

# Ferienideen Frühling 2020 für Jugendliche und Familien

## **Lesen / Hörbücher hören**

<https://www.srf.ch/sendungen/zambo/zambo/hoerspiele>

## **Schreiben**

Tagebuch schreiben und dabei die Erfolgserlebnisse und erfreulichen Momente des Tages festhalten.

Gedichte schreiben

Geschichten / Texte schreiben

Ein Bilderbuch / einen Comic verfassen

## **Spielen**

Puzzles legen / Sudokus lösen / Kreuzworträtsel

Gesellschaftsspiele wie Monopoly, Kartenspiele (Uno), Ratespiele, Stadt Land Fluss, Ligretto , „the mind“, der wahre Walter,

<https://skribbl.io/> online Zeichnungsspiel

Zaubertricks / Sketch einüben

## **Natur erleben**

Geocaching : Schatzsuche. "Schnitzeljagd" mit Satellitenunterstützung.

Setzlinge ziehen auf Fensterbrett, Balkon, im Garten

Essen im Wald zubereiten / Schlangensalat / bräteln

Herbar anlegen

## **Werken/ Basteln**

Domino basteln aus Karton, beim Fallen filmen

Aus Legosteinen den eigenen Namen bauen – Foto

Ein Mobile herstellen (z.B: mit Wald- Naturgegenständen)

Drachen basteln

Raketen basteln (Buch spacer racers- Make your own paper Rockets)

Chügelibahn durchs ganze Haus bauen. Einfach alte WC-Rollen halbieren und zusammenkleben. Und schon kannst du deine Chügelibahn formen, wie du möchtest.

Osterdeko /Tischdeko für Ostern /Türschmuck (e.g. Blumen, Blüten, Serviettenringe, Hasen)

Kinder Kunst: <https://www.labbe.de/kikunst/>

Malbuch : <https://www.kinder-malvorlagen.com/>

Kidsville : <http://www.kidsville.de/atelier/kunst/>

Origami: <https://www.origami.ch/>

Poisson rouge : <https://www.poissonrouge.com/>

Club Konkret unterstützt Projektideen von Jugendlichen von 12 bis 25 Jahre.

<https://www.clubkonkret.ch/>

Club Konkret unterstützt Projektideen von Jugendlichen von 12 bis 25 Jahre.

<https://www.clubkonkret.ch/>

## **Zeichnen**

Bilder oder Collagen alleine oder als Familie gestalten. Dabei können Sie, die in der Beilage befindende Anregungen verwenden oder ein eigenes Werk entwickeln. Für Collagen können auch verschiedene Materialien, alte Zeitschriften, Plakate, Stoffe, Alufolie, farbiges Papier, etc. verwendet werden.

## **Kochen**

Ostereier färben, anmalen

Ostermenu kochen / Brot backen / Pizza selbst machen/ Kuchen, Cupcakes backen / Brot im Blumentopf backen (Blumen mit Papier gestalten) / mit Zopfteig Osterhasen oder Osternest backen

## **Sportliche Aktivitäten**

Videos (Fitness, Tanz)

Velotour

Joggen, Vita Parcours

## **Experimente**

<https://www.simplyscience.ch/teens-machmit-experimente.html>

<https://www.geo.de/geolino/basteln/15225-thema-experimente>

## **Filme schauen**

z. B. Whale rider (Maorimädchen, das mit Traditionen kämpft)

## **Musik**

Notenmax

<http://notenmax.de/#/home>

Klangkiste

<https://klangkiste.wdr.de/>

## **Virtuelle Besuche**

The British Museum London: <https://britishmuseum.withgoogle.com>

TED-Ed "Awesome Nature" – Videos

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLD018AC9B25A23E16>

Monterey Bay Aquarium besuchen - Live Hai-, Quallen-, Seeotter- Pinguin-Webcams aus einem der grössten Aquarien der Welt

<https://www.montereybayaquarium.org/animals/live-cams>

travel to Paris France to see amazing works of art at the Louvre: <https://www.louvre.fr/en/visites-en-ligne>

Entdecke den Yellowstone National Park: <https://www.ups.gov/yell/learn/photosmultimedia/virtual-tours.htm>

Explore Mars: <https://accessmars.withgoogle.com>

SRF Clip und Klar – Wissenswerte Themen

<https://www.srf.ch/play/tv/sendung/clip-und-klar?id=acoe6fb8-3fba-45d5-81a4-a4719d61f192>

SRF Zambo

<https://www.srf.ch/sendungen/zambo>

YouTube-Kanal für Jugendliche (Kurz gesagt):

<https://www.youtube.com/user/KurzgesagtDE>

Wissen macht Ah! (Hier gibt es auch einen Podcast)

<https://kinder.wdr.de/tv/wissen-macht-ah/>

**Wir wünschen allen schöne und unterhaltsame Ferien!**

# Anregungen für Zeichenideen in der Familie oder alleine

## Frühling – Blüten

Blüten gelten als Symbol, für Dinge, die gut gelingen und Ressourcen sind. Überlegen Sie sich wofür Sie in der Familie/ für sich alleine Blüten verteilen möchten/ können? Sie können untenstehende Fragen miteinander diskutieren und in einem Gemeinschaftsbild festhalten. Du kannst die Aufgaben auch für dich alleine lösen und ein Bild daraus gestalten.

Hängen Sie das Bild für alle gut sichtbar auf, damit Sie sich Ihrer Stärken (Ressourcen) bewusst werden.

*Ressourcen der Familie: Wofür kriegt unsere Familie Blüten?*

- Welche Kompetenzen hat unsere Familie?
- Wie zeigt sich das gute Leben in unserer Familie? Was genießen alle miteinander?
- Wo packen alle an? Was ist schon erreicht?
- Worin zeigen sich Ausdauer und Kontinuität?

*Ressourcen des Einzelnen: Wofür kriegt jedes Familienmitglied Blüten?*

- Was macht Person auf Anhieb sympathisch?
- Was sticht Person im besonderen Masse aus?
- Was hat Person bereits erreicht?
- Was sind wichtige Lernerfahrungen aus schwierigen Situationen im Leben?

*Rückmeldung über gelungene Entwicklungsschritte*

- Was ist aufgeblüht? Was hat sich gezeigt?
- Was waren erste Zeichen des Beginns (Frühlings)? ... wie ging es weiter?
- Wer hat wen unterstützt?
- Was ist besonders erfreulich / überraschend / gelungen?

Sie können sich in der Familie untereinander Blüten verschenken für Dinge, die gut gelaufen/ erfreulich/ gelungen waren oder für Wünsche, die sie füreinander haben.

## Dankbarkeit

Sie können sich in der Familie / in der Verwandtschaft / mit Freunden gegenseitig Kärtchen schreiben, und festhalten, wofür man dem andern dankt. Die Karten können einzeln gestaltet und an einzelne Person geschickt werden oder als Collage (in der Familie) zusammengefügt werden.

Baum der Dankbarkeit (Tree of Gratitude) malen.

Bäume sind seit langem ein Symbol für Leben, Veränderung, Familie und Erneuerung. Sie haben Wurzeln, Blüten und Früchte. Zudem sind sie ein nährendes und schützendes Zuhause für Vögel und andere Kreaturen.

Stellen Sie mit Ihrem Bild das Gefühl der Dankbarkeit und Wertschätzung für ihr eigenes Leben und für jene Personen, welche in ihrem Leben sind, dar.

## Collagen – Familien Puzzle gestalten

Jedes Familienmitglied gestaltet ein Teil eines Puzzles. Als Grundlage kann ein Herz, ein Tier oder ein anderes Symbol gewählt werden. Dabei kommt zum Ausdruck, dass jedes Mitglied der Familie seinen Teil dazu beiträgt, damit die Familie zu einem Ganzen wird.