

# Beschäftigungsideen rund um dein Zuhause

„Gönn deinen Eltern mal eine Pause und beschäftige dich selbst.“



Bei einigen Ideen benötigst du Stifte, Zettel/ Papier oder auch mal einen Fotoapparat/ Handy mit Kamera.

Zähle deine Bücher im Kinderzimmerregal. Schreibe die Zahl auf.	
Zähle deine Kuscheltiere. Schreibe die Zahl auf.	
Setz dich in den Garten/ auf die Terasse/ auf den Balkon/ ans offene Fenster und schließ deine Augen. Welche Geräusche kannst du hören? Schreibe sie auf.	
Baue einen möglichst hohen und stabilen Turm aus Spielzeug in deinem Zimmer. Miss die Höhe und schreibe sie auf. Du kannst auch ein Foto machen und es nach den Osterferien mitbringen. <b>ACHTUNG:</b> Bitte keine zerbrechlichen und wertvollen Gegenstände verwenden!	
Suche dir 5 Gegenstände aus deinem Kinderzimmer aus und erfinde dazu eine witzige Geschichte. Schreibe sie auf oder zeichne einen Comic.	
Gestalte aus Müll (z.B. saubere Getränkekartons, Dosen, Pappschachteln, ...) ein Raumschiff oder einen Roboter oder eine Burg oder ein Auto oder ...	
Schau dich im Garten / auf dem Balkon/ auf der Terasse um, welche Blumen dort blühen. Zeichne sie so genau wie möglich. Finde auch heraus, wie die Blumen heißen.	
Falte einen Papierflieger und gestalte ihn farbig. Teste ihn auf seine Flugweite. Wie viele Meter schafft er wohl?	

<p>Meditiere! Such dir ruhige Musik aus und setz dich im Schneidersitz (auf ein weiches Kissen) für 5 bis 10 Minuten auf den Boden. Schließ deine Augen, werde ruhig, hör der Musik zu und versuche an nichts zu denken.</p>	
<p>Führe ein Wetter-Tagebuch. Nimm dir dafür ein Blatt, zeichne eine Tabelle (1. Spalte: Wochentag und Datum/ 2. Spalte: Wettersymbol/ 3. Spalte: Temperatur).</p>	
<p>Lies deinen Kuscheltieren ein paar Seiten aus deinem aktuellen Buch vor.</p>	
<p>Halte dich fit. Das geht auch im Kinderzimmer!</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lauf eine Minute auf der Stelle.</li> <li>- Spring eine Minute lang Seil.</li> <li>- Kreise mit den Armen.</li> <li>- Mach 10 Kniebeugen/ Froschsprünge/ Hampelmänner ... hintereinander.</li> </ul>	

Bestimmt hast du selbst auch noch viele Ideen.  
Hier kannst du sie aufschreiben.

---



---



---



---



---



---