



Freizeitkalender

18. Januar 2021

Schwerpunkt Homeschooling

Download from
Dreamstime.com

This watermarked comp image is for previewing purposes only.

ID 23506657

Dan Ionut Popescu | Dreamstime.com

Homeschooling und lebendiges Lernen mit Dokus & Videos

Terra X plus versorgt euch immer montags und mittwochs mit spannenden Videos zu den Fächern Erdkunde, Biologie, Physik und Chemie - natürlich werbefrei und **kostenlos**.

<https://www.youtube.com/channel/UCP8e6wK18jJNdJpKkeQDIa>

<https://www.zdf.de/dokumentation/terra-x/terra-x-plus-schule-100.html>

Herzlich Willkommen zu **MrWissen2go** - Geschichte! Ihr seid Geschichte-Fans, Hobby-Historiker oder büffelt für den nächsten Geschichtsunterricht? Dann seid ihr hier genau richtig! Von der Antike bis zur Moderne, über berühmte Herrscher und längst vergangene Reiche, bis hin zu Ereignissen und Erfindungen die unser Leben bis heute begleiten, führt euch Mirko auf diesem Kanal durch die Zeit.

<https://www.youtube.com/channel/UCsVWpMoRsNAWZb59b6Pt9Kq>

[Das ist MrWissen2go-Geschichte!](#)

ARD-alpha bietet ein großes Video-Lernangebot, mit dem Schülerinnen und Schüler für die wichtigsten Fächer, wie Deutsch, Englisch oder Mathe lernen können.

<https://www.ardmediathek.de/alpha/schule-daheim/>

Wegen Corona bleibt die Schule erst mal geschlossen. Damit ihr besser durch diese Zeit kommt und mit tollem Extra-Wissen glänzen könnt, sobald es weitergeht, erklären Euch unsere Experten und Expertinnen spannende Fakten von Aquaponik bis Zahlenlehre. Das sind die Themen, die diese Woche auf dem Lehrplan stehen. <https://www.mdr.de/wissen/gernelernen-ausblick-kalenderwoche-drei-100.html>

Homeschooling für Kinder im Grundschulalter

Der rbb bietet mit der Aktion Schulstunde eine preisgekrönte, interaktive Unterrichtsmaterialiensammlung für Grundschülerinnen und Grundschüler. Auf unseren Webseiten stehen Filme, Audios, Sachtexte, Arbeitsblätter sowie Projektideen zum Download bereit. Konzipiert sind sämtliche Materialien schwerpunktmäßig für 3. bis 6. Klassen. Dabei sind sie so gestaltet, dass sie problemlos im Homeschooling durch Eltern und andere betreuende Personen genutzt werden können.

<https://www.rbb-online.de/schulstunde/>

Der etwas André Unterricht.

Was kann man mit Fingerboards anstellen? Was für Tipps gibt's zum schriftlichen Addieren? Und kann man auf Eierkartons laufen? Darum geht es bei André und Frau Fobbe in dieser Folge

<https://kinder.wdr.de/av/video-fingerboards-schriftliches-addieren-und-laufen-auf-eierkartons-100.html>

Wieviel wiegt wohl ein Blatt Klopapier? Warum lernen eigentlich alle Englisch in der Schule? Und was erleben die Klassentiere im Lockdown? All das zeigen André und Frau Fobbe in dieser Folge.

<https://kinder.wdr.de/av/video-klopapier-englisch-in-der-schule-und-klassentiere-100.html>

Wie wird eine Sprudelflasche zur Rakete? Wie turnt man seinen Namen? Und seit wann gibt es eigentlich die Polizei? Das erklären André und Frau Fobbe in dieser Folge.

<https://kinder.wdr.de/av/video-polizei-den-namen-turnen-und-eine-sprudelflasche-als-rakete-100.html>

Wie hoch kann man einen Schneemann bauen? Wie funktioniert Liedergurgeln? Und wann hat man so richtig ein Brett vorm Kopf? Darum geht es bei André und Frau Fobbe in dieser Folge.

<https://kinder.wdr.de/av/video-schneemann-liedergurgeln-und-ein-brett-vor-dem-kopf-100.html>

Wie genau sehen Schneeflocken aus? Kann man auch zu Hause Schlittschuh laufen? Und wie kann man sich als Erstklässler am besten die Buchstaben des Alphabets merken? All das zeigen André und Frau Fobbe in dieser Folge. <https://kinder.wdr.de/av/video-schnee-zahlen-und-die-richtigen-woerter-100.html>

Was ist eigentlich ein Abakus? Was passiert, wenn ich eine Gurke an den Strom anschlieÙe? Und wie sortiere ich meine Lernwörter für den Deutschunterricht? All das zeigen André und Frau Fobbe in dieser Folge. <https://kinder.wdr.de/av/video-abakus-eine-gurke-mit-strom-und-lernwoerter-100.html>

Wissenschaft und Bildung bei NDR Info

Ob Pränataldiagnostik oder Raumfahrt, die neuesten Ergebnisse der PISA-Studie oder der Mangel an Lehrkräften: Themen aus den Bereichen Wissenschaft und Bildung tauchen regelmäßig bei NDR Info auf. Wir beleuchten sie eingehend, hintergründig und aus unterschiedlichen Blickwinkeln. Denn Wissen schafft Bildung. <https://www.ndr.de/nachrichten/info/sendungen/wissenschaft-und-bildung/index.html>

Rundgang durch das Aquazoo LÖbbecke Museum

Im Aquazoo LÖbbecke Museum könnt ihr bei einem Rundgang durch die Ausstellung in verschiedene Aquarien und Gehege eintauchen – und zwar virtuell. Bei der 360-Grad-Tour werdet ihr von einem Audioguide begleitet, der euch über die Meeres- und Landbewohner, die Lebensräume und die Evolution aufklärt. Und mithilfe einer Lupenfunktion könnt ihr an vielen Stellen näher rangehen und ganz genau hinschauen. <https://aquazoo.duesseldorf.de/>

Virtuelle Entdeckungsreisen

Habt ihr schon einmal die Wartburg besucht? Oder möchtet ihr mal (wieder) das Gelände der Zeche Zollverein erkunden? Im echten Leben müssen Ausflüge und Reisen noch warten, aber virtuell können wir diesen und anderen Kulturdenkmälern in Deutschland jederzeit einen Besuch abstatten und uns bei einem virtuellen Rundgang umsehen. <https://www.kaenguru-online.de/themen/medien/virtuelle-entdeckungsreisen>

Energie ist überall

Die Wimmelapp „Energie ist überall“ bietet Kindern im Grundschulalter zahlreiche interaktive Animationen, kleine Geschichten und Spannendes zum Entdecken und Weiterforschen rund um Energieformen und Umwandlungsprozesse. In sechs Wimmelbildern zeigt die kostenfreie App der Stiftung „Haus der kleinen Forscher“ Kindern, dass Energie wirklich überall ist. Die App funktioniert übrigens nicht nur auf Smartphone und Tablet, sondern auch auf dem PC. <https://www.energie-wimmelapp.de/>

Die [SchulKinoWochen NRW](#) finden vom 21. Januar bis zum 10. Februar wieder statt - zum ersten Mal allerdings auf Distanz und digital. Da die Kinos nach wie vor geschlossen sind, haben die Veranstalter ein umfangreiches Online-Programm für alle Klassenstufen mit Bezügen zu Unterrichtsthemen inklusive pädagogischem Begleitmaterial zusammengestellt. Unter dem Motto „ZUSAMMEN leben. sehen. lernen.“ liegt der Schwerpunkt in 2021 auf den Themen Migration, Inklusion und Klimaschutz.

Bibliothek to go

Mit dem Ende der Weihnachtsferien werden wieder verstärkt Lektüre und Literatur für Schule, Prüfungen oder Weiterbildung gebraucht – die Stadtbibliothek Köln bietet hierfür einen Service an. Kölner*innen können im [Online-Katalog der Bibliothek](#) maximal fünf Medien (Bücher, Hörbücher, Filme, Zeitschriften etc.) kostenfrei bestellen. Notwendig ist dafür nur ein gültiger Bibliotheksausweis. Die Ausgabe erfolgt zu festgelegten Zeiten sowohl in der Zentralbibliothek am Neumarkt als auch in den Stadtteilbibliotheken (außer in Sülz)

Schule daheim - Online lernen

<https://www1.wdr.de/fernsehen/planet-schule/index.html>

<https://www.kika.de/zeit-fuer-dich/index.html>

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

Online-Bildungsangebote zum Forschen und Entdecken

Das **kostenlose** digitale Bildungsangebot der Stiftung „[Haus der kleinen Forscher](#)“ bietet auch während Shutdown, Notbetreuung und Homeschooling umfangreiche Unterstützung, um gemeinsam mit Kindern den Forscheralltag zu gestalten. Von kostenlosen Lern-Apps bis zu niedrigschwelligen Fortbildungen. Angeboten wird ein Webinar mit Forscherideen im Alltag, ein Online-Fortbildung „MINT geht digital“ oder Forscherideen zum Nachmachen und Experimente. Die Webinare und Online-Kurse von der Stiftung „Haus der kleinen Forscher“ sind kostenfrei.

Schnupper-Uni für Schülerinnen „Perspektive Math.-Nat!“

„[Perspektive Math.-Nat!](#)“ richtet sich an mathematisch-naturwissenschaftlich interessierte Schülerinnen der Stufen 9 bis 13, die ein Fach mit dieser Ausrichtung näher kennenlernen möchten. Erklärtes Ziel der Veranstaltung ist es, den Anteil an Studentinnen und Absolventinnen in diesen Fächern zu erhöhen und richtet sich ausschließlich an Mädchen. Die ganztägige Online-Veranstaltung bietet Workshops mit Informationen über Studienvoraussetzungen und Inhalte der Fächer Physik, Astronomie, Chemie, Geodäsie und Geoinformation, Informatik, Mathematik, Meteorologie und Geowissenschaften. Die Veranstaltung findet am 18. Februar statt, [Online-Anmeldungen](#) sind noch bis zum 27. Januar möglich.

Sport und Freizeit

Aktionsidee: Zwilling gesucht

Für die Aktionsidee, die das NaturGut Ophoven für den Januar vorschlägt, eignet sich das Rheinufer besonders gut. Bei dem Spiel „Zwilling gesucht“ geht ihr nämlich auf Steinsuche und braucht dafür einen Ort, an dem es viele kleine und große Steine gibt. Dort sucht ihr nach zwei Steinen, die fast gleich aussehen – wie Zwillinge eben. Den einen Zwilling behaltet ihr in der Hand, den anderen versteckt ihr. Und dann geht die Suche los: Können eure Mitspieler*innen den Zwilling wiederfinden? <https://www.kaenguru-online.de/themen/ausflug/aktionsideen>

Tob dich aus Zuhause - Teil 3

Diese Woche dreht sich bei „Spiel, Spaß und Bewegung mit Ross“ aus dem [SPRUNG.RAUM](#) alles um Geschicklichkeit, Beweglichkeit und Reaktionsvermögen. Und um bunte Ballons, die geworfen, geschossen, gesammelt und zum Platzen gebracht werden müssen. Das wird garantiert lustig! Also: Aufpusten, durchatmen ... losspielen! Wir wünschen euch viel Spaß! <https://www.youtube.com/watch?v=uXqWDFvx9dE&feature=youtu.be>

Die Maus wird 50! Am Sonntag (17. Januar) – dann sind es [noch 50 Tage bis zum Maus-Geburtstag](#) – startet die große Mitmach-Aktion. Alle sind eingeladen, der Maus zum 50. Geburtstag mit eigenen Maus-Momenten eine Freude zu machen. Der Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt. Unter dem Motto „Wir feiern #mitdermaus“ können sich Alt und Jung beteiligen und im Netz zeigen, wie sie #mitdermaus feiern. Das Haus der Familie in Bonn bietet vom 20. Januar bis zum 10. Februar einen [Online-Kurs „Babymassage“](#) an. Bei der traditionellen indischen Babymassage nach Leboyer wird die liebevolle Zuwendung durch die Eltern unterstützt, damit das Kind im ersten Lebensjahr das notwendige Urvertrauen zu seinen Eltern aufbauen und verstärken kann. Der Kurs ist kostenlos.

Filmtipps

Jede Woche suchen wir für euch im TV-Programm, in den Mediatheken und bei den Streaming-Diensten nach besonderen [Empfehlungen für ein paar schöne Stunden in fantastischen Filmwelten](#).

Rezept für Familien

Wir lieben Glückskekse! Ihr auch? [Hier zeigt euch unsere Känguru-Mama Karla, wie ihr sie selber machen könnt](#). Schickt doch mit den Keksen ein paar frohe Botschaften und gute Wünsche in die Welt :-)

Heckenschläfer gesucht!

Mit einem [Fotowettbewerb](#) möchte euch das Umwelt- und Verbraucherschutzamt der Stadt Köln gemeinsam mit dem „BUND Köln“ auf Spurensuche nach tierischer Vielfalt schicken. Diesmal geht es um Tiere, die in Hecken leben. Gartenschläfer, Igel, Spatzen oder Asseln – Hecken bieten diesen und anderen Tieren ein Zuhause. Bis zum 31. Mai 2021 können sich Interessierte am Fotowettbewerb beteiligen und bis zu drei Fotos einsenden. Die Kriterien: Die Tiere müssen heimisch sein, Hecken als Lebensraum nutzen und im Kölner Siedlungsbereich vorkommen. Die zwölf schönsten Fotos werden am „Langen Tag der Stadtnatur“ am 15. August 2021 auf Gut Leidenhausen ausgestellt.

Kleine Tänzer*innen auf großer Bühne

In Kooperation mit dem Festkomitee Kölner Karneval ruft NetCologne die [Aktion „Kleine Tänzer*innen auf großer Bühne“](#) für Kölner Kinder- und Jugendtanzgruppen ins Leben. Dabei können Tänzer*innen auf Kasalla – Di Leed „Zo Hus“ einen eigenen kurzen Tanz einstudieren, diesen aufnehmen und das entsprechende Einzelvideo auf der aktionseigenen Homepage hochladen. Der Ausfall der Session trifft alle Jecken und Vereine, doch speziell für die „Pänz“ des Karnevals ist er besonders schwierig. Tanzen auf Distanz, das ist kaum möglich und doch bemühen sich die Vereine um eine Aufrechterhaltung des Trainings – auch virtuell.

Info und Beratung

Game of Phones

Datenschutz, Fake-News, TikTok und mehr – über diese Themen spricht Robin Blase mit Expert*innen in dem [Medien-Podcast „Game of Phones“](#). Der Podcast, den Blase gemeinsam mit dem [Medienratgeber „SCHAU HIN!“](#) veröffentlicht, klärt Eltern über verschiedene Aspekte der Mediennutzung ihrer Kinder im Zeitalter von Smartphone und Co. auf. Die Folgen sind bei Spotify, iTunes und Soundcloud verfügbar.

Schulsozialarbeiter geben Tipps für Lockdown

Die Schulsozialarbeiter der [Katholischen Jugendagentur \(KJA Köln\)](#) haben für die Zeit des Lockdowns einen [„Eltern-Ratgeber“](#) geschrieben. Viele nützliche Tipps, von Tagesstruktur entwickeln, Lernzeit gestalten bis hin zur Ruhephase, ist an vieles gedacht, was den Alltag nun in der Lockdown-Verlängerung erleichtern kann. Der Ratgeber steht natürlich kostenfrei zum Download bereit auf der Webseite der KJA Köln.

ZEBRA – Wir helfen

Der Bedarf nach verlässlichen Antworten zur Mediennutzung ist auch in Folge der Corona-Pandemie weiter gestiegen. Online finden sich viele Antworten, aber nicht immer ist klar, wie seriös die Quellen sind. Mit der neuen [Online-Plattform „ZEBRA“](#) bietet die [Landesanstalt für Medien NRW](#) allen Bürger*innen eine Möglichkeit, seriöse Antworten und weitergehende Expertenstellen zu allen Sorgen, Unsicherheiten und Notlagen im Umgang mit digitalen Medien zu bekommen.

Ideen und Spiele für Bildschirmspausen

Pausenzeiten sind wichtig für die Gesundheit und das seelische Wohlbefinden, für Kinder genauso wie für Eltern. Wer langes Sitzen häufig unterbricht, hat bessere Chancen auf ein gesundes Körpergewicht und kann sich leichter konzentrieren. Kinder, die weniger sitzen, sind ausgeglichener und haben festere Knochen. Schon kurze Sitzunterbrechungen und mehr Stehen wirken sich positiv auf bestimmte Blutwerte aus. Im Vergleich zum Sitzen werden dabei bis zu doppelt so viele Kalorien verbraucht. Regelmäßige Veränderungen der Körperhaltung sind außerdem gut für Muskeln, Gelenke und die Wirbelsäule.

Die folgenden Ideen können ganz einfach im Familienalltag integriert werden, und damit auch alle mitmachen und Spaß daran haben, empfiehlt es sich, den Plan einmal zusammen durchzusprechen und gemeinsam Zeiten und Programm festzulegen.

Frische Luft und Bewegung für den Kopf

Auch bei trübem Wetter sollten Eltern und Kinder jeden Tag etwa eine Stunde außerhalb der Wohnung verbringen. Dabei muss kein aufwendiges Aktionsprogramm auf die Beine gestellt werden, ein Spaziergang durch die Nachbarschaft reicht schon. Kleinere Kinder kann man meist leicht dazu motivieren, größere freuen sich, wenn der Spaziergang ein Motto bekommt: Welche Pflanzen wachsen zu dieser Jahreszeit, welche Insekten, Vögel oder Vierbeiner treffen wir unterwegs. Auch für Gespräche, die im Alltag oft untergehen, sind Spaziergänge eine willkommene Gelegenheit, um sich mal außerhalb der vier Wände auszusprechen oder das Herz zu erleichtern.

Bewegungspunkte sammeln

Beim Spiel "Familienaufstand" zählt alles, nur nicht sitzen. Als Einstieg in das Spiel machen Familien zunächst den [Sitzcheck](#) und finden heraus, wie es um ihre Sitzzeiten bestellt ist. Dann sammeln alle Familienpunkte. Ob Treppe steigen statt Aufzug fahren, zu Fuß Einkaufen gehen oder Vokabeln lernen im Gehen – alles zählt! Punkte werden in den drei Kategorien "(Auf)Stehen!", "Bring Schwung rein!" und "Beweg dich! gesammelt, denn bei "Familienaufstand!" geht es nicht um anstrengenden Sport, sondern vor allem darum, sich auch im Alltag unter "Corona-Bedingungen" mehr zu bewegen und weniger zu sitzen. Unter www.familienaufstand.de stehen alle Spielmaterialien als Download zur Verfügung.

Spielspaß mit Comics

Die beiden TV-Figuren Peb & Pebber laden auch außerhalb des Bildschirms zu Spielen ein. In Comicgeschichten, die besonders auch für kleinere Kinder geeignet sind, die noch nicht lesen können, geben sie Tipps zu einfachen Spielen. Die benötigten Materialien gibt es in jedem Haushalt oder lassen sich ganz einfach selber basteln. Entwickelt mit Fachleuten aus der Ernährungswissenschaft, Pädagogik, Sport und Medien regen sie zum Mitmachen an. Wie wär's mit einem Schildkrötenrennen durch die Wohnung? Dazu braucht man nur einen Wäschekorb, einen Start- und Zielpunkt und eine Stoppuhr. [Hier gibt's die Comics als PDF zum Ausdrucken.](#)

Der Mediennutzungsvertrag für Familien

Medienerziehung ist eine der größten Herausforderungen für Eltern, um ihren Kindern ein gesundes Aufwachsen zu ermöglichen. Wenn digitale Medien ins Zentrum gerückt sind, da schulische Inhalte überwiegend digital vermittelt werden und der Kontakt zu Freunden und Verwandten vermehrt online stattfindet, ist es wichtig, feste Regeln und Zeiten zu vereinbaren, so dass analoge Spiele, Reden, Musizieren und Toben nicht vernachlässigt werden.

Für jüngere Kinder dienen Coupons zur Darstellung der Familien- und Medienzeit. 1 Coupon symbolisiert 10 Minuten Medienzeit. Die Coupons für Familienzeit gelten zeitlich unbegrenzt und dürfen nach Belieben eingesetzt werden. Die älteren Kinder erhalten einen "Vertrag" in Schriftform. Als Anreiz den Vertrag einzuhalten, kann eine Belohnung, z.B. in Form eines Ausflugs, ausgemacht werden, die erfüllt wird wenn der "Vertrag" über eine bestimmte Zeit eingehalten wurde. Die "Verträge" zwischen Eltern und Kindern sind selbstverständlich keine "echten" Verträge, aber schriftliche Festhalten und das sichtbare Platzieren (z.B. am Kühlschrank) tragen aber dazu bei, dass Kinder sich gegenüber den Eltern als gleichberechtigte Partner und ernstgenommen fühlen. Damit steigt die Chance, dass die "Verträge" tatsächlich eingehalten werden.

Die Mediennutzungsverträge der "Plattform Ernährung und Bewegung [peb](#)" werden zwischen Eltern und Kinder geschlossen; für Kinder von 3 bis 6, 7 bis 9 und 10 bis 12 Jahren gibt es jeweils eigene Versionen, [hier zum Download.](#)

Impressum:

Bezirksjugendamt Nippes, Sozialraumteam Longerich, Mauenheim, Weidenpesch in Kooperation mit .Praxis Jugendhilfe. Sie möchten den Kalender abonnieren? Sie möchten Ihre Veranstaltung in den Kalender eintragen lassen? Dann bitte eine Email an: freizeitkalender@hotmail.de
Alle Angaben ohne Gewähr.



