

### „Gemeinsam Familienspaß erleben“

Die Coronakrise stellt die Gesellschaft weiterhin vor Herausforderungen und niemand weiß genau wie lange einzelne Einschränkungen noch andauern werden. Die Eltern- und Familienbildung der Stadt Rastatt hat aus diesem Grund einen angepassten Ideenkatalog für Familien zusammengestellt, um die gemeinsame Zeit - je nach Familienformen und Möglichkeiten vor Ort- abwechslungsreicher gestalten zu können. Manche Aspekte klingen möglicherweise banal und sind doch in Vergessenheit geraten. Generell ist die Übersicht oft sehr allgemein gehalten. Der Erweiterung und Fantasie bei der Ausgestaltung dieser Vorschläge sind aber keine Grenzen gesetzt. Natürlich gilt es individuelle Altersklassen und Entwicklungsschritte der Kinder zu berücksichtigen.

### Bewegung- und Naturaufenthalte

- zu zweit oder als Familie spazieren gehen (z.B. Rastatter Stadtteilspaziergänge: <https://www.rastatt.de/index.php?id=7305> )-> bitte mögliche Ausgangsbeschränkungen der Regierung berücksichtigen
- Roller fahren
- Inline Skates fahren
- Fahrrad fahren
- Straßenmalkreide auf eigenem Gelände nutzen (z.B. Hüpfspiele)
- Gummitwist: <https://www.kita-turnen.de/gummitwist-fuer-kinder-hau-ruck/> [08.04.2020]
- Federball spielen
- Minigolf spielen
- Seil hüpfen
- Tanzen
- Twister spielen
- Hula Hoop Reifen nutzen
- Kresse anpflanzen: <https://www.wdrmaus.de/filme/sachgeschichten/kresse.php5> [08.04.2020]
- zuhause ein gemeinsames Beet anlegen
- Seifenblasen selber machen: <https://www.kika.de/die-beste-klasse-deutschlands/selbermachen/seifenblasen-selber-machen-102.html> [08.04.2020]
- Barfußpfad draußen oder drinnen (Materialien in Kisten legen) selbst gestalten und beim Spaziergang Materialien dafür suchen und sammeln (Anleitung unter: <https://www.kindersache.de/bereiche/spiel-spass/selbermachen/basteln/ferientipp-barfusspfad-zu-hause> [03.04.2020]
- mit Lupen Tiere in der Natur untersuchen und analysieren
- Wandern gehen -> bitte die Ausgangsbeschränkungen und -hinweise beachten

- Schnitzeljagd mit der Familie durchführen
- Familiengymnastik (z.B. Yoga, Aerobic usw.): z.B.: Kindersportschule KISS-  
<https://www.youtube.com/watch?v=l4UkM22-Rfs> [08.04.2020]

### **Sprach- und Kreativitätsangebote**

- Vorlesen-> hierbei gibt es auch viele Onlineangebote bei der Stadtbibliothek:  
<https://www.rastatt.de/index.php?id=7289> [08.02.2021]
- Sprachspiele beim Spaziergehen durchführen
- eigenes Kinderbuch entwickeln (z.B. Erwachsenen schreiben die Erzählungen der Kinder auf und Kinder unterstreichen die Geschichte mit eigenen Bildern)
- eigene Hörspiele erstellen (Anleitung oder Anreize unter:  
<http://www.auditorix.de/kinder/selber-machen/wir-machen-ein-hoerspiel/> [03.04.2020]
- Daumenkino basteln:  
[https://www.wdrmaus.de/elefantenseite/eltern/vorschulkinder\\_und\\_medien/Daumenkino.php5](https://www.wdrmaus.de/elefantenseite/eltern/vorschulkinder_und_medien/Daumenkino.php5) [08.04.2020]
- Basteln mit verschiedenen Materialien, z.B. Klopapierrollen, Naturmaterialien
- Gipsfiguren mit der Familie gestalten (Anleitung unter:  
<https://www.kika.de/erwachsene/begleitmaterial/sendungen/ene-mene-bu/gipsgestalten108.html> [08.04.2020]
- Kneten (Anleitung um Knete selbst herzustellen unter:  
<https://www.wdrmaus.de/filme/sachgeschichten/knete.php5> [08.04.2020]
- Window Color malen
- Malen nach Zahlen- Bilder
- Bilder mit verschiedenen Farben malen (Holz-, Filz-, Wachsmalstifte, Wasserfarben, Kreide, Acrylfarbe)
- Familienfotoalben gemeinsam anlegen oder erweitern
- Briefe oder Postkarten selbst gestalten und an Freunde oder Verwandte schicken

### **Musik**

- Kindercd's anhören
- gemeinsam Musizieren
- Tanzspiele
- Entspannungsübungen mit Musik durchführen

### **Haushalt**

- gemeinsam Kochen oder Backen und dabei neue Rezepte ausprobieren
- Kinder altersentsprechend bei Haushaltsaufgaben einbinden (z.B. Tisch decken, putzen, aufräumen usw.)
- gemeinsame Sachen ausmisten , um diese bei zukünftigen Kinder- und Gebraucht-  
kleidermärkten verkaufen zu können (oftmals organisieren die Kitas ja eigene Floh-  
märkte)

## Medien

- Bilderbücher anschauen
- Handyapp, um z.B. mit Legofiguren eigenen Film zu kreieren (Link: <https://medienkindergarten.wien/visuelle-medien/stop-motion-der-legotrick-film/>) [08.02.2021]
- Kindersendungen-> kritische Bewertung und Einschätzung von Filmmos beachten -> <https://www.flimmo.de/> [03.04.2020], im Anschluss an Kindersendung mit Kindern darüber reden, so dass ersichtlich wird, ob sie dem Inhalt folgen konnten oder nicht
- stets Kindersicherung bei Handy- oder Internetnutzung beachten (<https://www.feuervogel-rastatt.de/clevere-sp%C3%BCrnsen-videos/>) [03.04.2020] oder: <https://www.schau-hin.info/tipps-regeln/sicheres-internet-fuer-kinder> [08.02.2021]

## weitere Ideen

- Puzzeln
- Gesellschaftsspiele, z.B. Stadt-Land-Fluss spielen: <https://www.kindersache.de/bereiche/spiel-spass/spieletipps/stadt-land-fluss> [08.02.2021]
- Familienrätsel lösen
- verschiedene Experimente durchführen (Anleitung und Ideen unter: <https://www.geo.de/geolino/basteln/15225-thema-experimente>) [03.04.2020]

Bitte vergessen Sie aber nicht, dass Kinder nicht immer mit Angeboten beschäftigt sein müssen. Aus Langeweile können Kinder manchmal selbst individuelle und tolle Ideen entwickeln, so dass auch wir Erwachsene noch etwas von ihnen lernen können. Viel Spaß beim Ausprobieren und bleiben Sie gesund.

– Ihre Eltern- und Familienbildung-