

Beschäftigungsideen für zu Hause

Frau Reimer, Frau Gand, Frau Singh

Robert-Koch-Schule

ReBBZ Nord
Regionales Bildungs- und Beratungszentrum
Sengelmannstraße 50
Hamburg 22297

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

- 1. Beschäftigungsmöglichkeiten für die ganze Familie**
 - 1.1. Beschäftigungen für Kinder
- 2. Rezepte**
 - 2.1. Rezept für einfache, leckere Schokokekse
 - 2.2. Rezept für Bananen-Haferflocken-Knusperkekse
 - 2.3. Rezept für Quark mit Früchten
 - 2.4. Blitzrezept: Popcorn
 - 2.5. Blitzrezept: Butter
- 3. Bastelideen für Altpapier**
 - 3.1. Osterhasen
 - 3.2. Rennwagen
 - 3.3. Schreibtischaufbewahrung

Anhang 1 Oster-Quiz

Anhang 2 Ramadan-Quiz

Anhang 3 Stadt- Land – Fluss Spielregeln

Anhang 4 Stadt-Land-Fluss Vorlage

Anhang 5 Ausmalbilder

Anhang 6 Quizlösungen

Vorwort

Liebe Eltern,

aufgrund der aktuellen Situation, haben wir ein paar Beschäftigungs- und Spielideen für unsere SchülerInnen zusammengestellt, damit es in der kommenden Zeit zu Hause nicht allzu langweilig wird!

Wir haben uns beim Zusammenstellen darum bemüht, die Interessen der jüngeren und der älteren SchülerInnen gleichermaßen zu berücksichtigen – möglicherweise ist ja auch etwas für die Geschwisterkinder dabei!

Wir freuen uns darüber, wenn Sie ein paar Anregungen und Ideen erhalten, wie sich die freie Zeit mit Ihren Kindern weiterhin gut gestalten und ausfüllen lässt!

Mit freundlichen Grüßen

das pädagogische Fachpersonal der Robert-Koch-Schule

Frau Gand, Frau Reimer und Frau Singh

1. Beschäftigungsmöglichkeiten für die ganze Familie

Es handelt sich im Folgendem um Vorschläge, selbstverständlich entscheiden Sie, wie Sie die Zeit mit ihren Kindern nutzen. Wir hoffen jedoch, dass ein paar Anregungen dabei sind, die Ihnen zusagen!

- **Frühjahrsputz:** dem alljährlichen Frühjahrsputz, für den auch wir Erwachsene sonst gut und gerne Ausreden finden, steht nun nichts mehr im Wege! Schalten Sie Ihre Lieblingsmusik an und motivieren Sie die Kinder dazu mitzumachen, gemeinsam macht das ganze doch gleich viel mehr Spaß!
- **Aufräumen/Ausmisten nach dem Ampelsystem:** Es gibt 3 Kisten (oder große Tüten), eine rote, eine gelbe, eine grüne; gekennzeichnet mit einem entsprechenden farbigen großen Punkt (aus Papier- evtl. vorher selbst produziert, also ausgemalt, ausgeschnitten, aufgeklebt). Dann kann es losgehen: in die rote Kiste kommen alle Sachen /Klamotten die wegkönnen, in die grüne Kiste die Sachen, die bleiben sollen, in die gelbe Kiste kommen Dinge, die nochmal überdacht werden wollen. Diese Methode eignet sich für alle Zimmer der Wohnung, aber besonders auch für das Kinderzimmer, wenn man mal ordentlich ausmisten möchte. Wichtig dabei: erst den Schrank, das Regal komplett leerräumen, alles auf einen Haufen, dann kann es losgehen!
- **Haushalt:** Vielleicht binden Sie Ihr Kind ein bisschen mehr im Haushalt ein als sonst? Für das Erlernen alltäglicher Haushaltsaufgaben, ist es doch eigentlich nie zu früh oder zu spät. Sei es das Wäsche waschen, das Bettbeziehen oder der Abwasch. Auch hier gilt: gemeinsam macht es doch gleich viel mehr Spaß und man kommt viel schneller voran!
- **Kochen/ Backen:** das gleiche gilt natürlich für die Verpflegung. Wie schält man eigentlich Kartoffeln? Wie schneidet man Gemüse? Wie lange müssen Nudeln kochen? Vielleicht haben Sie auch Lust ein paar Rezepte mit ihren Kindern auszuprobieren. Wir haben ein paar einfache Rezepte rausgesucht, für die man nur wenige Zutaten benötigt!
- Wie wäre es mit einem **Spielemittag/ Spieleabend** mit den Kindern? Gesellschaftsspiele, wie z.B. „Mensch Ärger dich nicht“, „Monopoly“ und sämtliche Kartenspiele verstauben gerne im Schrank, es wird Zeit, dass diese nun zum Einsatz kommen! Auch puzzeln ist ein guter Zeitvertreib! Sofern Sie momentan keine Spiele/Puzzles zu Hause haben: kein Problem! Es gibt so einige Spiele, bei denen Sie nur Stift und Papier benötigen. Ein paar Vorschläge: „Stadt, Land, Fluss“, „Wer bin ich?“, „Ich sehe was, was du nicht siehst“, „Galgenmännchen“, „Vier gewinnt“, „Schiffe versenken“. Ratefix-Spiel selbst herstellen: kleine Papierzettel ausschneiden. Auf den linken Teller kommen die Zettel mit den gängigen Buchstaben, auf den rechten Teller die Fragestellungen (z.B. Tier, alles was Fliegen kann, Prominenter, alles was in diesem Zimmer ist, Automarke, was mich glücklich macht etc.) Die ganze Familie kann mitmachen, einer zieht den Buchstaben und alle können mitraten!
- **Etwas Neues Lernen:** man lernt nie aus! Stricken, Häkeln, Schach...vielleicht ist etwas dabei, was Sie oder die Kinder gerne mal ausprobieren wollen...

- **Sportprogramm für zu Hause:** Dank zahlreicher Youtube-Kanäle lässt sich das Sportprogramm heutzutage auch ganz einfach von zu Hause aus durchführen. Einfach mal die Möbel bei Seite schieben und es kann losgehen! Netterweise hat sich der Berliner Basketballverein *Alba Berlin* folgendes ausgedacht: ein tägliches Kinder-Sportprogramm. Gehen Sie dafür einfach auf die Internetseite www.albaberlin.de. Auf der Startseite werden Sie direkt das entsprechende Youtube-Video finden!
Sofern Sie keinen Internetzugang haben, haben wir folgende Ideen:
Einzelübung: Gewichte stemmen - Wasserflaschen als Hanteln benutzen: Übungen können mit den Armen, aber auch mit den Beinen ausgeführt werden, indem man die Flasche mit Kordel/ Schnur an der Wade befestigt.
Tägliches Sportprogramm für die ganze Familie: Seilspringen, Gummitwist, Hampelmann, Sit-Ups, Liegestützen Kniebeugen - daraus vielleicht einen kleinen Wettbewerb machen bzw. ein Sporttagebuch für jedes Familienmitglied anfertigen, um nach einigen Wochen die Erfolge zu sehen!
- **Übungen für die jüngeren Schüler:** Schuhe schnüren, Schleife binden, Uhr lesen, Ernährungspyramide besprechen...
- **Experiment:** Getrocknete Bohnen (Wachtelbohnen/ weiße Jumbobohnen) in feuchte Watte legen und beobachten, was in ein paar Tagen mit den Bohnen passiert
- **Kommunikation:** Was machen eigentlich die alten Schulfreunde? Wie geht es Tante Hilde? So bescheuert es auch klingen mag – nun haben wir doch alle Zeit der Welt Telefonate mit den Liebsten und alten Bekannten zu führen!

1.1. Beschäftigungen für Kinder

Für unsere SchülerInnen haben wir einige weitere Beschäftigungs- und Spielideen gesammelt, die man hervorragend zu Hause umsetzen kann!

Ein paar Ideen:

- Lesen/ mit dem Kind lesen üben, dem Kind eine Geschichte vorlesen
- Topf schlagen
- Schere, Stein, Papier
- Verstecken (andere Variante: man kann z.B. ein Kuscheltier in der Wohnung verstecken und das Kind geht auf die Suche)
- Lava (der Boden ist Lava, man muss sich durch den Raum bewegen, ohne den Boden zu berühren!)
- Malen/ zeichnen/ Ausmalbilder ausmalen (siehe Anhang)
- Hörspiel hören (auf Youtube gibt es zahlreiche kostenlose Hörspiele)
- Musik hören
- Sich von der Musik inspirieren lassen und selber Texte schreiben
- Ich packe meinen Koffer...
- Eine Schatzsuche/Schnitzeljagd lässt sich auch zu Hause machen!

- Geschmacksspiel: Augen verbinden, Obst und Gemüse klein schneiden, das Kind kann nun nach und nach probieren und muss das jeweilige Obst/Gemüse erraten
- Tastspiel: Gegenstände in ein Behältnis (z.B. in einen Topf) geben, Tuch/Schal/Handtuch drüberlegen und das Kind muss nun ertasten und erraten, was sich in dem Behältnis befindet
- Merkspiel: 5-10 Gegenstände auf einen Tisch legen, dann eine Decke drüberlegen. Das Kind muss die Gegenstände aufzählen, die es sich gemerkt hat
- Verkleiden/ Rollenspiele/ Theater spielen

2. Rezepte

Wir haben uns ein paar Rezepte überlegt, die sehr einfach nach zu machen sind und bei denen man nur wenige Zutaten benötigt!

Viel Spaß!

2.1. Einfache & leckere Schokokekse



Bildquelle: <https://www.chefkoch.de/rezepte/1715451280311539/Nutella-Kekse.html>

Zutaten:

- 180g Nussnougatcreme (z.B. Nutella)
- 1 Ei
- 120g Mehl

Die Zubereitung:

1. Hände mit Seife waschen
2. Den Ofen auf 180 Grad C auf Ober- und Unterhitze vorheizen
3. Nussnougatcreme zusammen mit dem Ei in eine Schüssel geben und vorsichtig verrühren. Es geht am besten mit einem Schneebesen!
4. Nach und nach Mehl zugeben und weiter rühren
5. Den Keks-Teig mit einem Löffel zu kleinen Kugeln formen
6. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen
7. Leicht andrücken
8. Schokoladenkekse ca. 15 Minuten in den Ofen

9. Etwas abkühlen lassen und nun sind die Kekse fertig zum Verzehr! (Optional kann man die Kekse nachdem sie abgekühlt sind noch mit Puderzucker oder Schokoladenkuvertüre verzieren)

2.2. Bananen-Haferflocken-Knusperkekse



Bildquelle: <https://www.chefkoch.de/rezepte/2284461364303536/Haferflocken-Bananen-Cookies.html>

Zutaten:

- 2 reife Bananen
- 150 g zarte Haferflocken
- Wenn vorhanden: Vanillezucker oder Zimtzucker

Die Zubereitung:

1. Hände waschen
2. Den Ofen auf 175 Grad C Ober- und Unterhitze vorheizen
3. Die Banane mit einer Gabel zerdrücken und zusammen mit den Haferflocken vermengen
4. Den Teig zu rund 20 kleinen Kugeln formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen
5. Die Kugeln leicht andrücken
6. Wenn vorhanden mit Vanillezucker oder Zimtzucker bestreuen, es geht aber auch ohne
7. Rund 15 Minuten in den Backofen
8. Etwas abkühlen lassen - nun sind die Kekse fertig zum Verzehr!

2.3. Quark mit Früchten



Bildquelle: <https://www.chefkoch.de/rezepte/1167851222852266/Obstquark.html>

Zutaten:

- 250 g Quark
- Etwas Milch
- 2 Teelöffel Honig
- 1 Päckchen Vanillezucker
- Dein Lieblingsobst (z.B. Bananen, Weintrauben, Äpfel)

Zubereitung:

10. Hände waschen
11. Quark in eine Schüssel geben
12. Den Quark mit etwas Milch verrühren (ca. 2-3 Esslöffel Milch)
13. Vanillezucker zugeben
14. wieder verrühren
15. Lieblingsobst waschen
16. Lieblingsobst klein schneiden
17. Obst zum Quark zugeben
18. Nun ist der Quark fertig zum Verspeisen!

Guten Appetit!

2.4. Blitzrezept: Popcorn



Bildquelle: https://www.daskochrezept.de/rezepte/original-popcorn_253278.html

Zutaten:

- **50g getrockneter Mais**
- **Öl**
- **3 Esslöffel Zucker oder etwas Salz (je nachdem, ob man das Popcorn süß oder salzig mag)**

Zubereitung:

1. Öl in einen großen Topf geben, sodass der Boden komplett mit Öl bedeckt ist
2. Öl stark erhitzen
3. Wenn das Öl richtig heiß ist, den Zucker dazugeben und einige Sekunden umrühren (wer salziges Popcorn mag, lässt den Schritt mit dem Zucker einfach weg. Eine Prise Salz kann am Ende zum Popcorn dazu gegeben werden!)
4. Nun werden die Maiskörner in den Topf gegeben und der Deckel kommt sofort auf den Topf!
5. Den Herd ausstellen und den Topf zwischendurch rütteln, sodass sich die Maiskörner gleichmäßig mit dem Öl und dem Zucker vermischen
6. Die Maiskörner ploppen nach und nach zu Popcorn auf – fertig!

Jetzt nur noch ein wenig abkühlen lassen und dann kann das Popcorn direkt in den Mund wandern – lasst es euch schmecken!

2.5. Blitzrezept: Butter



Bildquelle: <https://www.selbstversorgerland.de/weiterverarbeitung/haltbar-machen/butter-machen-streichart-3728>

Zutaten:

- Ein Becher Sahne (wichtig: die Sahne muss Zimmertemperatur haben und darf nicht aus dem Kühlschrank kommen!)
- Ein Glasbehältnis (z.B. ein altes Marmeladenglas/ Joghurtglas) oder ein Plastikbehältnis mit gut verschließbarem Deckel
- Wenn vorhanden: Knoblauch, frische oder getrocknete Kräuter

Zubereitung:

1. Die Sahne wird in das Behältnis gefüllt
2. Der Deckel wird gut und fest auf das Behältnis geschraubt/befestigt (**wichtig**, da ansonsten einiges daneben gehen kann!)
3. Nun wird *geschüttelt – geschüttelt – geschüttelt!*
Im ersten „Schüttelprozess“ wird aus der flüssigen Sahne feste Schlagsahne. Nun wird fleißig weiter geschüttelt, bis aus der Schlagsahne Butter wird!
4. Wer mag, kann die Butter am Ende noch mit weiteren Zutaten verfeinern, so kann man ganz leicht eine leckere Knoblauch- oder Kräuterbutter herstellen, schmeckt super auf Brot/Baguette!

3. Bastelideen für Altpapier

Wir waren auf der Suche nach Bastelideen für die SchülerInnen, bei denen man die benötigten Materialien im Idealfall schon zu Hause hat – da kam uns die Idee mit Altpapier bzw. Pappe zu basteln! Tatsächlich haben wir bei unserer Recherche einige Kunstwerke entdeckt, die ganz einfach nach zu basteln sind, diese wollen wir Ihnen und den SchülerInnen selbstverständlich nicht vorenthalten.

Wir wünschen viel Spaß beim Basteln!

3.1. Osterhasen



Bildquelle: <https://www.familie.de/diy/basteln/osterbasteln/osterhasen-basteln-aus-klorollen-suess-als-osternest-geschenckverpackung-oder-tischkaertchen/>

Bastelmaterialien:

- Klopapierrollen
- Stück Pappe (gerne Altpapier)
- Bleistift
- Klebe
- Schere
- Schwarzer Stift
- Papier
- Falls vorhanden: Wackelaugen, buntes Papier oder bunte Servietten

Bastelanleitung

1. Zunächst werden 2 lange Hasenohren auf ein Stück Pappe gezeichnet und ausgeschnitten.

2. Nun stellen wir eine Klopapierrolle auf das Stück Pappe und zeichnen mit 1cm Abstand zum Rand der Klopapierrolle drum herum. Jetzt haben wir einen Boden für den Osterhasen und schneiden diesen aus.
3. Als nächstes wird aus buntem oder weißem Papier, oder auch aus einer Serviette ein Bauch für den Hasen ausgeschnitten.
4. Die Klopapierrolle wird nun mit den Hasenohren, dem Papp-Boden und dem Bauch beklebt.
5. Nun ist der Osterhase fast fertig! Mit dem schwarzen Stift wird dem Osterhasen ein Gesicht aufgemalt (falls vorhanden, kann man dem Hasen auch Wackelaugen aufkleben)

Da der Osterhase zur oberen Seite geöffnet ist, eignet er sich super als Aufbewahrung für Osterschokolade oder andere Naschereien!

3.2. Rennwagen



Bildquelle: <https://www.pinterest.de/pin/192106740334234555/>

Bastelmaterialien:

- Klopapierrollen
- Stück Pappe
- Bleistift
- Pinsel
- Tusche/ Acrylfarbe/ Buntstifte/ Filzstifte

- Schwarzer Stift
- Schere
- Klebe (wenn vorhanden: Reißzwecken)

Bastelanleitung:

1. Vier Kreise auf ein Stück Pappe zeichnen, als Kreisvorlage kann man zum Beispiel den Flaschenboden einer kleineren, schmalen Flasche nutzen.
2. Nun werden die Kreise ausgeschnitten, diese können schwarz angemalt werden und schon haben wir die Räder für den Rennwagen.
3. Jetzt wird das Lenkrad des Rennwagens angefertigt, indem zunächst ein weiterer kleinerer Kreis auf die Pappe gezeichnet und ebenfalls ausgeschnitten wird. Auf den Kreis wird nun ein Lenkrad gemalt.
4. Als nächstes wird auf der langen Seite einer Klopapierrolle ein kleines quadratisches Stück mit Bleistift angemalt.
5. Das Quadrat wird nun mit der Schere an drei Seiten aufgeschnitten, sodass es mit einer Seite noch an der Klopapierrolle befestigt ist.
6. Nun kann das quadratische Stück hochgeklappt werden, sodass man nun eine optische Rückenlehne erhält.
7. Die Klopapierrolle wird nun in den Lieblingsfarben bemalt, dabei kann man seiner Kreativität freien Lauf lassen! (siehe Abbildung)
8. Jetzt werden die 4 Räder am fast fertigen Rennwagen an den Enden der Klopapierrolle befestigt. Dies gelingt am besten mit Reißzwecken, funktioniert aber auch mit Klebe.
9. Auch das Lenkrad wird nun gegenüber der Rückenlehne an den Wagen geklebt/ befestigt.

...und fertig ist der Rennwagen!

3.3. Schreibtischaufbewahrung



Bildquelle: <https://www.pinterest.de/pin/41869471522472308/>

Bastelmaterialien:

- Alter Schuhkarton
- Klopapierrollen
- Haushaltspapierrollen
- Geschenkpapier/ Servietten/ Filzstifte/ Buntstifte

Bastelanleitung:

1. Einen alten Schuhkarton verschönern, indem man ihn mit Geschenkpapier „verkleidet“
2. Klopapierrollen und Haushaltsrollen entweder bemalen oder mit schönen Servietten bekleben oder ebenfalls mit Geschenkpapier verkleiden
3. Nun die Klopapierrollen und Haushaltsrollen im Schuhkarton anordnen
4. Nun können Bleistifte, Filzstifte, Marker, Buntstifte, Kugelschreiber nach System einsortiert werden und bei Gelegenheit alle Bunt- und Bleistifte angespitzt sowie alle Filzstifte und Kugelschreiber auf Funktionsfähigkeit geprüft und dementsprechend aussortiert werden!

Anhang 1

Oster-Quiz

1. **Ostern ist ein bedeutendes Fest für....**
 - a. das Judentum
 - b. das Christentum
 - c. den Islam

2. **Was ist Ostern für ein Fest?**
 - a. Ein Frühlingsfest
 - b. Das Ende der Faschingszeit
 - c. Die Auferstehung Jesus vom Tode

3. **Wie wird die 40-tägige Fastenzeit im christlichen Glauben genannt?**
 - a. Ramadan
 - b. Pessach
 - c. Passionszeit

4. **Wie nennt man den Freitag vor Ostern?**
 - a. Karfreitag
 - b. Osterfreitag
 - c. Grünfreitag

5. **Welche Bedeutung hat der Gründonnerstag im christlichen Glauben?**
 - a. An diesem Tag wird nur grünes Obst und Gemüse gegessen
 - b. Jesus aß das letzte Mal mit seinen Jüngern Abendbrot vor seiner Verhaftung
 - c. An diesem Tag beginnt der Frühling und die Bäume schlagen aus

6. **Kara ist das Wort für Klage oder Trauer. Wie heißt der Tag, an dem Jesus ans Kreuz geschlagen wurde?**
 - a. Himmelfahrt
 - b. Aschermittwoch
 - c. Karfreitag

7. **Ostereier sind das Zeichen für neues Leben. Doch wieso gerade Ostereier?**
 - a. Es ist Zufall, weil Menschen weiße Eier langweilig fanden und sie färbten.
 - b. Es gab ein Verbot in der Fastenzeit vor Ostern Eier zu essen. Daher wurden sie gesammelt und bemalt verschenkt.
 - c. Es liegt daran, dass sich Eier lange halten und gut verstecken lassen.

Anhang 2

Ramadan-Quiz

- 1. Wer feiert Ramadan?**
 - a. Christen
 - b. Muslime
 - c. Juden
 - d. Buddhisten

- 2. Wie wird der Gott im Islam genannt?**
 - a. Jahwe
 - b. Buddha
 - c. Allah

- 3. Wer ist der Religionsstifter (Prophet) im Islam?**
 - a. Jesus Christus
 - b. Mohammed
 - c. Nelson Mandela

- 4. Wie heißt das heilige Buch der Muslime?**
 - a. Koran
 - b. Bibel
 - c. Thora

- 5. Wie heißen die Gebetshäuser der Muslime?**
 - a. Moscheen
 - b. Synagogen
 - c. Kirchen

- 6. Wer ruft zum Gebet auf?**
 - a. Pastor
 - b. Muezzin
 - c. Eltern

- 7. Wie oft wird am Tag gebetet und in welche Richtung?**
 - a. Sieben Mal am Tag Richtung Nordpol
 - b. Fünf Mal am Tag Richtung Südpol
 - c. Fünf Mal am Tag Richtung Mekka

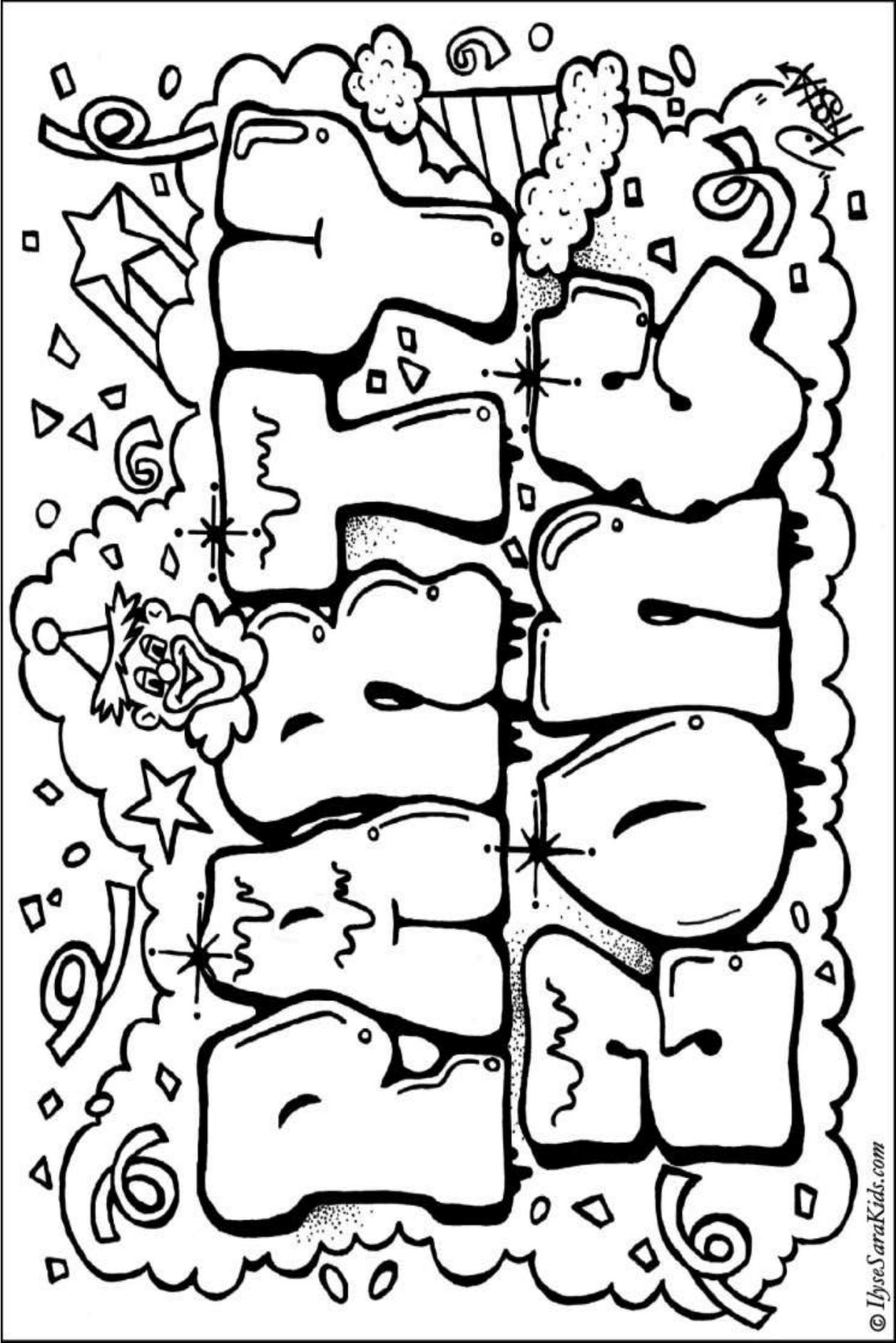
Anhang 3

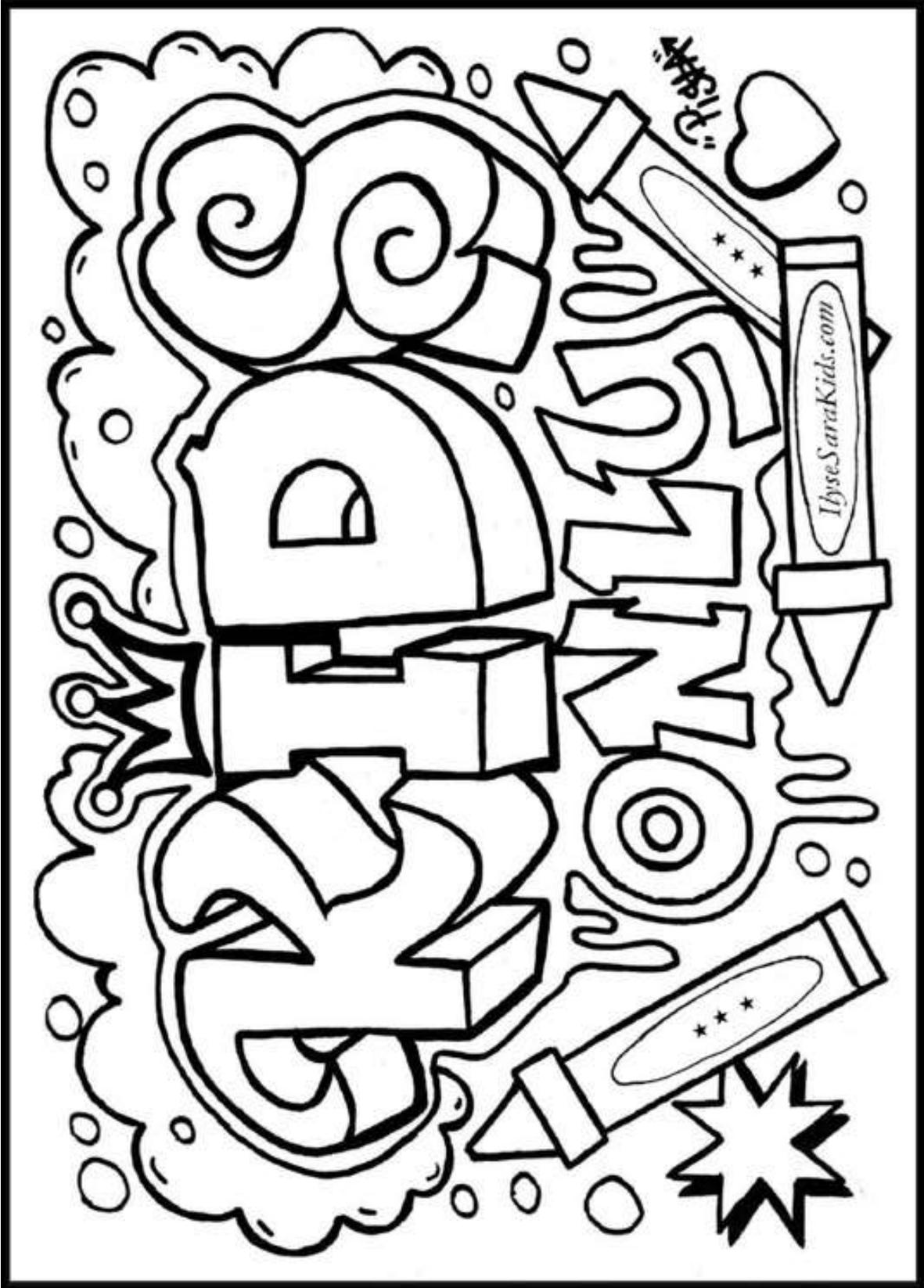
Stadt-Land-Fluss Spielregeln

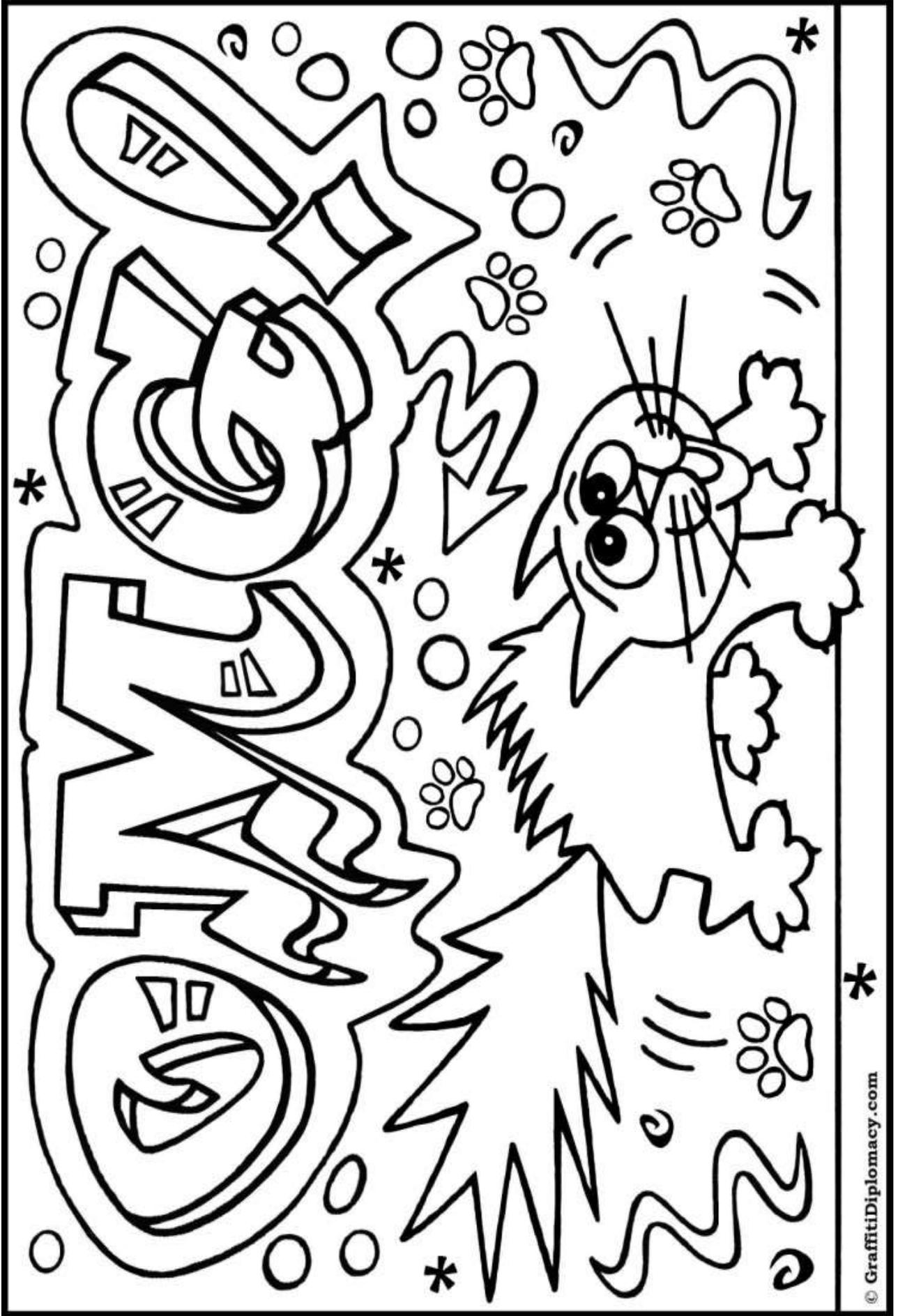
1. Überlegt euch Kategorien, in denen Begriffe gesucht werden sollen und schreibt sie in die obere Zeile
2. Zum Beispiel:
 - Name
 - Etwas aus dem Supermarkt
 - Etwas zu essen
 - Ein Tier
 - Ein Geschenk
 - Oder etwas anderes...
3. der erste Spieler sagt leise das Alphabet auf
4. der zweite Spieler sagt laut: Stopp
5. der Buchstabe, der bei Stopp gesagt wurde, wird genommen
6. zum Beispiel B:
 - Name - Benjamin
 - Aus dem Supermarkt - Butter
 - Tier - Bär
 - Ein Geschenk - Buch
7. Dann gibt es Punkte:
 - Jeder Begriff zählt 10 Punkte
 - Wird der gleiche Begriff von mehreren Spielern genommen, gibt es nur 5 Punkte
 - Hat jemand als einziger aus einer Kategorie einen Begriff, gibt es 20 Punkte
8. Die Punkte werden am Ende der Zeile notiert
9. dann geht es bei Punkt 2 wieder los

Anhang 5

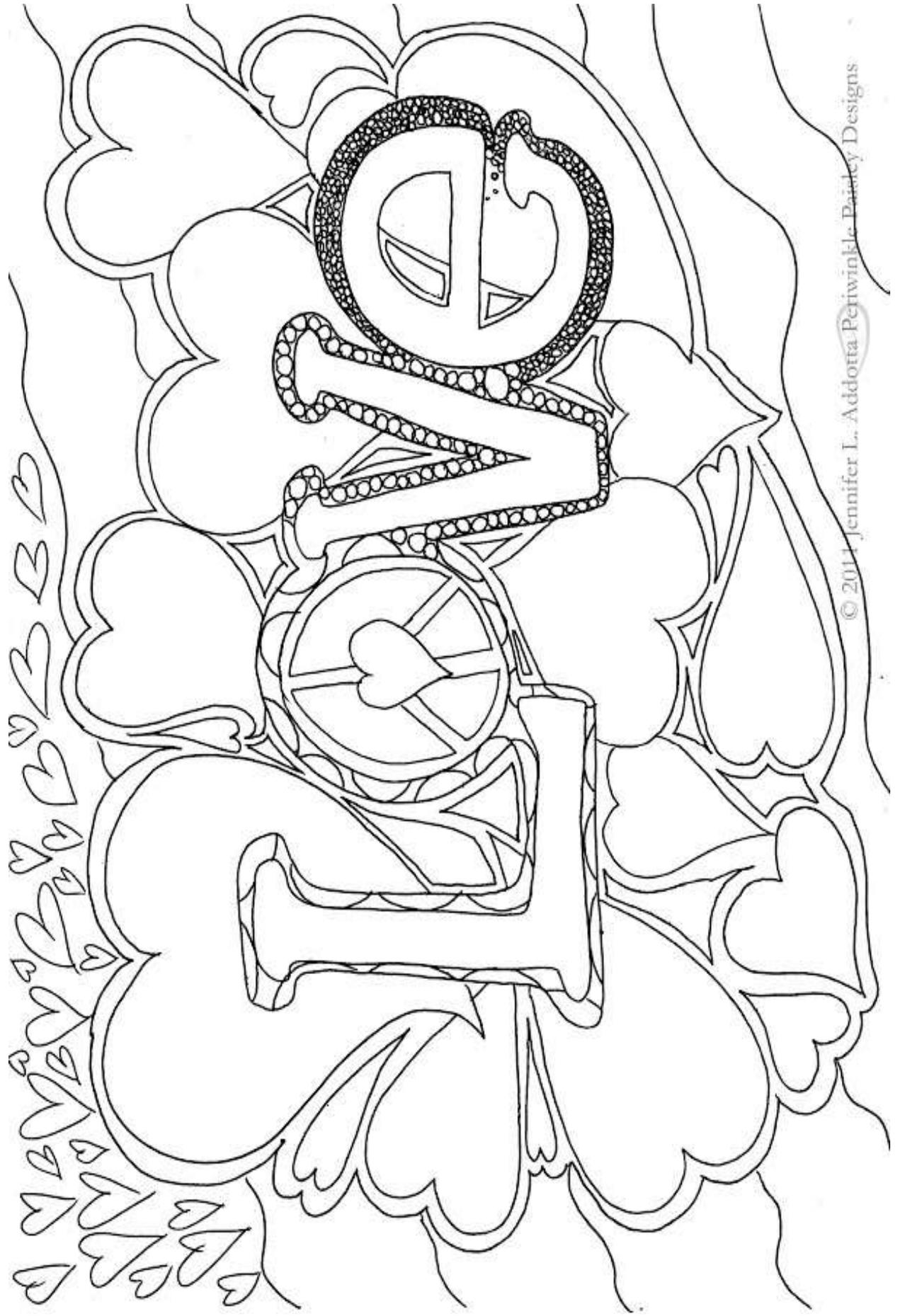


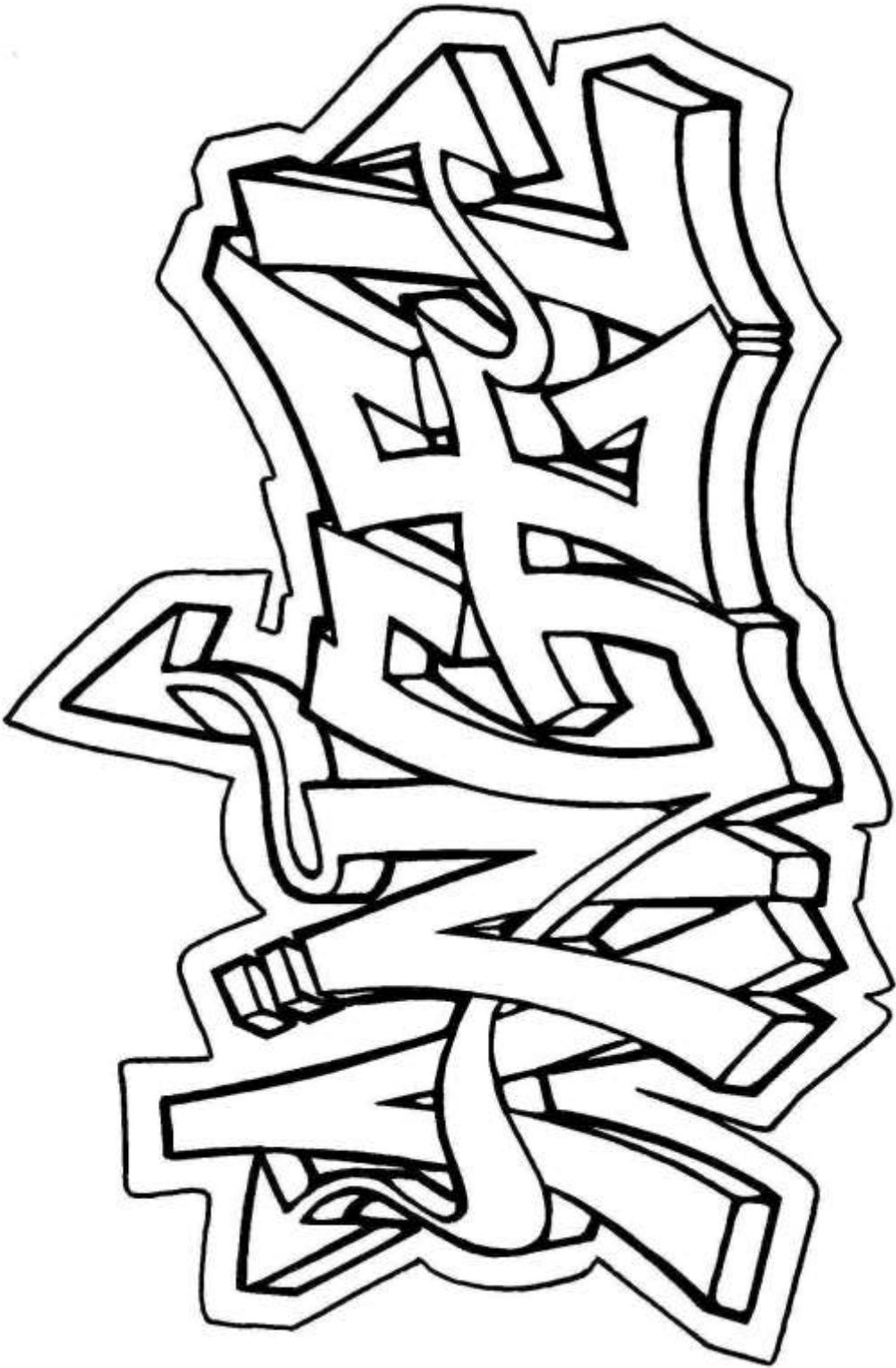












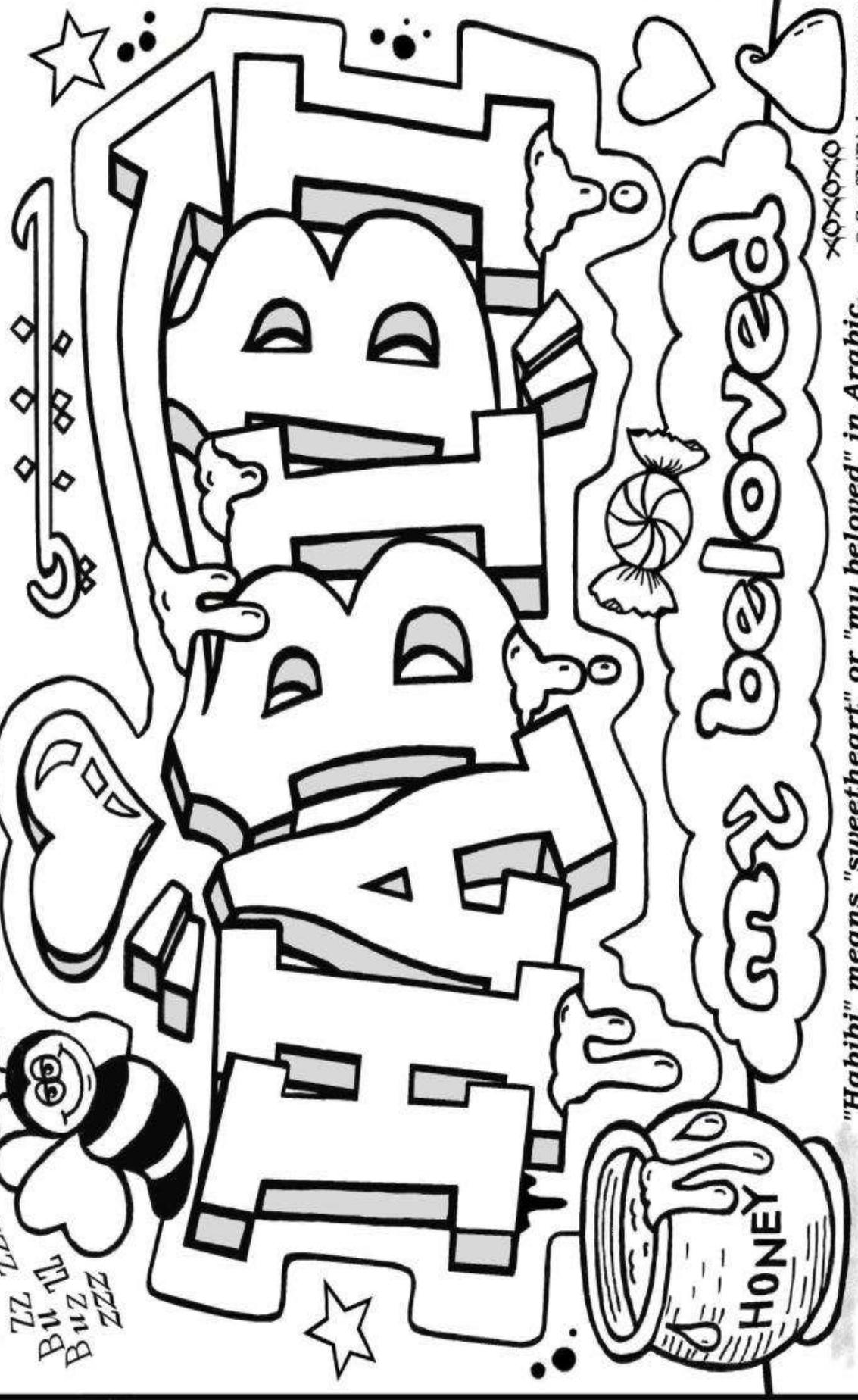
(pronounced ha-bee-bee)

ARABIC

BE MINE



ZZZ
BUZZ
BUZZ
ZZZ



my beloved



XOXOXO

"Habibi" means "sweetheart" or "my beloved" in Arabic.

© GraffitiDiplomacy.com

Anhang 6

Quiz Lösungen

Oster-Quiz: 1b, 2c, 3c, 4a, 5b, 6c, 7b

Ramadan-Quiz: 1b, 2c, 3b, 4a, 5a, 6b, 7c