

## Quarantäne-Zeit ist Familien-Zeit Mit Babys, Kleinkindern, Kita- und Schulkindern

Quarantine is family time  
with babys, small children  
and school kids



Basteln

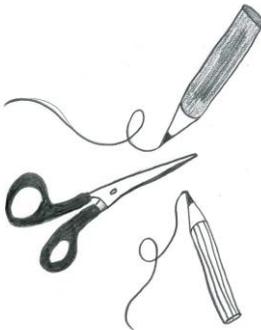
Crafting

Mundschutz basteln aus einem Tuch ohne nähen.

Make a mask without sewing out of a scarf

<https://www.kindersache.de/bereiche/spiel-spass/selbermachen/basteln/mundschutz-selber-machen>

(Für Kita- und Schulkinder)



Lernen

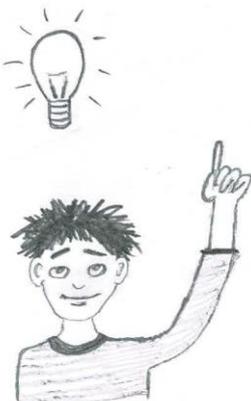
Learning

Wissen testen im Coronavirus-Quiz für Kinder.

Knowledge check about Corona virus for kids.

<https://seitenstark.de/kinder/spiele/quiz/corona-quiz>

(Für Schulkinder)

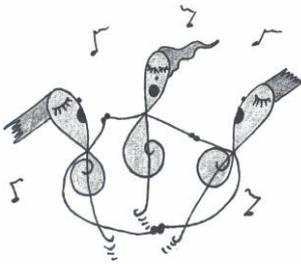


Podcast

Weißt du`s schon? Das Hörrätsel für Kleine und Große

<https://www.podcast.de/podcast/648715/>

(Für die ganze Familie)



## Lieder, Singspiele

### Songs, games with music

<https://www.youtube.com/watch?v=DgATXhAucqk>

1, 2, 3 im Sauseschritt  
Gehen alle Kinder mit  
1, 2,3 im Sauseschritt  
Gehen alle alle Kinder mit  
1, 2,3 im Sauseschritt  
Gehen alle Kinder mit  
Der ... ist nun an der Reih  
Und läuft an uns vorbei  
Bücken, strecken, rundum drehen  
Viermal klatschen, stampfen, stehen

1, 2,3 im Sauseschritt  
Gehen alle Kinder mit  
Die ... ist nun an der Reih  
Und läuft an uns vorbei  
Bücken, strecken, rundum drehen  
Viermal klatschen, stampfen, stehen

1, 2,3 im Sauseschritt  
Gehen alle Kinder mit  
Der ... ist nun an der Reih  
Und läuft an uns vorbei  
Bücken, strecken, rundum drehen  
Viermal klatschen, stampfen, stehen

1, 2,3 im Sauseschritt  
Gehen alle Kinder mit  
Die ... ist nun an der Reih  
Und läuft an uns vorbei  
Bücken, strecken, rundum drehen  
Viermal klatschen, stampfen, stehen

1, 2,3 im Sauseschritt  
Gehen alle Kinder mit  
Der ... ist nun an der Reih  
Und läuft an uns vorbei  
Bücken, strecken, rundum drehen  
Viermal klatschen, stampfen, stehen

Quelle: [LyricFind](#)  
Songwriter: Lore Kleikamp / Detlev Joecker

(Für Kitakinder)

## Mediennutzung zu Hause / Digitale Prävention

Um Dein Kind beim verantwortungsvollen Umgang mit den digitalen Medien zu unterstützen, rät die Fachstelle für Suchtprävention Berlin folgendes:

### Sei Vorbild für Dein Kind!

Überprüfe Deinen eigenen Umgang mit Medien: Schaut Du bei Langeweile Fernsehen? Nutzt Du Dein Smartphone während der gemeinsamen Mahlzeiten? Checkst Du ohne Grund Deine Nachrichten? Kinder lernen von ihren Eltern und übernehmen Verhaltensweisen ihrer Vorbilder.

### Schaffe medienfreie Zeiten!

So könnt Ihr z.B. zu gemeinsamen Mahlzeiten, wenn die Kinder ihre Schulaufgaben erledigen oder während gemeinsamer Familienaktionen medienfreie Zeiten vereinbaren.

Sei sparsam im Umgang mit der Veröffentlichung von Daten und Bildern von Deinem Kind! Stelle nicht ungefragt die Fotos Deines Kindes ins Internet!

### Zeige Interesse für die Aktivitäten Deines Kindes im Internet!

Lassen Dir von Deinem Kind zeigen, womit es sich gerade im Internet beschäftigt. Mit welchen Spielen spielt es, mit wem ist Dein Kind im Kontakt? Zeige Interesse und tausche Dich mit ihm dazu aus. Hast Du Bedenken zu Aktivitäten Deines Kindes im Internet, äußere diese und bleibe im Kontakt. Gehe dabei auch Konflikte nicht aus dem Weg.

### Stelle gemeinsam mit Deinem Kind Regeln und Zeitvergaben für die Mediennutzung auf.

Ein selbst erstellter Mediennutzungsvertrag beinhaltet z.B. was ist erlaubt und wann dürfen Medien von Deinem Kind genutzt werden. Jüngere Kinder sollten nur in Deinem Beisein digitale Medien nutzen.

So gibt es Richtwerte zum zeitlichen Rahmen:

im Alter von 3 bis 5 Jahren maximal 30 Minuten/ Tag  
im Alter von 6 bis 9 Jahren maximal 60 Minuten/ Tag  
ab 10 Jahren Wochenkontingent von 1 Std/ Lebensjahr  
ab 14 Jahren sind Mediennutzungsverträge nicht mehr altersentsprechend

Schaffe für Dein Kind Alternativen zum Surfen im Internet und Spielen im Onlinebereich. So könnt Ihr gemeinsame Spieleabende planen, Fahrradausflüge unternehmen, Kochen und /oder Langeweile aushalten lernen. Denn Langeweile ist nicht selten Quelle neuer Ideen und Kreativität.

Weitere Anregungen gibt es unter folgenden Links:

[www.ins-netz-gehen.de](http://www.ins-netz-gehen.de), [www.check-dein-spiel.de](http://www.check-dein-spiel.de), [www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de), [www.usk.de](http://www.usk.de), [www.schau-hin.info](http://www.schau-hin.info), [www.spieleratgeber-nrw.de](http://www.spieleratgeber-nrw.de)

Quelle: Newsletter Shia

(für Eltern)

