

Ideen für Kinder und Eltern in der Corona-Zeit



Liebe Eltern,

die Schließung der Schulen und Kindergärten bedeutet eine große Herausforderung für die ganze Familie. Aus diesem Grund haben wir Ihnen hier ein paar wichtige Informationen und anschließend viele Beschäftigungsmöglichkeiten für Ihre Kinder zusammengestellt.

Psychologen und Pädagogen sind davon überzeugt, dass es sehr wichtig ist, auch in dieser homeschooling-Zeit eine **feste Tagesstruktur** aufrecht zu erhalten und schlagen vor, **gemeinsam mit den Kindern** einen **Stundenplan für zu Hause** zu erstellen.

Wie so ein Stundenplan konkret aussehen kann, zeigen wir hier:



vor 8 Uhr	Aufstehen , waschen, anziehen und frühstücken
8:30 Uhr	Morgen-Spaziergang, nach draußen an die frische Luft gehen, Fahrradfahren, mit dem Hund eine Runde drehen, Fitnessübungen machen
9 Uhr	Lernzeit : Hausaufgaben machen, üben, Wissenslücken schließen (beachtet dabei euren täglichen Stundenplan)
12 Uhr	Mittagessen
13 Uhr	Entspannen , ausruhen, schlafen, lesen
14 Uhr	Zimmer aufräumen , Mama und Papa im Haushalt helfen
15 Uhr	aktive Freizeitgestaltung an der frischen Luft (Fahrrad fahren, spazieren gehen, spielen)
16 Uhr	Zeit für Smartphone, PC, Konsole
18 Uhr	Abendessen
20/21 Uhr	Lesen bis zum Einschlafen

Das ist natürlich nur ein Vorschlag. Je nach Kindesalter, Schulform, individuellen Bedürfnissen und den Arbeitsbedingungen von Ihnen sind hier Ihre Erfahrungen und Möglichkeiten entscheidend.

Im Folgenden finden sie zwei Links mit hilfreichen Tipps zum Umgang mit homeschooling:

<https://www.tip-berlin.de/corona-schule-zu-eltern-ratlos-werden-wir-jetzt-alle-quereinsteiger-lehrer>

https://www.deutschlandfunkkultur.de/homeschooling-wegen-corona-bitte-nicht-uebertreiben-liebe.1008.de.html?dram:article_id=472759

Folgende **Erziehungs- und Beratungsstellen** stehen Ihnen in Halle auch jetzt zur Verfügung:

AWO Jugend- und Erziehungsberatung	0345/ 503960
Pro- Familia Beratungsstelle	0345/ 7748242
Kontakt- & Beratungsstelle LösBar Mitte	0345/ 5301491
Elterntelefon Nummer gegen Kummer	0800/ 1110550



Ideen, die man zu Hause gut umsetzen kann



Sport und Bewegung zu Hause: Schaut mal auf den YouTube Kanal von Alba Berlin vorbei, dort könnt ihr gemeinsam Sport machen

<https://www.youtube.com/albaberlin>

Heimkino: kuschelige Atmosphäre schaffen.

Ihr könnt aber auch gleich das gesamte Wohnzimmer gemütlicher gestalten und einen „Kinosaal“ daraus machen. Den Raum verdunkeln, Kissen und Decken aus der Wohnung auf dem Sofa versammeln und einen schönen Film anmachen.

Digitale Angebote: von Theater, Autor*innen und Museen
Da alle Kultureinrichtungen für Publikum geschlossen sind, bieten viele nun kostenfrei Livestreamings, Videos und Podcasts, Hörspiele an.

<https://www.ndr.de/nachrichten/info/sendungen/mikado>

<https://www.kindernetz.de/>



Schulfernsehen: die öffentlich-rechtlichen Fernseher bieten auch Schulfernsehen an. Hier findet Ihr alle Filme von SWR und WDR- Fernsehen für Schüler*innen:

<https://www.planet-schule.de/>

Selber backen und kochen: statt Schokolade und Chips könnt ihr auch gesunde Snacks Alternativen selber herstellen: Popcorn selber machen, gemeinsam leckere Sandwiches und Burger ausdenken, oder einen Dip aus Kräutern und Quark mit Gemüsesticks zubereiten. Hier findet Ihr viele gute Rezepte.



<https://www.chefkoch.de/rezepte>

Und nun wünschen wir Euch viel Spaß beim Ausprobieren!!!



**Mit freundlichen Grüßen
Ihre/ Eure Schulsozialarbeit**

Wir bleiben auch in diesen Zeiten in der Schule erreichbar!