

Coronavirus: Tipps, wie Sie Ihre Kinder zu Hause beschäftigen können

Ruhe und Struktur helfen

Ruhig bleiben

Angst ist ansteckend. Wenn Sie selbst ruhig bleiben, gibt das Ihrem Kind Sicherheit. Erklären Sie in Ruhe, dass eine Zeit lang die Schule nicht zu besuchen dazu beiträgt, dass sich möglichst wenige Menschen anstecken.

Struktur: Klarer Tagesablauf

Strukturen und Tagesrhythmen sind für Kinder wichtig. Eltern können dazu beitragen, dass diese auch ohne Kita und Schule greifen. Eltern sollten beispielsweise eine Zeit vereinbaren, zu der Schulaufgaben gemeinsam erledigt werden, sofern Kinder diese bekommen haben. Doch auch zu klaren Schlafenszeiten und festgelegten Zeiten für das gemeinsame Essen, Spielen oder Basteln raten Experten – ebenso wie zu fest definierte Momenten, in denen auch mal der Fernseher eingeschaltet oder das Smartphone herausgeholt werden darf.



Wir unterstützen Sie/Euch!

Familienberatungstelefon für Kinder, Jugendliche und Eltern

Für Unterstützung bei Ideen oder um einfach mal miteinander zu reden, stehen wir gerne zur Verfügung:

Telefon +49 201 88-51033

Das Familienberatungstelefon ist eine Gemeinschaftsaktion aller Essener Erziehungs- und Beratungsstellen.

**Das Kinder- und Jugendnottelefon ist erreichbar unter
Telefon +49 201 265050**

www.essen.de/familie



www.essen.de/familie

Herausgeberin Stadt Essen, Jugendamt
Redaktion Stefanie Kutschker
Layout Presse- und Kommunikationsamt
Illustrationen Stadt Essen, FB 01-15;
Kinder-Basisvorlage avian/fotolia,
Basisvorlage Julen Eichinger/fotolia,
Basisvorlage sdecoret/fotolia,
Basisvorlage avian/fotolia
Piktogramme
Stand April 2020



Kinder fördern • Jugendliche beteiligen • Familien stärken



Jugendamt

Coronavirus:

Tipps, wie Sie Ihre Kinder zu Hause beschäftigen können

Natur: Frischluft & Forschergeist

Blätter sammeln im Wald – und zu Hause nachschlagen, was es ist. Das können Kinder und Eltern tun. Den ganzen Tag in den eigenen vier Wänden auszuharren, fällt den meisten Kindern schwer. Frische Luft und Bewegung sind daher weiterhin wichtig, solange der Gang vor die Haustür erlaubt ist. Der eigene Garten oder der Park bieten Beschäftigungsmöglichkeiten für Kinder – solange sie und ihre Eltern den Abstand zu Mitmenschen wegen der Corona-Ansteckungsgefahr wahren. Eltern können diese Momente sogar nutzen, um die Forscherin oder den Naturkundler in ihrem Nachwuchs zu wecken. Man kann zum Beispiel Steine oder Blätter sammeln und fotografieren und dann zu Hause in Büchern oder im Internet herausfinden, welche es sind.



Kontakte: Telefon, E-Mails & Briefe

In Zeiten des Coronavirus wird immer wieder betont, dass vor allem ältere Menschen besonders gefährdet sind – und daher besonders geschützt werden müssen. Für viele Kinder bedeutet dies, dass sie ihre Großeltern nicht besuchen können. Das heißt nicht, dass Enkel keinen Kontakt mehr zu Oma oder Opa haben dürfen. Vielmehr bietet die Situation Eltern eine Chance, ihre Kinder sinnvoll zu beschäftigen. Die neuen Medien bieten viele Möglichkeiten, sich beim Telefonieren auch zu sehen – sei es via WhatsApp, Face-time, Skype oder anderen Programmen. Eltern können ihren Kindern damit helfen, soziale Kontakte digital aufrechtzuerhalten. Darin liegt sogar eine Lernmöglichkeit. Eltern könnten ihren Kindern die Situation schildern, indem sie ihnen deutlich machen, dass Oma und Opa traurig sind, weil sie ihre Enkel nicht sehen können. Die Kinder könnten den Großeltern dann zum Beispiel eine Geschichte schreiben oder ein Bild malen.



Tipps, wie Sie ihre Kinder zu Hause beschäftigen können, finden Sie auch unter

www.essen.de/familie

Lernen: Lesen und lesen lassen

Kinder lieben es, wenn ihnen Erwachsene etwas vorlesen. Und die meisten hassen es, wenn ihnen das Lesen verordnet wird. Experten empfehlen daher, dass Kinder allein oder gemeinsam mit ihren Eltern Bücher auswählen. Und wenn Kinder nicht sofort motiviert sind, selbst in einem Buch zu lesen, können Erwachsene ihnen zunächst eine Passage vorlesen – und bestenfalls an einem spannenden Punkt abbrechen. Die Kinder lesen dann die nächste Passage vor. Danach beginnt das Ganze von vorne. Anschließend wird darüber gesprochen, was man gerade gelesen hat.



Schule zu Hause – wie lernen, wenn die Schule geschlossen ist? Diese Frage stellen viele Eltern und Lehrkräfte. Beispielsweise hat die ARD Angebote für alle Altersklassen. Und natürlich: Die Maus ist auch dabei.

Spielen:

Knobeln, Rätseln, Schauspielen

Bilderrätsel, Rechenrätsel, Kreuzworträtsel – all das macht nicht nur vielen Erwachsenen Spaß. Und Kinder trainieren nebenbei Logik, Kopfrechnen, Lesen und den Umgang mit Menschen, mit denen sie gemeinsam eine Aufgabe lösen. Entsprechende Rätsel finden sich in Büchern und Zeitschriften, aber auch in Gesellschaftsspielen für unterschiedliche Altersstufen. Für ältere Kinder sind unter anderem sogenannte Exit- oder Escape-Spiele eine Option. Bei ihnen müssen die Spieler gemeinsam Rätsel lösen, um zum Beispiel aus einem Verließ oder einer Villa zu entkommen oder eine gefährliche Bombe rechtzeitig zu entschärfen. Viele Ideen dürften auch die Kinder selbst aus der Schule kennen: Vom „Eckenraten“, über „Stadt, Land, Fluss“ bis zu „Ich sehe was, das du nicht siehst“. Nicht zuletzt können Kindern auch Rollenspiele Spaß bringen. Ein eigenes kleines Theaterstück oder eine Zirkusshow aufzuführen, fördert nebenbei soziale und sprachliche Fähigkeiten. Selbst erfundene Spiele können die Zeit daheim zu einem Abenteuer machen. Wie wäre es mit einer Verkleide-Ecke, in der Ihr Kind in bunte Stücke aus Ihrem Kleiderschrank, Schuhe oder ausgediente Hüte schlüpfen kann?



Auch eine Schatzsuche in der Wohnung bringt Spaß. Wenn Sie Kuscheltiere, Legosteine oder kleine Naschereien verstecken, können sich vor allem jüngere Kinder eine ganze Zeit lang in eine spannende Suche vertiefen.

Kreativität: Malen, Basteln & Konstruieren

Tuschen oder Zeichnen, Kneten oder Falten, Bauen oder Konstruieren – all dies fördert die kindliche Kreativität und bietet oft stundenlange Beschäftigung. Ob Malbuch, Bauklötze, Papierflieger oder Lego, die Möglichkeiten für Kinder sind hier unbegrenzt. Basteln ist ein toller Zeitvertreib und kommt im hektischen Alltag oft zu kurz. Leere Klopapierrollen werden mit bunten Papier-Ohren, Draht-Schnurrbarthaaren und Watte-Schwänzchen zu kleinen Osterhasen und aus einfachem Salzteig können Herzen oder Tiere als Tisch-Deko für den Ostersonntag entstehen. Wem das Spielzeug zuhause ausgeht, der kann auch auf Alltagsgegenstände zurückgreifen und aus ihnen Dinge erschaffen. Doch es spricht auch nichts dagegen, gemeinsam ein Gedicht oder ein Lied einzuüben – vielleicht ja sogar mit selbstgebastelten Instrumenten.



Einbinden: Frühjahrsputz & Kochkurs

Viele Kinder freuen sich, wenn sie das Gefühl haben, Dinge zu tun, die sonst eigentlich den Erwachsenen vorbehalten sind. Dies kann sogar für die tägliche Hausarbeit gelten – die nun einfach gemeinsam mit verteilten Aufgaben erledigt wird. So kann beispielsweise jemand die Spülmaschine ausräumen oder die Wäsche nach Farben sortieren. Und vor dem Kochen wird vielleicht gemeinsam ein Rezept ausgewählt, das Obst abgewaschen oder der Tisch gedeckt. Und auch im Garten oder auf dem Balkon gibt es manches zu tun, das auch Kindern Spaß macht.



Heimspielplatz: Decken, Kartons & Klebeband

Das Spielplatzverbot ist für Eltern eine besondere Herausforderung. Denn der Drang von Kindern, sich zu bewegen und auszuprobieren, muss nun in andere Bahnen gelenkt werden. In Haus oder Wohnung eignen sich dazu zahlreiche Alltagsgegenstände. Ein Krepp-Klebeband am Stuhl befestigt kann schon Kleinkinder faszinieren. Größere Kinder wissen oft sehr viel mit Kartons anzufangen, vor allem wenn sie diese mit Löchern und Farbe gestalten können. Und ein Evergreen ist und bleibt die Bettdecke, die aus zwei Stühlen oder einem Esszimmertisch eine Höhle macht – die dann natürlich auch passend eingerichtet werden muss. Allerdings müssen die „Bewegungsräume“ in der Wohnung festgelegt werden. Es ist schlecht, wenn Kinder gerade etwas Schönes aufgebaut haben, und es kurz darauf abgeräumt werden muss.



Auszeiten: Nichts tun gehört auch mal dazu

Bei der Beschäftigung von Kindern empfehlen Experten Eltern zudem, Auszeiten einzuplanen und Langeweile zuzulassen. Denn auch dies fördert Kreativität und Erfindergeist. Es muss allerdings Teil der gemeinsam festgelegten Tagesstruktur sein. Auszeiten, in denen Eltern arbeiten können oder auch einmal für sich selbst Lesen oder Musikhören, sollten daher eingeplant werden. Worauf Eltern dabei allerdings stets achten sollten, ist ihre eigene Vorbildfunktion.

