



Dekoriert zusammen die Wohnung für Ostern.

Malt ein Bild eurer Familie.

Schreibe eine eigene Geschichte oder ein Gedicht, in dem alle deine Familienmitglieder vorkommen.

Gestaltet eine Collage oder Plakat aus alten Prospekten oder Zeitungen zu bestimmten Themen, die ihr euch selbst ausdenkt oder fragt eure Eltern.

Tanzt gemeinsam durch die Wohnung zu eurer Lieblingsmusik.

Singt euch etwas vor oder singt auch gemeinsam.

Überlegt mal: Was möchtet ihr gern machen, wenn alles wieder „normal“ ist? Möchtet ihr ins Kino, in die Bibliothek, ins Schwimmbad? Ihr könnt ja gemeinsam als Familie eine Liste machen.

---

*Habt ihr schon mal mit Salzteig gebastelt?  
Das geht ganz einfach:*

---

Zutaten für Salzteig:

- 2 Tassen Weizenmehl (Typ 405)
- 1 Tasse Salz
- 1 TL Pflanzenöl
- 1 Tasse Wasser

Zubereitung des Salzteigs

1. Mehl und Salz vermengen.
2. Wasser hinzufügen und alles zu einem glatten Teig verkneten. Dazu kannst du natürlich deine Küchenmaschine verwenden. Aber vielleicht wollen auch die Kinder bereits bei der Herstellung gern selbst mitmachen.
3. Pflanzenöl hinzufügen und nochmal ausgiebig kneten, um die Geschmeidigkeit des Teiges zu erhöhen.

---

Nun könnt ihr den Teig ausrollen und z.B. mit Förmchen ausstechen, oder aber auch Teigstränge verflechten und einen Kranz machen, oder einfach Dinge formen.

---

Grundsätzlich kannst du fertige Salzteig-Figuren auch an der Luft trocknen lassen. Je nach Dicke der Bastelobjekte dauert das allerdings bis zu mehreren Tagen. Schneller geht es mit dem Backofen:

1. Fertige Salzteig-Objekte auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.
2. Den Backofen zunächst auf 50 Grad einstellen und pro 0,5 Zentimeter Dicke deine Kunstwerke eine Stunde lang backen. Dabei ggf. anfänglich die Backofentür einen Spalt breit öffnen oder ab und zu weit öffnen, damit die Feuchtigkeit besser entweichen kann.
3. Anschließend die Temperatur auf 120 bis 150 Grad erhöhen und den Salzteig noch einmal etwa eine Stunde fertig backen, bei sehr großen Teilen auch länger.

**Hinweis:** Je höher die Temperatur beim Backen ist, umso höher ist das Risiko, dass sich Blasen oder Risse auf der Oberfläche des Teiges bilden. Deshalb solltest du unbedingt mit niedrigen Temperaturen starten. Zusätzlich kannst du die Oberfläche dünn mit Pflanzenöl einpinseln.

---

*VIEL SPAß DABEI, SEID KREATIV!*

---



**NICHT VERGESSEN:**

- gründlich Hände waschen
- in die Armbeuge niesen
- nicht ins Gesicht fassen (auch niemandem anderen)
- kein Händeschütteln, keine Umarmungen
- draußen so wenig wie möglich anfassen