

**elterninfo**

# spiel mit mir! 5

*Ihren Kindern ist langweilig? Kein Problem! Unsere elterninfo ist diesmal prall gefüllt mit traditionellen und neuen, einfachen und ungewöhnlichen Spiel- und Bastelideen. Egal, ob es draußen mal wieder ungemütlich ist und Ihre Kinder eine Anregung zum Spielen im Zimmer brauchen oder ihnen im Freien außer Versteckspielen nichts mehr einfällt – hier werden sie garantiert fündig. Und das Tolle daran: Diese Spiele kosten nichts.*

*Unsere Spielvorschläge sprechen die Sinne der Kinder an, fördern ihre Kreativität und regen sie an, die kleinen Dinge dieser Welt mal ganz genau zu betrachten.*

spiel mit mir!



## **Kaiser, Kaiser, wie viele Schritte darf ich gehen?**

.....  
Das haben schon Oma und Opa gespielt – und doch macht es Kindern immer wieder Spaß: Alle Kinder stehen in einer Reihe. Nur eins – der Kaiser – steht allein in einem großen Abstand und

mit dem Rücken zu ihnen. Die Kinder rufen „Kaiser, wie viele Schritte darf ich gehen?“ Der Kaiser darf nun bestimmen. Sagt er zum Beispiel: „Rot darf vier Mäuseschritte gehen“, dürfen alle Kinder, die irgendetwas Rotes anhaben, vier Mäuseschritte gehen – das bedeutet: immer einen Fuß direkt vor den nächsten. Es gibt auch „Gehschritte“

(normales Gehen) oder Siebenmeilenschritte (so große Schritte wie möglich, ohne zu springen). Mogeln ist dabei erlaubt – aber wehe, der Kaiser dreht sich blitzschnell um und merkts! Dann muss das Mogelkind zurück an die Startlinie. Wer als Erster beim Kaiser ankommt, darf in der nächsten Runde Kaiser sein.

# spiel mit mir! 5

elterninfo spiel mit mir!



Mit diesen Spielen macht Ihren Kindern die Langeweile garantiert Spaß!

## Knobelweg

Spaziergehen ist blöd! Sagen Ihre Kinder das auch? Dann machen Sie mit ihnen doch mal einen Knobel-Spaziergang! Der bringt Spaß und kostet nur einen Cent! Vor der Haustür geht's los: Da wird das Centstück geworfen: Liegt die 1 oben, geht's los nach rechts, liegt das Blatt oben, geht's nach links. An jeder Straßen- oder Wegecke wird's auf's Neue spannend: Wo führt uns der Cent jetzt hin?

**Ein Tipp:** Kleine Kinder machen den Knobel-Spaziergang am besten gemeinsam mit den Eltern, größere Kinder sollten rechtzeitig umkehren, damit sie den Weg nach Hause wiederfinden.

## Fuß-Abenteuer

Dies ist ein Spaziergang ganz anderer Art! Sammeln Sie dafür niedrige Kartons, am besten sind Schuhkarton-Deckel. Nun können Ihre Kinder die Kartons mit unterschiedlichem Material befüllen – dabei ist ihrer Fantasie keine Grenze gesetzt: Kastanien, Erbsen, Blätter, Holzwolle, Watte, Sand, Knetmasse und und und... Anschließend werden die Kartons

in eine Reihe gestellt und jemand wird mit verbundenen Augen und barfuß über diesen kitzeligen „Fuß-Weg“ geführt. Ob er alles erraten kann? Probieren Sie es doch am besten selbst zuerst aus!

## Überraschung auf der Fensterbank

Alle Pflanzen wachsen aus Samen – das lernen Ihre Sprösslinge schon im Kindergarten. Auch Vogelfutter besteht zum größten Teil aus Samen. Lassen Sie Ihre Kinder doch mal entdecken, was in den verschiedenen Körnern steckt! Dazu legen die Kinder ein paar Samen des Vogelfutters in einen Blumentopf voller Erde, drücken sie ein bisschen fest und bedecken sie mit einer dünnen Erdschicht. Besonders gut und locker ist übrigens die Erde von den Maulwurfshügeln! Den Topf stellen die Kinder auf eine helle Fensterbank (aber nicht in die pralle Sonne) und gießen ihn jeden Tag ein bisschen. Schon bald können die Kleinen staunend entdecken, was da keimt und wächst!

## Ein Haus aus Pappe

Kinder verstecken sich für ihr Leben gern – das wissen Sie wahrscheinlich nur zu gut! Große Papphäuser lieben sie besonders. Wenn bei Ihnen in der Straße Altpapier abgeholt wird, halten Sie doch mal Ausschau nach großen Kartons (von Waschmaschinen, Fernsehern o.ä.). Daraus können Sie mit Ihren Kindern ein wunderschönes Spielhaus bauen. Mit einem Teppichmesser schneiden Sie Fenster und Tür hinein, das Anmalen der neuen Behausung mit Fensterläden, Hausnummer, Dachziegeln und Blumenkästen können die Kinder selbst übernehmen. Und schon gibt es für ein paar Tage eine neue kleine Attraktion im Kinderzimmer.

**Tipp:** Kinder lieben es, wenn sie mal in ihrem neuen Haus zu Abend essen dürfen und Sie ihnen Käseschnitten und Apfelsaft durch das Pappfenster servieren!

## Eierkarton

Auf dem Markt und auch in einigen Läden gibt es unverpackte Eier zu kaufen, die in Papp-Paletten gestapelt sind. Fragen Sie doch mal, ob sie ein, zwei dieser Eierpappen haben können. Die Kinder machen im Nu ein Ball-Fang-Brett daraus.

Und so geht's: Die Kuhlen farbig ausmalen und in jede eine Zahl schreiben. Als Ball kann alles Mögliche herhalten: Ein Tischtennisball oder eine Kastanie, eine Murmel oder

auch einfach eine kleine Kugel aus zerknüllter Alufolie. Einer wirft den Ball, der andere fängt ihn mit dem Eier-Pappe-Fangbrett. Die Zahlen in den Kühlen zählen als Punkte, wer nach zehn Mal werfen die meisten Punkte hat, ist Eier-Papp-Sieger!

## Spannende Langeweile

.....

Zum Schluss ein ganz besonderer Spiel-Tipp – nämlich gar nichts tun! Wie soll denn das gehen? Ganz einfach: Setzen Sie sich mal mit ihren Kindern mitten ins Zimmer auf den Boden und seien Sie mucksmäuschenstill. Nicht bewegen! Was ist alles zu hören? Ein Auto auf der Straße? Schritte in der Wohnung oben? Wer mag da wohl gehen? Die Mutter oder das kleine Kind? Ist vielleicht Vogelgezwitscher aus dem Garten zu hören? Oder die Waschmaschine vom Nachbarn? Und wonach riecht es? Nach den Bratkartoffeln von der Oma unten drunter? Oder nach gar nichts? Nach einer kleinen Weile können Sie sich mit ihrem Kind austauschen. Was hat der eine gehört und gerochen – und was der andere?



**Spielen, das heißt experimentieren, erkunden, riskieren, sich an Regeln halten und auf das Glück hoffen.**

Weitere Spielideen für drinnen und draußen finden Sie im Internet unter:

- [www.eltern.de/forfamily/familie\\_freizeit/spiel\\_spass/spieledatenbank/index.html](http://www.eltern.de/forfamily/familie_freizeit/spiel_spass/spieledatenbank/index.html)
- [www.kindergeburtstag-spiele.de/spiele\\_fuer\\_draussen/gartenspiele.html](http://www.kindergeburtstag-spiele.de/spiele_fuer_draussen/gartenspiele.html)
- [www.familie.de/spielen-basteln/](http://www.familie.de/spielen-basteln/)
- [www.praxis-jugendarbeit.de/spiele-sammlung.html](http://www.praxis-jugendarbeit.de/spiele-sammlung.html)



# spiel mit mir! 5 elterninfo spiel mit mir! o mir!

## eltern tipps

- ✦ **Verbinden Sie das Nützliche mit dem Spielerischen, indem Sie Alltagssituationen spielerisch gestalten! Üben Sie z.B. Balancieren, „Wie viele Bäume gibt es auf dem Weg zum Briefkasten?“, „Welche Formen lassen sich aus Kartoffeln erkennen?“, ...**
- ✦ **Spielregeln, Verlieren und auch Gewinnen gehören zum Spielen. Achten Sie aber darauf, dass die Spiele Spaß machen, dann fällt das Verlieren – auch den Eltern – leichter.**
- ✦ **Nehmen Sie sich bewusst Zeit und Aufmerksamkeit für Ihre Kinder, in der Ablenkungen wie Telefonate oder der laufende Fernseher vermieden werden.**
- ✦ **Spielen ist ein sinnvolles Gebiet, das Aufstellen und Einhalten, wie auch das Brechen von Regeln zu erproben. Binden Sie Ihre Kinder mit ein, lassen Sie sie selbst Spielregeln erfinden und ausprobieren!**



### Quelle:

Broschüre „Spiel mit mir!“ des Ministeriums für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen im Rahmen der Aktion Suchtvorbeugung

### Herausgegeben durch die:

Landeszentrale für Gesundheitsförderung  
in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG)  
Büro für Suchtprävention  
Fachstelle „Prävention der Glücksspielsucht“ RLP  
Hölderlinstraße 8, 55131 Mainz  
Fon: 06131 2069-0, Fax: 06131 2069-69  
[www.lzg-rlp.de](http://www.lzg-rlp.de)

### V.i.S.d.P.:

Jupp Arldt, *Geschäftsführer der LZG*

### Redaktion und Kontaktpersonen:

Nina Roth, *Büro für Suchtprävention*

Helmut Hafemann, *Referat Gesundheitsförderung bei Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen*

### Autorin:

Martina Peters, *freie Journalistin*,

[www.martina-peters.de](http://www.martina-peters.de)

### Grafisches Konzept:

[www.andreawagner-grafikdesign.de](http://www.andreawagner-grafikdesign.de)

### Bildnachweis:

[www.pixelio.de](http://www.pixelio.de)

### Druck:

IB Heim



Landeszentrale  
für Gesundheitsförderung  
in Rheinland-Pfalz e.V.



Bisher erschienene Elterninfos: 01 shisha, 02 adipositas, 03 alkopops, 04 kinder & medien, 05 spiel mit mir!, 06 passivrauchen, 07 demenz, 08 komasaufen, 09 krebs, 10 schulweg, 11 alkoholfrei schwanger, 12 freizeitstress, 13 medikamente, 14 snack to go, 15 schlafen, 16 glück im spiel?, 17 gehirn, 18 schwanger is(s)t gesund, 19 impfen, 20 trinken, 21 kinderdepression, 22 elterndepression, 23 alkoholfrei fahren, 24 fantasie, 25 ausbildung, 26 bulimie, 27 handy, 28 taschengeld

*Kostenlose Bestellungen möglich gegen Rückporto*



Materialien zur Gesundheitsförderung  
LZG-Schriftenreihe Nr. 145 / Artikel-Nr.: 1005