

Hallo liebe Kinder,

... ihr seid bestimmt ganz doll fleißig?! Ich habe gehört, dass euch die Lehrer ganz viele Aufgaben gegeben haben. Das ist auch richtig so - denn weiterlernen macht euch noch schlauer. Und ich bin mir sicher, ihr macht das alle ganz prima 😊

Manchmal ist es sicher auch schwierig, sich gut zu konzentrieren. Und deshalb habe ich mir ein paar Spiele ausgedacht, mit denen ihr eure Konzentration verbessern könnt. Und das Beste: Sie machen auch noch richtig Spaß und die ganze Familie kann mitspielen.

1. Spiel

⇒ Dieses Spiel kannst du auch alleine spielen.

Hier gilt es, einen Unterschied zu merken: Als **Erstes** nehmt ihr ein Gummibärchen (oder ein Stück Schokolade) und esst es einfach ganz schnell auf. Gemacht? Super! Nun trinkt einen Schluck Wasser! Als **Zweites** nehmt ihr wieder ein Gummibärchen (oder wieder ein Stück Schokolade) und legt es auf eure Zunge, schließt den Mund und nun ganz langsam auflutschen, das Gummibärchen (oder die Schoki) mal links herum drehen, mal an den Gaumen legen, einfach nur auf der Zunge liegen lassen - genießt es richtig, atmet dabei ganz entspannt durch die Nase ein und aus.

Das ist eine tolle Entspannungs- und Achtsamkeitsübung.

2. Spiel

⇒ Für dieses Spiel braucht ihr 2 Spieler, es können aber auch mehr sein.

Habt ihr ein paar Spieltiere (z.B. von Schleich)? Super! Nehmt mindestens 10 Tiere und legt sie auf den Boden. Schaut sie euch genau an und dann legt ihr ein Tuch darüber. Ein Spieler schließt nun die Augen (Nicht Schummeln! Denn dann macht es ja auch keinen Spaß mehr 😊!), und legt seine Hände unter ein weiteres Tuch. Der andere Spieler darf ein Tier unter dem Tuch aussuchen und legt es unter das andere Tuch, damit der erste Spieler das Tier ertasten kann. Da das Tier nun unter dem Tuch ist, darf man dabei auch die Augen wieder aufmachen.

Ertastet und Erraten? Jetzt ist der Andere dran. Ich denke, ihr schafft das bestimmt prima!

3. Spiel

⇒ Für dieses Spiel braucht ihr auch wieder mindestens 2 Spieler, es können aber auch mehr sein.

Findet 10 - 15 Gegenstände (das kann alles sein: 1 Radiergummi, 1 Pinsel, 1 Klebestift, Klebestift, 1 kleiner Ball ... was ihr auch findet. Passt nur auf, dass die Gegenstände nicht zu groß sind. Ihr könnt auch die Tiere vom vorhergehenden Spiel nehmen) Legt die Dinge auf den Boden und legt ein Tuch rüber. Nun heißt es wieder: Augen zu, außer für einen Spieler. Der nimmt nämlich ganz schnell einen Gegenstand unter dem Tuch hervor und legt ihn hinter sich. Alle Augen dürfen nun wieder aufgemacht werden, das Tuch wird hochgehoben - und? Schon gesehen, welcher Gegenstand fehlt? Mal sehen, wer das Spiel besser kann: die Kinder oder die Erwachsenen?

Variante bei dem Spiel: Legt alle Gegenstände auf den Boden und schaut sie euch 1 Minute genau an. Danach kommt ein Tuch rüber und ihr schreibt so viele Dinge auf einen Zettel, die ihr euch merken konntet.

Und ganz wichtig! Es soll Spaß machen - so könnt ihr alle gewinnen😊

Fühlt euch ganz doll von mir gedrückt,

Eure Raffi