

## Stay@Home Fahrplan für Eltern .....



*Tagesstruktur schaffen*, indem es täglich die gleichen Weckzeiten gibt, außer am Wochenende, fixe gemeinsame Essenszeiten, sowie ein tägl. Spaziergang, oder eine Indoor oder Garten-Sportaktivität.

Zum Frühstück bewährt sich eine gemeinsame Informationsrunde, wo sich alle Familienmitglieder einbringen dürfen, wie der Tagesablauf sein kann. Hausübungen für die Schule brauchen ebenso einen fixen Zeitraum.

**Vereinbarungen treffen** – Übliche vereinbarte Zeiten für elektr. Medien weiterhin beibehalten, bzw. neu definieren und sich dran halten.

**Welche Kompetenzen** der Kinder können durch die tägl. Aktivitäten erreicht werden: Senso- und psychomotorische Kompetenz, Kreative und schöpferische Kompetenz, sprachliche Kompetenz, kognitive Kompetenzen wie Lernkompetenz, emotionale und soziale Kompetenz.

**Nostalgiespiele** mit der Besonderheit, die Kinder sind die Spielanleiter\*innen und die Eltern schlüpfen in die Rolle der Kinder! Topfschlagen, Gummihüpfen, Sesseltanz, Blinde Kuh, Verstecken etc.

**Am Gegenteiltag** wird jede Antwort in der Gegenteilform gesprochen.

**Am Verkleidungstag** trägt jedes Familienmitglied die Kleidung des Nächst- Jüngeren.

**Am Putztag** darf sich jede\*r einen Teil der Wohnung aussuchen, der selbständig gereinigt werden darf.

**Ein neues Schlaflager** für eine Nacht kann z.B. ein selbstgebautes Lager unter dem Tisch sein, oder ein Bettentausch aller Familienmitglieder.

*Gemeinschaftsbild gestalten* – großes Plakat an geeigneter Stelle aufhängen (wo es länger hängen darf) und jede\*r kann entweder etwas zeichnen, malen oder aufkleben.

Bei der *Regenbogen Aktion* malen Kinder einen Regenbogen und kleben ihn an die Fenster oder an die Türe. Andere Kinder können auf ihrem Spaziergang die Regenbogen suchen & zählen und gleichzeitig sehen sie, dass eine Menge anderer Kinder gerade auch zuhause bleiben müssen. Aktion von @dein MAMAgefühl.

*Alte Sachen aus dem Zimmer aussortieren* und mit dem Nachbarn austauschen (vor der Eingangstüre platzieren)  
Beim *Gestalten eines Wünschebaums* schreibt jedes Familienmitglied verschiedene Wünsche auf einen Zettel, der dann auf eine Zimmerpflanze (oder Kleiderbügel) gehängt wird. Jeden Tag darf jemand anderer einen Wunsch pflücken. Es geht um sofort umsetzbare Wünsche. (Schminken, Schuhe verstecken, bestimmtes Spiel spielen etc. )

*Alte Sachen aussortieren* und mit dem Nachbarn gegebenenfalls austauschen, indem die Sachen vor die Eingangstüre gestellt werden.

Bei „*Stille Kost*“ werden die Augen verbunden und jeder errät, was er/sie gerade isst.

*Gestalten eines eigenen Memory Spiels.* Kartons quadratisch ausschneiden und jeweils zwei gleiche Bilder darauf malen.

Wiener Kinderdrehscheibe

Bildungsforum

Telefon: 01/585 64 36

E-Mail: [bildung\[at\]kinderdrehscheibe.at](mailto:bildung[at]kinderdrehscheibe.at)

Wiener Kinderdrehscheibe

Beratung

Telefon: 01/581 06 60

E-Mail: [beratung\[at\]kinderdrehscheibe.at](mailto:beratung[at]kinderdrehscheibe.at)

Eltern für Kinder Österreich

Familienberatungsstelle

Tel: 01/368 71 91

Mail: [office@efk.at](mailto:office@efk.at)