

Pfaffenhofen, den 25.03.2020

Liebe Familien des Landkreises Pfaffenhofen,

Schulen und Kitas sind geschlossen. Veranstaltungen werden abgesagt, Spielplätze sind geschlossen. Auch der Alltag im Landkreis Pfaffenhofen wird auf den Kopf gestellt.

Das Leben findet plötzlich fast nur noch in den eigenen vier Wänden statt. Wie kann diese nicht absehbare Zeit der Ausgangsbeschränkung überbrückt werden, ohne dass es zum Lagerkoller kommt?

Mit diesen Seiten startet das Sachgebiet Familie, Jugend, Bildung des Landratsamtes Pfaffenhofen ein Angebot für Eltern und Familien die allen in dieser Zeit mit vielen Tipps helfen sollen, den Alltag so bunt wie möglich zu überbrücken. Das werden Basteltipps sein, Empfehlungen für Spiele zum Austoben, gute Internetseiten, Tipps für ein „Sofakino“, Aktionen zum Selbermachen und vieles mehr. Alle Angebote wurden überprüft und verursachen keine oder nur geringfügige Kosten. Diese Angebote werden auf der Web-Seite der [Elternbildung](#) immer wieder ergänzt.

Wir laden alle Leser und Leserinnen ein, uns auch ihre Tipps und Anregungen zu schicken, damit wir sie hier veröffentlichen (Tipps und Anregungen bitte schicken an : info@jugendschutz-paf.de). So kann jeder von den anderen profitieren.

Wir hoffen, mit diesem Angebot Sie in diese besondere und außergewöhnliche Zeit ein wenig unterstützen zu können.

Ihnen allen eine gute Zeit!

Elke Dürr
Sachgebietsleiterin
Familie Jugend Bildung
Landratsamt Pfaffenhofen

Inhalt

1. Gymnastik bei youtube für alle Altersgruppen	Seite 3
2. Spiele zum Austoben	Seite 3
3. Entspannung	Seite 5
4. Grüße an Oma, Opa und die Freunde/Freundinnen	Seite 5
5. Basteltipps für kleinere Kinder	Seite 5
6. Papierflieger falten	Seite 6
7. Basteltipp für ältere Kinder	Seite 6
8. Hörspiele und Podcasts aus dem Internet	Seite 7
9. „Hurra, der Pumuckl ist da!“ – Fernsehfolgen zum Anschauen	Seite 8
10. die „Pfefferkörner“ – viele Folgen zum Ansehen	Seite 8
11. „Couchkino“ für die ganze Familie – 2 Angebote für Familien mit kleineren Kindern	Seite 8
12. Fernsehen einmal anders: Schattenfiguren an der Wand zum Mitraten	Seite 9
13. Mandalas für Kinder	Seite 9
14. Und zuletzt: Vorlesen	Seite 9

1. Gymnastik für alle Altersgruppen

Bewegung ist wichtig. Gerade in der Zeit, in der das Leben hauptsächlich zuhause stattfindet, bringt sie Abwechslung und hilft, das Immunsystem zu stärken.

Das Basketball-Team des ALBA Berlin bietet auf seiner Web-Seite und auf youtube „Albas tägliche Sportstunde“ zum Mitmachen an. Sie übermitteln Sport, Fitness und Wissenswertes für alle Kinder und Jugendliche. Die Angebote gibt es für das KiTa-, Grundschul- und Oberschul-Alter:

<https://www.albaberlin.de/>

<https://www.youtube.com/albaberlin>

2. Spiele zum Austoben

Damit sich die Familienmitglieder nicht vor lauter Energieüberschuss total auf die Nerven gehen, muss Abwechslung mit Bewegungsmöglichkeiten her! Dafür kommen Spiele gerade recht. Hier folgen ein paar Anregungen:

Golf in der Tischdecke

Benötigt:

Tischdecke, 1 leere Klopapierrolle, 1 Murmel

Ablauf:

Alle Mitspieler/Mitspielerinnen fassen die Ränder der Tischdecke und versuchen eine Murmel in die Toilettenpapierrolle zu rollen. Murmel und Rolle befinden sich auf der Decke.

Zeitungsballchen- Schlacht

Benötigt:

Zimmer mit viel Platz, Zeitungen, Wäscheleine, Eieruhr

Ablauf:

Zu Beginn werden aus alten Zeitungen viele kleine Ballchen geformt und gleichmäßig in zwei Waschkörbe gefüllt. Dann muss in einem geeigneten Zimmer

oder im Flur Platz geschaffen werden. Dort wird mit einer Wäscheleine eine Mittellinie markiert. Es werden zwei Mannschaften eingeteilt. Die Spieler/Spielerinnen stellen sich gegenüber auf. Auf der Eieruhr wird eine willkürliche Zeit eingestellt (nicht über 3 Minuten!). Jetzt beginnt das Spiel. Die Spieler/Spielerinnen werfen die Zeitungsbällchen in das gegnerische Spielfeld. Wenn die Zeit abgelaufen ist und das Signal der Eieruhr erklingt, stoppen alle sofort das Werfen. Gewonnen hat die Mannschaft, auf deren Feld die wenigsten Papierbällchen liegen.

Podrücken

Benötigt:

Kreppband zum Markieren eines Kreises

Ablauf:

Auf dem Fußboden wird mit dem Klebeband ein Kreis markiert, in dem bequem alle Mitspieler/Mitspielerinnen sitzen können. Diese setzen sich dann Rücken an Rücken. Nach dem Startsignal versuchen nun alle Spieler/Spielerinnen, die anderen mit dem Po aus dem Kreis zu drücken. (Stärkere Spieler/Spielerinnen haben auch keine bessere Chance, wenn sich die anderen gegen sie verbünden.)

Alle Spiele sind für alle Altersklassen geeignet. Ist der Altersunterschied zu groß, sollte auf die Kleineren mehr Rücksicht genommen werden.

Schlurfen mit Schuhen – ein Spiel für die ganz Kleinen

Benötigt:

Große Schuhe

Ablauf:

Die Kinder müssen versuchen, mit den Schuhen an den Füßen eine bestimmte Strecke zurückzulegen, ohne die Schuhe zu verlieren.

3. Ein Spiel zur Entspannung

Benötigt:

-

Ablauf:

Alle Mitspieler/Mitspielerinnen legen sich nebeneinander auf den Fußboden. Wer sich bewegt oder lacht, scheidet aus. Sieger ist, wer übrig bleibt.

4. Grüße an Opa, Oma und die Freunde/Freundinnen

Freunde und Freundinnen dürfen nicht mehr besucht werden und man kann nicht mehr zusammen spielen. Opa und Oma dürfen wir auch nicht mehr besuchen, weil es für sie gefährlich wegen der Ansteckungsgefahr ist. Wir merken, wie sehr sie uns abgehen. Natürlich können wir telefonieren.

Es gibt Möglichkeiten, ihnen zu zeigen, wie gerne wir sie haben. Wir können etwas basteln und es ihnen zuschicken. Hier folgen zwei Links. Sie führen zu Seiten, auf denen man Bastelbögen für Pop-Up-Karten mit einem Blumenstrauß- und einem Teddymotiv ausdrucken kann:

<https://creativepark.canon/de/contents/CNT-0.004317/index.html>

<https://creativepark.canon/de/contents/CNT-0003004/index.html>

Für die Ausdrücke eignet sich stärkeres Papier ab 100g/m². Die Anleitungen sind zwar in englischer Sprache, aber sehr reich bebildert. Geeignet sind die Bögen ab 8 Jahren. Beim Zusammenkleben müssen die Eltern evtl. ein bisschen helfen. Die Empfänger freuen sich bestimmt!

Einen lieben Abendgruß an Freunde/Freundinnen und Verwandte kann man auf der Seite

<https://deinabendgruss.de/>

mit dem bekannten Sandmännchen gestalten und über Mail verschicken.

5. Basteltipps für kleinere Kinder

Ausschneiden – Kleben – Anmalen – besonders kleineren Kindern (ab 4 Jahre mit Hilfe der Eltern) macht das viel Spaß.

Die folgenden Links führen auf Seiten, auf denen einfache Bastelbögen für unbemalte Tiere und Fahrzeuge ausgedruckt werden können:

Elefant

<https://creativepark.canon/de/contents/CNT-0021312/index.html>

Löwe

<https://creativepark.canon/de/contents/CNT-0021314/index.html>

Giraffe

<https://creativepark.canon/de/contents/CNT-0021314/index.html>

Auto

<https://creativepark.canon/de/contents/CNT-0021318/index.html>

Laster

<https://creativepark.canon/de/contents/CNT-0021320/index.html>

Flieger

<https://creativepark.canon/de/contents/CNT-0021322/index.html>

Der Frühling kommt. Die Tiere verlassen ihre Winterquartiere. Das ist ein guter Anlass, mit kleineren Kindern (Kindergartenalter) **Igel zu basteln**.

Der folgende Link führt auf eine Seite, auf der Möglichkeiten mit den verschiedensten Materialien vorgestellt werden:

<https://www.heimwerker.de/igel-basteln/>

6. Papierflieger falten

Wie wäre es, seinen eigenen Papierflieger zu basteln und ihn dann in der Wohnung fliegen zu lassen? Glider – Eisvogel – Longplay – Boarder – Düsenjet – es gibt viele Möglichkeiten. Dazu braucht man nur ein DIN-A4-Blatt. Anleitungen dafür gibt es unter folgendem Link:

<https://einfach-basteln.com/faltanleitungen/papierflieger/>

mit Videoanleitung hier:

<https://www.besserbasteln.de/Origami/papierflieger.html>

7. Ein Basteltipp für ältere Kinder

Ältere Kinder, die gerne basteln, können sich hier die Bastelbögen für ein Feuerwehrauto mit Gelenkmast ausdrucken:

<https://creativepark.canon/de/contents/CNT-0009987/index.html>

Dieses Modell ist etwas anspruchsvoller. Die 9-seitige Bastelanleitung ist in englischer Sprache. Jeder Schritt wird gut bebildert dargestellt (notfalls kann man mit google Translate gut übersetzen).

8. Hörspiele und Podcasts im Internet

Im Internet sind viele gute Hörspiele und Podcasts für Kinder aller Altersklassen zu finden. Hier sind ein paar Vorschläge.

Die leise Luise (ab 3 Jahre)

Luise weiß, wenn man leise ist, hört man mehr. Sie macht mit Simon ein Spiel: Geräusche raten. Es ist gar nicht so leicht, zu hören ohne zu sehen.

Es gibt fünf Folgen zu je ca. 4 Minuten:

<https://www.br.de/kinder/hoeren/betthupferl/betthupferl-luise-geraeuscheraten-100.html>

Hier gibt es auf der Podcast-Seite des Bayerischen Rundfunks viele Gute-Nacht-Geschichten zum Hören mit den verschiedensten Themen:

<https://www.br.de/kinder/hoeren/betthupferl/betthupferl-gutenachtgeschichten-bayern2-br-heimat-100.html>

Gespensterjäger in der Gruselburg (ab 8 Jahre)

Nach dem Roman von Cornelia Funke werden in diesem Hörspiel die Geisterjäger Hedwig Kümmelsaft, Tom Tomsy und das Hilfgespensst Hugo auf die Burg Dusterberg gerufen.

Teil 1 (ca. 39 Min.):

<https://www.ndr.de/nachrichten/info/Mikado-Gespensterjaeger-in-der-Gruselburg-1.audio654184.html>

Teil 2 (ca. 46 Min.):

<https://www.ndr.de/nachrichten/info/Mikado-Gespensterjaeger-in-der-Gruselburg-2.audio654188.html>

Wie war das damals... (ab 10 J.)

Nachkriegszeit, damals in der DDR, der erste Weltkrieg, Nationalsozialismus. Diese geschichtlichen Themen werden in den Podcasts des NDR in Beiträgen von ca. einer Stunde kindgerecht erklärt:

<https://www.ndr.de/nachrichten/info/sendungen/mikado/podcast4478.html>

9. „Hurra – der Pumuckl ist da!“ (ab 5 Jahren)

Der folgende Link verweist auf eine Seite des Bayerischen Rundfunks, auf der man 5 Fernsehfolgen der berühmten Pumuckl-Serie mit Gustl Bayrhammer als Meister Eder und der Stimme von Hans Clarin anschauen kann.

<https://www.br.de/br-fernsehen/sendungen/pumuckl/index.html>

Hier können auch 12 Hörspiele mit dem Pumuckl abgerufen werden. Sie dauern jeweils ca. 26 Minuten. Die Sprecher sind nicht Hans Clarin und Gustl Bayrhammer. Sie sind dennoch hörenswert.

10. Die Pfefferkörner (ab 10 J.)

„Die Pfefferkörner“ ist eine bekannte Kinderserie, in der eine Freundesgruppe mit detektivischem Spürsinn Kriminalfälle löst.

Hier gibt es ganz viele Folgen:

<https://www.ardmediathek.de/ard/search/Pfefferk%C3%B6rner>

11. „Couchkino“ mit der ganzen Familie

Wie wäre es, wenn es sich die ganze Familie abends zusammen auf der Couch zum „Couchkino“ gemütlich macht.

Hier sind dafür zwei Tipps für gut gemachte Märchen in Spielfilmlänge mit bekannten Schauspielern:

Schneeweißchen und Rosenrot

<https://www.ardmediathek.de/ard/player/Y3JpZDovL3JiYi1vbmxpbmUuZGUvbWFlcmNoZW5maWxtLzlwMTQtMTItMTRUMTE6MDA6MDBfNTNkZWl0ZTqtOThjNC00MWVjLTkyNGMtNmVjNjhmOTYyMDE3L3NjaG5lZXdlcXNzY2hbl91bmRfcm9zZW5yb3RfMQ/schneeweisschen-und-rosenrot>

Rübezahls Schatz

<https://www.zdf.de/kinder/maerchenperlen/ruebezahls-schatz-100.html>

Die Märchen sollten Kinder nicht allein anschauen. Es könnten Szenen darin vorkommen, die sie ohne Eltern verängstigen.

12. Fernsehen einmal anders: Schattenspiele an der Wand zum Mitraten

Rateshows sind nicht nur im Fernsehen spannend. Mit einer weißen Wand, einer Lampe und ein bisschen Fantasie kann man mit Schattenspielen ein lustiges Ratespiel veranstalten. Mit den Händen vor der Lampe werden Figuren geformt, die die anderen erraten müssen.

Hier ist ein Link, der zu ein paar Vorschlägen führt:

<https://www.hna.de/welt/schattenspiele-mit-haenden-selber-machen-9507373.html>

13. Mandalas zum Ausmalen

Es macht viel Spaß, Mandalas auszumalen. Hie sind ein paar Links zu Mandalavorlagen für Kinder zu bestimmten Themen:

Märchen

<https://www.mandala-bilder.de/mandala-maerchen.html>

Prinzessin

<https://www.mandala-bilder.de/mandala-prinzessin.html>

Zauberer und Hexen

<https://www.mandala-bilder.de/mandala-zauberer.html>

Tiere

<https://www.mandala-bilder.de/mandala-tiere.html>

Cowboys und Indianer

<https://www.mandala-bilder.de/mandala-wilderwesten.html>

14. Und zuletzt: Vorlesen

– eine nette Beschäftigung mit Kindern oder doch wichtig für die kindliche Entwicklung?

Mit Robinson Crusoe haben wir auf einer einsamen Insel überlebt; der kleine Sam Hawkins hat uns begleitet, als wir Kapitän Flint's Piratenbeute auf der Schatzinsel gesucht haben; mit Peter Pan sind wir durch Nimmerland geflogen und haben gegen Käpten Hook gekämpft; in Tierfabeln haben wir gelernt, was es bedeutet, „listig wie ein Fuchs“ und „mutig wie ein Löwe“ zu sein; die Hexen in den Märchenbüchern haben wir gefürchtet und gejubelt, wenn sie von den Helden besiegt wurden.

Das sind die Kindheitserfahrungen meiner Generation, die wir beim abendlichen Vorlesen und mit dem Lesen von Büchern gemacht haben.

Sicher kennen die heutigen Kinder andere Helden und Figuren. Sie lieben es aber auch heute noch, wenn ihnen vorgelesen wird.

Und mal ganz ehrlich: was kann man seinen Kindern Schöneres schenken, als ihnen vorzulesen. Diese gemeinsame Zeit, das gemeinsame Erleben ist mit nichts anderem vergleichbar.

Vorlesen weckt Leidenschaft für Bücher

Außerdem: je früher Kinder mit Büchern groß werden, umso leichter finden sie Zugang zum Lesen. Das hilft ihnen, aktiver am Leben teilzunehmen. Das wird recht schön verdeutlicht durch das Zitat von Lillimaus, eine der Heldinnen aus dem Buch „Der überaus starke Willibald“ von Willi Fährmann: „Lesen ist wie fliegen, fliegen aus der Tür hinaus hoch über die Bäume... immer weiter in fremde Länder und ferne Welten. Lesen, das ist wie sehen mit anderen Augen... da lernst du dich besser kennen. In der Bibliothek ist es wie in einer verwunschenen Schatzhöhle. Tausend verschlossene Schatzkisten und ich habe den Zauberschlüssel dazu.“

Die eigenen Vorleseerfahrungen sind es, die bei vielen die Leidenschaft für Bücher und das Lesen geweckt haben.

Fantasie- und Kreativitätsförderung

Das Vorlesen hat also eine ganz wichtige Funktion für unsere Kinder.

Es fördert die Kreativität und die Fantasie.

Die menschliche Seele braucht die Welt der Fantasie in den Geschichten. Beim Vorlesen erschafft sich das Kind seine eigenen Bilder, die auf seinen persönlichen Lebenserfahrungen basieren und seine eigenen Bedürfnisse widerspiegeln. Das Schöne an einer Geschichte ist, dass das Kind so viel Freiheit hat. Es kann sich jede Person so vorstellen, wie es möchte, dass sie ist. Selbst die Darstellungen in Bilderbüchern werden für das Kind lebendig und von ihm nach seinen Wünschen und Bedürfnissen ausgeschmückt. Je fantasievoller die Geschichte und je wunderbarer

die Darstellung, desto mehr werden die eigenen Vorstellungen gefordert und gefördert.

Das Kind identifiziert sich mit dem Personen im Buch. Es schlüpft so in andere Rollen, lernt andere Anschauungen, Lebensgewohnheiten, Landessitten und Schicksale kennen.

Den Alltag verstehen

Vorlesen hilft dem Kind dazu, den Alltag zu verstehen. Der Tag ist voll von vielen Erlebnissen. In den Bilderbüchern erkennt es erste und wichtige Dinge und kann darüber sprechen. Darum lieben Kinder Bilderbücher, die sich um den Alltag drehen. Bilderbücher sind ein ideales Mittel, mit Kindern ins Gespräch zu kommen. Sie zeigen also vertraute oder fremde Welten und jedes Kind kann sie so oft und so lange anschauen, wie es will.

Entwicklung von Sprache und Sprechen

Beim gemeinsamen Eintauchen in eine Geschichte bekommen die Kinder Impulse für die Entwicklung von Sprache und Sprechen. Sie erwerben Wortschatz und Sprachgefühl. Das gemeinsame Betrachten von Bilderbüchern fördert schon sehr früh die Sprachentwicklung des Kindes. Es lernt neue Wörter kennen, übt seine Sprache und trainiert, sich auszudrücken.

Sich ein Buch vorlesen zu lassen, erfordert, dass sich das Kind darauf einlässt. Es fordert dazu Ausdauer und Konzentration, um auch über längere Passagen dabei zu sein. Die Figuren, Orte und Handlungen müssen wahrgenommen und in einen Zusammenhang gebracht werden. Dazu braucht das Kind immer wieder seine Merkfähigkeit und Logik.

All diese Fähigkeiten sind später für das Lesen und die Rechtschreibung bedeutsam. Denn wer nicht richtig lesen und schreiben kann, hat schlechte Chancen in unserer Gesellschaft. Lesen ist der Schlüssel zum Lernen und damit auch Grundlage für Chancengleichheit und Erfolg in Schule und Beruf.

Natürlich ist Vorlesen kein Allheilmittel. Dennoch fördern Eltern, die ihren Kindern vorlesen, kognitive, emotionale und soziale Kompetenzen. Sie unterstützen also die Entwicklung ihrer Kinder zu vielseitig interessierten, aktiven und offenen Menschen.

Wer gut lesen kann, wird den Anforderungen der modernen Welt später einmal besser gewachsen sein.

Vorlesen schenkt Geborgenheit

Und ganz wichtig: Vorlesen schenkt Geborgenheit. Es schafft Nähe und Beziehung. Das Kind kann im Arm des Vorlesers beruhigt in die spannende Welt der Geschichten eintauchen, in fremde Welten abtauchen. Denn entscheidend beim gemeinsamen Betrachten von Bilderbüchern oder dem Vorlesen einer Geschichte ist das Kuschneln – die Nähe. Vorlesen ist Zuwendung. So lassen Sie ihr Kind spüren, dass sie sich gerade viel Zeit für es nehmen. Vorlesen legt somit einen wichtigen Grundstein für die Beziehung zwischen Kind und Eltern.

Tipps für eine gute Vorleseatmosphäre

Wie entsteht eine angenehme Vorleseatmosphäre?

- Zuerst suchen Sie ein kuscheliges Plätzchen. Denn das Kuschneln ist wichtig. Am besten bietet sich hier das Bett an. Die Kinder müssen die Möglichkeit haben, Bilder mitzugucken, auf Details zu zeigen und Fragen stellen zu können.
- Das Kind sollte in die Auswahl der Bücher mit einbezogen werden. Seine Vorlieben stehen im Vordergrund, auch wenn man als Eltern evtl. etwas anderes auswählen würde. So fühlt sich das Kind ernst genommen.
- Bei einem Mix aus Vorlesen, Erzählen und Gespräch können sich die Kinder aktiv beteiligen. Das Vorlesen wird so lebendiger.
- Wählen Sie für das Vorlesen einen günstigen Moment aus. Am besten ist es, wenn es zu regelmäßigen Zeiten (etwa vor dem Schlafengehen) stattfindet und möglichst nicht unterbrochen wird. Optimal ist, wenn daraus ein richtiges Ritual wird.
- Umso jünger die Kinder sind, desto schwerer fällt es ihnen, sich länger zu konzentrieren. Bringen Sie deshalb Geduld mit.
- Gehen Sie darauf ein, wenn die Kinder immer wieder die gleiche Geschichte hören wollen. Auch Zwischenfragen sollten kein Problem sein.
- Nehmen Sie sich nach dem Vorlesen noch Zeit, um mit Ihrem Kind über das Buch zu sprechen.

Eltern als Vorbilder

Zum Schluss soll noch betont werden, wie wichtig das Vorbild der Eltern ist. Wenn wir wollen, dass unsere Kinder lesen, so müssen wir das auch tun. Wenn wir unseren Kindern erzählen, wie wichtig das Lesen ist, haben wir wohl kaum eine Chance, das zu erreichen, wenn wir selbst nur vor dem Fernseher sitzen und nie ein Buch in die Hand nehmen. Nur wenn sie sehen, dass wir selbst gerne lesen, werden sich die Kinder auch dem Buch zuwenden.

Es ist auch aussichtslos, die anderen Medien gegen das Buch auszuspielen. Durch das Fernsehen, Filme, Computerspiele und Internet sind die Kinder großen Verlockungen ausgesetzt. Aber wir können daran arbeiten, das Buch zu einem selbstverständlichen und schönen Teil der Kindheit werden zu lassen.

Quellenangaben:

www.kinderbuch-couch.de

www.lesestart.de

www.stiftunglesen.de/eltern

Fortsetzung folgt