

AKTIV MIT KLEINKINDERN

1 – 3 Jahre

Allgemeines zur Altersphase

- Viele Alltagsaufgaben im Haus lassen sich auch schon mit kleinen Kindern gemeinsam erledigen. Wichtig dabei ist es, den Kleinen begrenzte und für sie leistbare Aufgaben zu geben, die sie auf ihre Weise erledigen können. Das Ergebnis darf zweitrangig sein! Entscheidend sind die gemeinsam verbrachte Zeit und das positive „mit einbeziehen“. Kleine Kids helfen so gern und sind mega stolz auf ihre Erfolge!
- Bei Spielfrust oder Langeweile des Kindes nicht sofort in Aktionismus geraten! Eher das unangenehme Gefühl, das sich im Kind ausbreitet benennen und ihm somit helfen damit klar zu kommen. Auch Kleinkinder können einige Minuten aushalten ohne „bespaßt“ zu werden. Häufig beruhigt sich das Kind von allein und findet ein neues Spiel. Ansonsten versucht eure Kinder zu neuen Spielideen zu lenken, ohne zu schimpfen.
- „Eine Auszeit für mich – eine Auszeit für dich!“ - Sich mit einer befreundeten Familie zusammentun (und damit den Kontaktrahmen begrenzen) und in der Betreuung der Kinder entlasten.

Dringen, „Jetzt muss aber auch mal was erledigt werden...“

- Beim Hausputz helfen (Fegen, Staubsaugen, Staubwischen, Bad putzen)
- Tägliche Aufgaben gemeinsam machen (Müll raustragen, Einkauf wegräumen, Tisch decken, Tisch abräumen).
- Gemeinsam kochen oder backen (Obst oder Gemüse waschen, Teig rühren, Zutaten in den Topf geben...).
- „Hühnerpicken“ – das Aufräumen zu einem Spiel machen! Jeder ist ein Huhn und „pickt“ vom Boden Sachen auf. Diese werden in die entsprechenden Boxen / Körbe gelegt. Dabei darf ordentlich „gegackert“ werden! Schwieriger: Jedes Huhn pickt nur nach einer bestimmten Farbe.

Dringen, kreativ

- Mit Fingerfarben auf großen Bildern malen (Tapete / Flipchartblatt / Malblock).
- Mit Fensterfarben Fensterbilder gestalten.
- Kneten / Knete selber herstellen (Knete-Haare gehen super mit der Knoblauchpresse 😊).
- Kreative Osterzeit (Ostergarten anlegen / Pflanzensetzlinge oder Kresse säen / Osterdeko aufhängen).
- Eine Geschichte erzählen und ein Bild dazu malen => Für jedes Kleinkind sind die Eltern Künstler! (z.B. „Was passiert auf einer Baustelle“ oder „Was erleben wir am Strand?“).

Dringen, spielen

- Einkaufen spielen- mit Mama und Papa ist das immer wieder der Hit... (sogar ohne Kaufmannsladen).
- Kapla / Duplo oder mit Kartons bauen, bis der Turm zur Decke reicht. Sogar Papa braucht einen Stuhl zum Hochsteigen dafür!
- Murmelbahn aufbauen.
- Holzbahn (z.B. Brio) / Duplobahn aufbauen.
- Mit Decken und Tüchern eine Höhle bauen und dann mit Taschenlampen darin Geschichten vorlesen oder Mittagsschlaf machen.

Dringen, besondere Projekte

- Bobbycar, Dreirad oder Laufrad putzen (das geht natürlich auch draußen).

Dringen, verrückte Ideen

- Schöne Tanzmusik anmachen und zusammen tanzen.
- Flugzeug spielen: Das Kind ist das Flugzeug (auf dem Bauch und mit ausgebreiteten Armen) und wird durch die ganze Wohnung getragen und entdeckt dabei verschiedene "Landschaften" und "Länder" (welche die Eltern "ausmalen"). Gelandet wird auf dem "Flughafen" im Bett.
- Verkleiden... Alle ziehen Hüte, Kleider, Tücher an und dann vor den großen Spiegel oder Fotoapparat.
- Theater spielen/ Handpuppenbühne/ Fingerpuppen, auch schnell aus Stoff o. Papier gebastelt.

Dringen, eine Zeit der Ruhe

- Vorlesezeit mit schönen Bilderbüchern.
- Kuseln mit Entspannungsmusik

Draußen, um Wohnung und Haus

- Hof fegen, Unkraut zupfen (mit Eimer, Schaufel, Kinderschubkarre).
- Pfützen springen.

Draußen, im Ort

- Einen Spaziergang durch den Ort / das Viertel machen und schauen, wo gerade gebaut wird. Dieser „Baustellenbesuch“ kann täglich wiederholt werden.
- Gemeinsam einkaufen und das Kind darf den Einkaufszettel halten. Nach jeder Sache im Einkaufswagen wird auf der Liste abgestrichen. Zum Schluss gibt es für die große Hilfe eine kleine Belohnung, z. Bsp. dreimal in die Luft geworfen werden oder Smoothie, Fruchttiger, Banane...
- Den Puppenwagen mit rausnehmen oder die Puppe auch ins Tragetuch setzen, wenn Mama / Papa das Baby trägt.

Draußen, im Garten

- Gemeinsam den Garten frühlingsfit machen.
- Murelbahn bauen im Sand.

Draußen, in der Natur

- 500 Meter draußen sein! - einen Spaziergang in der Natur machen und viel Zeit für kleine Entdeckungen haben (Würmer, Käfer, Schnecken und Blumen entdecken und beobachten / Steine, Stöcke und Blätter sammeln). Manchmal stehen wir mehr spazieren als zu gehen 😊.
- Am nächsten Tag die gleiche Strecke wieder gehen. „Finden wir dieselben Sachen?“

Diese Tipps wurden zusammengestellt im März 2020 von Anja Hübler, Joy-Isabel Stein und Klaus Schnake