

Was kann man sonst noch machen?

- Spielplatzbesuche, Waldspaziergänge
- Helfen beim Kochen, Backen, Wäsche sortieren, ...
- regelmäßige Freizeitaktivitäten durch (Sport-) Vereine, Musikschulen, Familienbildungsstätten, ...
- Vorlesen
- Singen

Sinnvolle Spielmaterialien:

- Bilderbücher
- Bausteine
- Knete
- Stifte, Papier
- etwas zum Auffädeln
- Straßenmalkreide
- Tuschkasten
- Dinge aus der Natur: Stöcke, Steine, Blätter, Kastanien, ...
- Seifenblasen
- Würfelspiele, Kartenspiele

Zusammenhänge zwischen der Nutzungsdauer von Medien und der kindlichen Entwicklung sind nachzulesen auf:

www.bildungserver.de
Suchbegriff „BLIKK Studie 2017“
(veröffentlicht durch die Drogenbeauftragte der Bundesregierung)

**Haben Sie Fragen?
Sprechen Sie uns gerne an.**

Birgit Schwetje
Tel. 0541 501-2130
Birgit.Schwetje@Lkos.de

Miriam Thye
Tel. 0541 501-2130
Miriam.Thye@Lkos.de

Kinder- und Jugendgesundheitsdienst
für Landkreis und Stadt Osnabrück

Gesundheitsdienst für Landkreis und Stadt Osnabrück

Dr. med. Hedwig Tasche
Leiterin Abteilung Kinder- und
Jugendgesundheitsdienst
Tel. 0541 501-3140

Am Schölerberg 1
49082 Osnabrück

www.landkreis-osnabrueck.de

Was können wir Zuhause spielen?

Alternativen zu TV, Tablet und Handy

Ideen für die Beschäftigung mit
Kindern von 2 bis 6 Jahren



Liebe Eltern,

immer häufiger werden Geräte wie Smartphones, Tablets oder Fernseher den Kindern zur Beschäftigung, als Ablenkung, als Trost oder als Belohnung überlassen.

Ein intensiver Medienkonsum wirkt sich jedoch negativ auf die Entwicklung der Kinder aus.

Hier haben wir ein paar Ideen gesammelt, wie Sie sich ohne Handy und Co. mit Ihren Kindern sinnvoll beschäftigen können.

Versuchen Sie es doch mal mit

... Bauklötzen/Bausteinen:

- Flache Holzklötze: In eine lange Reihe legen und versuchen, darauf entlang zu balancieren.
- Ein gemeinsames Bauwerk erschaffen. Jeder baut immer abwechselnd einen Stein an.
- Lego / Duplo: Steine nur mit den Füßen vom Boden aufheben und in eine Kiste oder auf eine bestimmte Stelle legen.
- Lego / Duplo: Steine mit einer Nudel- oder Grillzange vom Boden aufheben.
- Mit einem Stein auf dem Kopf einen Parcours ablaufen, ohne dass der Stein herunterfällt.
- Eine Straße für Kugeln oder kleine Bälle bauen.

...Wasser:

- Kleine Gefäße: Wasser von Gefäß zu Gefäß schütten, ohne etwas zu verlieren.
- Eine Schüssel mit Wasser füllen und Gegenstände hinein legen, die an der Oberfläche schwimmen; diese mit einer Zange, einem Sieb oder einem Löffel herausholen.

... Stift, Schere und Papier:

- Bunte Blätter in Schnipsel schneiden und mit Kleber oder Tesafilm auf ein anderes Blatt kleben.
- Mit dem Stempelkissen Fingerabdrücke auf ein Blatt drucken (evtl. entlang eines vorher gezeichneten Umrisses).
- Von den Eltern auf ein Blatt gezeichnete Punkte (Umrisse von Figuren) mit dem Stift verbinden.
- Die Eltern malen viele verschiedene Zeichen oder Symbole auf ein Blatt, so dass jedes Zeichen zweimal vorkommt. Nun können die Kinder eine Verbindungslinie zwischen zwei gleichen Zeichen ziehen.
- Buntstifte anspitzen.
- Buntstifte der Länge nach sortieren.
- Zettel mit kleinen Zeichen (z.B. + o -) oder kleinen Bildern (Schnecke, Sonne, Haus, Smiley, Stern ...) bemalen und vor das Kind legen. Nun ein Zeichen davon mit dem Finger auf den Rücken des Kindes malen. Das Kind rät, welches Bild gemalt wurde.
- Bilder aus Zeitschriften in drei oder mehrere Teile zerschneiden und anschließend wieder zusammenfügen.
- In einem Supermarkt-Werbeprospekt alle Lebensmittel markieren (Stempel oder Stift) oder ausschneiden, die am Baum oder in der Erde wachsen / die aus Milch hergestellt werden.
- Taschentücher oder Blätter auf dem Boden verteilen und versuchen von einem zum nächsten zu balancieren / hüpfen.

... Alltagsgegenständen:

- Ausgewaschene Joghurtbecher / leere Kloppierrollen zu einer Pyramide stapeln oder leere Plastikflaschen als Kegel aufstellen und mit einem kleinen weichen Ball abwerfen oder umstoßen.
- Wäscheklammern zu einer langen Kette aneinander klammern, gegenseitig an der Kleidung oder an einem Topfrand festklammern; eventuell in einer bestimmten Reihenfolge (rot, grün, weiß, rot, grün, weiß, ...) oder farblich sortiert (die Grünen an die Hose, die Roten an den Pulli, ...).
- Mit Strohhalmen oder langen Makkaroni Papier- oder Taschentuchschnipsel ansaugen und transportieren.
- Mit Strohhalmen oder langen Makkaroni Schnipsel oder kleine Gegenstände über den Tischrand oder über eine „Ziellinie“ pusten.
- Mit einem kleinen Ball Zielwurf üben (in eine Schublade, einen Papier- oder Wäschekorb).
- Gegenstände einzeln in einen kleinen Stoffbeutel legen (Kind darf den Gegenstand vorher nicht sehen) und dann nur mit den Händen befühlen lassen. Das Kind soll raten, um welchen Gegenstand es sich handelt (z.B. Gabel, Löffel, Würfel, Taschentuch, Dose, ...).
- Mehrere Gegenstände in einen Stoffbeutel legen und sagen, welchen das Kind nur durch Befühlen herausholen soll.
- Mit Pappkartons ein Haus oder eine Garage bauen.
- Rollenspiele spielen (Käufer / Verkäufer, Polizei, Hundeschule, ...).
- Einen kleinen Gegenstand an einer Schnur befestigen und durch Aufrollen der Schnur (z.B. über einen Stift oder eine leere Kloppierrolle) den Gegenstand zu sich heranziehen.