

Corona-frei: Tipps gegen die Langeweile für Ihre Kinder

Keine Schule, keine Betreuung, aber keine Ferien – fünf Wochen lang. Was tun mit der freien Zeit?

Wer fürchtet ihn nicht jetzt schon, den Ausspruch: "Mama! Mir ist langweilig!", dicht gefolgt von der Frage "Und was machen wir jetzt, Papa?".

Der Rückzug ins Private, bekommt auf einmal eine ganz neue Dimension. Doch wer Kinder hat, der weiß: Die Freude über die viele Freizeit kann schnell zum Bumerang werden.

Die Schulschließungen sind nicht mit den üblichen Ferien zu verwechseln, auch wenn dies einige Kinder und Jugendliche glauben. So ist gerade jetzt ein strukturierter Tagesablauf notwendig

- ✓ Einhalten des Schlafrhythmus
- ✓ feste Essenszeiten
- ✓ Zeiten zum Lernen, Spielen und zur Mediennutzung

Das sorgt für Halt. Natürlich hilft es, die Kinder in die Planungen mit einzubeziehen. Das steigert die Akzeptanz der Maßnahmen.

Vor allem viele berufstätige Eltern, die an eng getaktete Tagesabläufe mit Fremdbetreuung in Krippe, Kindergarten und Schule gewöhnt sind, stellen die Schulschließungen wegen des Coronavirus vor ganz neue Herausforderungen: Was stellen wir denn gemeinsam mit dieser Zeit an?

Wir haben ein paar Ideen für Sie zusammengestellt.

Dinge, die toll sind, wenn es regnet, stürmt und windet



Mal ehrlich: Wie viele Brettspiele stapeln sich noch vollkommen verpackt in Ihrem Schrank? Raus damit. Und lernen Sie auch für sich selbst: Lassen Sie sich Zeit, um in Ruhe die Anleitung zu lesen. Dann wären da noch Karten- und Würfelspiele für einen wunderbaren Zeitvertreib. Oder natürlich die guten alten Puzzles.

Außerdem an dieser Stelle noch ein ganz konkreter Tipp: Kaufen Sie sich das Spiel Klask als vorgezogenes Ostergeschenk. Das können Kinder ab 7 Jahren spielen, und es ist für Frau und Mann und jung und alt einfach ganz großer Spaß. Versprochen!

Lesen, lesen, lesen. Okay, davon träumen vor allem die Eltern. Aber manchmal dürfen wir die Kinder zu ihrem Glück zwingen. Richten Sie Lese-Ruhe-Zeiten ein. Was auch schön ist: Lesen Sie sich gemeinsam etwas vor. Zum Beispiel aus der Zeitung.



Zwei Ks bekommen einen neuen Stellenwert - und zwar Mama- und Papa-übergreifend: Küche und Kinder! Gemeinsam kochen und backen, wer größere Kinder hat, kann sie auch alleine backen lassen. Kleine Kinder kann man prima mit rohen Linsen oder Nudeln beschäftigen: Die klappern in Gefäßen, lassen sich sortieren und umschütten. Aufräumen muss dann der, der beim letzten Spiel verloren hat.



Kinder lieben Rollenspiele - spielen Sie einfach mal mit. Sie sind die Schüler, die Kinder die Lehrer. Sie sind die Kinder, die Kinder die Eltern. Das birgt Raum für ganz viele Entdeckungen...



Basteln: Endlich mal die Oster-Deko nicht auf den letzten Drücker machen. Sie verschönern und alle möglichen Hasen, Küken und Blumen zu basteln. Dank Internet gibt's unendlich viele Ideen kostenfrei und frei Haus.



Singen, tanzen, musizieren Sie: Ob mit Rolf Zuckowski, Deine Freunde, den Charthits oder Abba - seien Sie einfach mal die locker-lustigen Eltern, von denen Ihre Kinder schon lange träumen. Und machen Sie aus Wohnzimmer, Küche oder Flur einen Dancefloor.



Oder liegt irgendwo noch ein ungenutztes Musikinstrument auf dem Schrank, dem Dachboden oder im Keller? Raus damit und Musik gemacht. Im Internet gibt es unzählige Noten zum Download für wirklich jeden Musikgeschmack.



Schreiben Sie mit ihrem Kind ein Tagebuch! Zeiten wie diese kommen (hoffentlich) so schnell nicht wieder und sind wohl sogar einmalig in unserem Leben. Wie schön, wenn man diese Erinnerung später noch nachlesen kann.

Und endlich, endlich, endlich haben Sie Zeit, um gemeinsam Fotobücher zu gestalten. Ob digital oder analog mit Klebestift - lassen Sie die letzten Jahre noch mal aufleben.



Natürlich geht auch mal der Bildschirm-Joker, ob via Fernsehen, Computer oder Handy. Man kann das Ganze ja auch hübsch ritualisieren. Mit einem Wohnzimmer-Kino-Event und selbst gemachten Gemüse-Chips, Schokokuchen am Stiel oder sonstigen Köstlichkeiten, deren Zubereitung ein sinnvoller Zeitvertreib sind.



Dinge, die toll sind, wenn die Sonne vom Himmel lacht

Das Stimmungsbarometer verrät es Ihnen. Steigt der Motz- und Streitpegel, ist indoor die Luft raus und Sie alle müssen dringend nach draußen. Denn die gute Nachricht ist: Der Frühling steht vor der Tür.

Was Ihnen als Familie jetzt fehlt, ist: frische Luft und Bewegung. Das hilft nicht nur Körper und Immunsystem, sondern auch der Laune auf die Sprünge. Vor allem die Bewegungsfreiheit ist innen doch sehr eingeschränkt - und das werden Sie mit ihren unterbeschäftigten, fitten Kindern und deren steigender Aggressivitäts- und Überdrehtheitskurve sehr schnell zu spüren bekommen.



Alles, was rollt, auf die Straße! Fahrrad, Roller, Skateboard, Rollschuhe ... Gehen und stellen sie z. B. ein paar Hindernisse auf und veranstalten einen Geschicklichkeitsparkour.



Organisieren Sie eine Schnitzeljagd. Gehen Sie in den Wald und bauen dort eine Hütte oder sammeln Holz für ein kleines privates Osterfeuer. Versammeln Sie bei schönem Wetter ein paar (wenige) Freunde und lassen Sie die Kinder Verstecken spielen. Lassen Sie die Kinder im Garten eine Matschküche anlegen.

Bauen Sie für Balkon oder Garten ein Hochbeet oder Kräuterbeet. Machen Sie für größere Kinder eine GPS-Schatzsuche. Oder: gehen Sie einfach in den wunderschönen Taunus wandern.



Ausgedehnte Spaziergänge in Wald und Flur machen jetzt viel Spaß. Vielleicht Pflanzen, Vögel, Käfer bestimmen ? Ein paar Pflanzen sammeln und ein Herbarium anlegen



Und: Wer eine Kinder-Klein-Gruppe betreut: Der gute alte Gummitwist hat längst ein Revival verdient!

Straßenkreide steht jetzt hoch im Kurs. Lassen Sie Ihrer Fantasie freien Lauf. Ob Wörter, Bilder oder Markierungen für alle Art der sportlichen Aktivität, Ihrer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.



Haben Sie ein Haustier ? Bringen Sie ihm neue Tricks bei, das funktioniert drinnen wie draußen gleichermaßen. Funktioniert übrigens auch mit Hunden von Freunden oder Nachbarn ☺



Schnappen Sie sich Ihren Fotoapparat (oder das Handy) oder einen Zeichenblock und gehen Sie in die Natur. Motive gibt es jetzt jede Menge, sowohl für die Linse als auch als Malvorlage.



Dinge, die nicht so toll sind, aber endlich mal gemacht werden könnten

Zimmer aufräumen, umräumen, ausmisten und neu gestalten, vielleicht sogar mit Farbe? Los geht's! Dabei kann man auch wunderbar kreativ werden und aus Decken und Kissen tolle Höhlen bauen: zum Zurückziehen, Kuschneln, Musikhören, Lesen, Schlafen ...



Wie wäre es mal mit Rasenmähen ? Unkraut jäten ? Gartenmöbel herrichten ? Die Garage aufräumen ? Braucht das Gartenhäuschen einen neuen Anstrich ?

Steht nicht der Frühjahrsputz an? Außerdem könnten die Schuhe mal gereinigt und die Kleiderschränke aussortiert werden. Also lassen Sie auch die Kinder ran an die Lappen. So ein Tag kann nicht immer nur Spaß machen. Am besten wechseln sich Pflicht- und Spaßprogramm ab. Die lieben Kleinen sollen sich schließlich nicht ans Faulenzen gewöhnen...



Deshalb auch: Lernen. Wir haben Material für alle Klassen mitgegeben. Und Sie haben doch bestimmt auch noch verstaubte Lern- und Übungshefte für Ihre Kinder rumliegen, die förmlich danach schreien: Öffne mich!

Zum Schluss noch was total Verrücktes: Lassen Sie den Kindern ihre Langeweile. Das ist jetzt mal eine gute Gelegenheit, damit die Kleinen lernen, sich selbst zu beschäftigen. War früher schließlich auch nicht anders ;-)

