

Hier findest du täglich um 11:30 Uhr eine andere Sendung mit der Maus, die du dir dann noch sieben Tage lang anschauen kannst. Viel Spaß dabei!

Spiele für Drinnen

Basteln und Malen zum Beispiel stimulieren die Kreativität. Das Kind ist lange beschäftigt und freut sich über sein Meisterwerk. Ein Gang zum Bastelgeschäft ist dabei nicht unbedingt nötig. Nehmen Sie einfach alte Kataloge und Zeitschriften. Diese eignen sich hervorragend zum Blättern, Reißen oder Ausschneiden. Geben Sie dem Kind Vorgaben wie zum Beispiel: „Schneide alle Kleider und Röcke heraus und zeichne einen Körper dazu.“ oder „Klebe die Autos auf einer selbst bemalten Fahrstrecke auf.“

Auch das **Verkleiden** bringt den Kleinen einen riesigen Spaß. Wenn das Kind in eine andere Rolle schlüpft, baut es sich automatisch mit der eigenen Imagination Spielsituationen auf. Einmal Pilot zu sein oder Prinzessin, eine berühmte Sängerin oder Rennfahrer - eine ganz neue Spielwelt ist geschaffen und das ganz ohne digitale Hilfsmittel.

Spiele für drinnen für Kinder im Alter von 5 bis 10

Dosen-Klapper

- Spiel-Zubehör: eine leere, undurchsichtige Dose und beliebige unterschiedliche Gegenstände (z.B. Nagel, Knopf, Münze, Würfel, Feder, Murmel, Büroklammer, Korken etc.)
- Spieldauer: bis 10 Minuten

Legt in die Dose einen beliebigen, alltäglichen Gegenstand hinein. Nun wird reihum geklappert und geschätzt: Der Gewinner bekommt die Dose und wählt den nächsten Gegenstand.

Beruferraten

- Anzahl Spieler: 3 bis 15
- Spieldauer: bis 10 Minuten

Man wähle einen „Ratemeister“. Dieser überlegt sich einen Beruf, aber NICHT verraten! Der Rest der Spieler muss diesen Beruf durch Fragen erraten. Beantworten darf der „Ratemeister“ diese immer nur mit "Ja" oder "Nein". Erraten die Spieler den Beruf, haben sie gewonnen. Bekommen sie mehr als zehn „Nein“, gewinnt der „Ratemeister“.

Blicke ertragen ohne zu lachen

- Spieldauer: bis 10 Minuten

Einfacher geht es nicht: Zwei Spieler setzen sich gegenüber und schauen sich einfach in die Augen. Wer als erster lacht, hat verloren.

Bei Nuss ist Schluss

- Spiel-Zubehör: verschiedene Süßigkeiten und Nüsse, Stoff zum Augenverbinden
- Spieldauer: bis 30 Minuten

Kleine Süßigkeiten und Nüsse auf einem Tisch verstreuen. Einem Kind die Augen verbinden. Dieses darf dann etwas vom Tisch nehmen. Sobald es allerdings eine Nuss berührt, müssen die anderen „Stopp!“ schreien und der Nächste ist dran. Falls eine Süßigkeit gepickt wurde, darf es das Kind natürlich behalten.

Hmm, das schmeckt

- Spiel-Zubehör: verschiedene Getränke und Speisen, etwas zum Augenverbinden
- Spieldauer: bis 10 Minuten

Dem Kind werden die Augen zugebunden. Nun darf es verschiedene Getränke und Speisen kosten und muss erraten, was es ist. Die anderen können ihm durch „Hmmm!“ oder „Igitt!“ auf die Sprünge helfen. (Ähnlich wie „warm“ oder „kalt“ beim Spiel „Töpfeschlagen“)

Kröten-König

- Spieldauer: bis 30 Minuten

Zwei Kinder stellen sich in "Krötenhaltung" gegenüber auf und umfassen die Knöcheln des anderen. Nun muss man sich gegenseitig umzuschubsen - aber man darf die Hände nicht benutzen! **Wichtig:** Achten Sie bei allen Spielen darauf, dass die Kinder sicher sind. Gerade bei Jüngeren: Lassen Sie es nicht mit Sachen spielen, das es verschlucken kann! Nicht jede dieser Spielanleitungen ist für jedes Kind und Alter geeignet, entscheiden Sie nach Ihrer Erfahrung, was das Kind schon schafft.

Heimspielplatz: Decken, Kartons und Klebeband

Das Spielplatzverbot, das seit dieser Woche auch im Land Bremen gilt, 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.

Der Pädagoge Hans Brügelmann rät allerdings, dafür "Bewegungsräume" in der Wohnung festzulegen, wo gebaut, gebastelt oder gegessen wird. "Denn wenn die Kinder gerade etwas Schönes aufgebaut haben, dann wäre es schlecht, wenn es kurz darauf abgeräumt werden muss."

Einbinden: Frühjahrsputz und 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 muss 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 gibt es manches zu tun, das auch Kindern Spaß macht.

Spaß sollte es den Kindern allerdings machen. "Wer übernimmt was? Was kannst du gut? Was würdest du gerne übernehmen?", seien Fragen, die vorab geklärt sein sollten, sagt der Pädagoge Hans Brügelmann.

Limbo tanzen

Zwei Stühle im Abstand von einem Meter aufstellen, jeweils ein paar Bücher auflegen, einen Besenstiel quer drüber, fetzige Musik - dann kann es losgehen! Der Tänzer beugt den Oberkörper nach hinten, geht in die Knie und wandert unter dem Besenstiel durch. Nach jeder erfolgreichen Runde wird ein Buch weggenommen.

Mutig sein: Barfußfühlen

Füllen Sie mehrere Kisten mit Kies, Watte, Eiswürfel, Korken, Wolle und anderen Dingen. Lassen Sie Ihr Kind dann mit verbundenen Augen darüber laufen. Wie fühlt es sich an? Erkennt es die Gegenstände?

Eine Fühlbox selber basteln:

einen Schuhkarton / Karton mit Deckel, Schere, Stoffreste und zum Befüllen Kies, Küchenschwämme, Eiswürfel, Wolle, Folie, Watte, getrocknete Blätter, Schrauben, Kronkorken, eine Legoplatte oder raue Fußmatte, Schmirgelpapier, Walnüsse ...
Schneiden Sie in die Seitenflächen eines Kartons ein Loch, durch das eine Kinderfaust passt und kleben Sie von innen Stoff dagegen, damit man nicht hineinsehen kann. Den Karton können Sie zusammen mit Ihrem Kind bunt bemalen und bekleben. Dann füllen Sie den Karton mit ein bis zwei Gegenständen und tauschen diese nach dem Erraten aus. **Mut:** Es erfordert Mut, mit den Füßen oder Händen unbekanntes Material zu ertasten. Unterstützen Sie Ihr Kind, mutig zu sein!

Vertrauen: Blindspaziergang

Verbinden Sie Ihrem Kind die Augen, drehen es ein paarmal um sich selbst - und schon geht es los: Leiten Sie Ihr Kind mit Worten und gegebenenfalls auch praktischer Hilfestellung über Hindernisse wie Stufen etc. Sie können dazu einen Parcours bauen, aber auch örtliche Gegebenheiten nutzen, z. B. auf dem Spielplatz. Anschließend verbinden Sie sich die Augen und lassen sich von Ihrem Kind leiten.

Vertrauen: Ihr Kind muss und kann sich hier auf Sie verlassen. Und es erfährt, dass Sie ihm vertrauen.

Miteinander: Balancierparcours

Bauen Sie einen Hindernis-Parcours: Sie können z. B. ein Seil spannen, mit Büchern eine Treppe bilden, mit Flaschen einen Slalom abstecken. Start und Ziele festlegen, dann kann es losgehen! Zwei Kinder oder Sie und Ihr Kind klemmen sich einen Luftballon, eine Birne oder einen Apfel zwischen die Stirn und gemeinsam geht es durch den Parcours - und zwar ohne dass der Luftballon fällt!

Miteinander: Nur wer zusammenhält, schafft es ins Ziel, ohne den Luftballon zu verlieren. Gute Kommunikation und Zusammenhalt sind gefragt.

Weitere Ideen für kleine Spiele in der Wohnung:

- Gemeinsame Wettläufe treppauf und treppab
- Eine Schaukel oder Reckstange im Türrahmen montieren
- Mit Tüchern, Seilen und Wäscheklammern im Kinderzimmer Höhlen bauen und zu Rollen- und Fantasiespielen anregen
- Hüpfspiele auf bunten Teppichfliesen in der Wohnung
- Entspannung anbieten: Liege- oder Hängematten, Vorlesen, Hörspiele, Musik hören
- Rituale: feste Ruhezeiten, Vorlesen, Ihrem Kind zuhören

Bewegungsspiele für Drinnen

- Krabbeltunnel, Burgen und Höhlen bauen
- Hüpfmatratze auslegen oder ein Bett zum hüpfen freigeben. (Bei kleinen Kindern dabei bleiben wegen Sturzgefahr!)
- Musik auflegen und mal richtig tanzen! Gerne auch als Stopp-Tanz.
- Ab in die Badewanne und mit Schaum und Bechern spielen.
- Luftballon hochhalten und dabei Übungen machen. Zum Beispiel herumdrehen, hüpfen, ein Stück Rückwärts laufen, um die Wette Kniebeugen machen,...
- Spielzeug-Parcour. Nutzen wir doch mal das Chaos im Kinderzimmer! 1. Stufe: im Chaos einen Weg finden ohne irgendwo drauf zu treten. Stufe 2: über die Haufen drüber steigen ohne etwas um zu werfen oder drauf zu treten. Stufe 3: auf (stabiles) Spielzeug vorsichtig treten z.B. Duplosteine, Bauklötze, ... und von "Insel zu Insel" vorarbeiten.
- Der Boden ist Lava: von Stuhl zu Sofa und über den Tisch. Bloß nicht den Boden berühren!
- Der Boden ist Lava Version 2: Ein (Tisch-)Tuch oder Bettlaken auf den Boden ausbreiten. Die Spieler stellen sich drauf. Nun muss das Tuch umgedreht werden, ohne dass ein Spieler den Boden berührt! Kann auch auf Zeit oder in Teams gegeneinander gespielt werden.

- Ballontanzen oder -Wettlauf: einen Luftballon zwischen zwei Mitspieler klemmen und tanzen ohne dass er runter fällt, oder gemeinsam eine Strecke zurück legen.
- Schubkarrenlauf: ein Erwachsener nimmt das Kind an den Füßen/Beinen zum "Schubkarre fahren". Ein vorher aufgebauter Parkour erhöht das Spielvergnügen.
- Wett-Sammeln. Bälle (oder herumliegendes Spielzeug) um die Wette in zwei Körbe einsammeln
- Verkleiden: Verkleidungskiste herausholen oder einfach ein paar Klamotten aus dem elterlichen Schrank freigeben. Dazu ein paar Mützen, Hüte oder Tücher und schon kann das Abenteuer losgehen. Es können z.B. auch Zettelchen gezogen werden und das Publikum muss raten, was die Verkleidung darstellen soll.
- Bällebad: Luftballons in einen Bettbezug stecken und mit rein krabbeln oder drüber hinweg.
- Spion: Wollfäden durch den Flur kreuz und quer spannen. Wer schafft es als erster hindurch, ohne einen Faden zu berühren?
- Neues altes Spielzeug: Einfach mal das Sofa verschieben und die darunter verschwundenen Spielsachen neu entdecken. ;)

Kreative Spielideen für Drinnen

- Kleckern erlaubt: Ab in die leere Badewanne und mit Fingerfarben oder Wasserfarben auf Papier malen lassen. So bleibt der Rest der Bude sauber!
- Wasser marsch: kontrolliertes Chaos im Spülbecken. Einfach hier mit Wasser und Bechern spielen lassen.
- Umfüllen: Mehrere Schüsseln mit etwas trockenem wie z.B. Bohnen, Erbsen oder etwas Reis füllen. Mit Bechern und Trichtern kann nun hin und her gefüllt werden. (Je nach Alter Vorsicht wegen Verschluckungsgefahr!)
- Spielsand/Zaubersand bringt den Sandkasten ins Haus.
- Salzteig
- Eier ausblasen und anmalen, es ist ja bald Ostern!
- Sonntagsmaler: Abwechselnd etwas malen, die Mitspieler müssen raten!
- Rätsel(hefte)
- Kneten: endlich kann mal ausführlich geknetet werden. Plätzchenformen zum ausstechen bringen noch mehr Spaß!
- Vorlesen: es gibt so viele schöne Kinderbücher.
- Hörspiele hören
- Sortieren: die Vertiefungen eines Muffinsblech mit verschiedenen Kleinigkeiten füllen und sortieren oder zählen lassen. Größere können hier sogar Matheaufgaben lösen!
- Kino spielen: Plakate malen, Eintrittskarten basteln, Snacks verkaufen, gemeinsam einen altersgerechten Film schauen.

- Schattentheater: einen Bettbezug oder ein Tuch zwischen Stühlen aufspannen. Mit Kuscheltieren oder gebastelten Silhouetten aus Papier (an Strohhalme oder Spieße kleben!) Geschichten spielen und von hinten mit der Taschenlampe anleuchten

ALLES STEHT KOPF – LOCHKAMERA ZUM SELBERBAUEN

Die optische Kamera ist ein sehr wichtiges Instrument in der Raumfahrt. So wird sie zum Beispiel zur Beobachtung der Erde eingesetzt oder auch um die Tiefen des Alls zu erkunden. Die optischen Grundlagen einer Kamera wurden bereits von antiken Forschern (zum Beispiel Plato) erkannt. Mit dieser Anleitung kannst du deine eigene Lochkamera bauen. Erklärung Die Lochkamera erzeugt ein Bild, das auf dem Kopf steht und seitenverkehrt ist. Wie kommt das? Die Erklärung dafür liefert die Strahlenoptik. Die vom betrachteten Gegenstand wie zum Beispiel einer Lampe ausgehenden Lichtstrahlen fallen durch das kleine Loch im Kameraboden. Wie in der Zeichnung gezeigt, treffen dabei Strahlen vom oberen Bereich der Lampe auf den unteren Rand des Backpapiers und umgekehrt. Gleiches gilt für rechts und links. Beachte außerdem: Je kleiner das Loch im Kameraboden ist, umso schärfer wird das Bild. Jedoch erscheint es hierbei immer dunkler, da weniger Licht in die Kamera gelangt. Nach einem ähnlichen Prinzip funktioniert auch das menschliche Auge: Darin wird das Licht durch eine Linse gebündelt. Auf der Netzhaut entsteht wie bei der Lochkamera ein Bild, das auf dem Kopf steht und seitenverkehrt ist. Erst im Gehirn wird das wieder umgekehrt, sodass wir alles richtig herum sehen. So geht's: 1. Nimm den Karton und rolle diesen so, dass er genau in die Chipsdose passt. Fixiere die entstandene Kartonrolle mit Kleber. 2. Schneide aus dem Backpapier eine Kreisfläche aus, die ein wenig größer als die Öffnung der Kartonrolle ist. Klebe diese Fläche vor eine der Öffnungen der Rolle und lass den Kleber gut antrocknen. 3. Stich vorsichtig mit der Nadel ein kleines Loch mittig in den Boden der Chipsdose (gegebenenfalls durch einen Erwachsenen helfen lassen). 4. Stecke jetzt die Kartonrolle mit der mit Backpapier verschlossenen Seite voran in die Dose – fertig ist deine Lochkamera. 5. Halte zum Testen den Kameraboden mit dem Loch in Richtung einer Lampe oder eines Fensters und schaue von der anderen Seite in die Kamera. ACHTUNG: Du darfst mit dieser Kamera nie in Richtung Sonne schauen! Das kann zu schweren Verletzungen an den Augen führen. Beobachte das Bild, das du auf dem Backpapier siehst. Was passiert, wenn du die Kartonrolle etwas verschiebst?