

Mengen und Zahlen

- Würfelspiele (z.B. Mensch-ärgere-dich nicht, Kniffel)
- Kartenspiele (Mau-Mau)
- kochen mit Kindern (teilt einen Apfel in 4 Teile, nehme 5 Essl. Joghurt und dekoriere gemeinsam den Obstquark auf den Tellern mit jeweils 3 Blättern Pfefferminze)
- abmessen von Mengen in der Küche (z.B. Teig zubereiten: 1 Becher Milch, 1 Tasse Mehl, 2 Eier, usw.)
- Tisch für die ganze Familie eindecken (wie viele Personen, wie viele Teller, Messer ...)
- Spielstand zählen (z.B. „Jetzt steht es 1:3, 2:3, 3:3 für Mama, Papa oder dich“)
- Kofferpacken (Ich packe in meinen Koffer: eine Hose, einen Staubsauger, ...)
- Ketten aus verschiedenen Perlen fädeln (2 blaue – 3 rote – 5 grüne)
- malen nach Zahlen aus dem Malbuch
- abzählen üben, z.B. Treppenstufen zählen

Visuell-räumliche Wahrnehmung

- malen
- Wimmelbilder / -bücher
- Memory
- Gesellschaftsspiele mit Figuren
- Puzzle (auch dreidimensional mit Bildern auf Würfeln)
- Micado
- mit Bauklötzen oder Stecksteinen bauen

Wir wünschen Ihnen viel Freude mit diesen Spielideen und Anregungen für den Alltag. An einige der altbewährten Spiele werden Sie sich erinnern und gemeinsam mit Ihrem Kind Spaß daran haben.

Mit freundlicher Unterstützung des Gesundheitsamts Kreis Mettmann 53-3



KREISVERWALTUNG GERMERSHEIM
Luitpoldplatz 1, 76726 GERMERSHEIM

FB 43 – Gesundheit und Verbraucherschutz
Hauptstraße 25
76726 GERMERSHEIM

Stand: 2025



Körperwahrnehmung

- Zahlen oder einfache Bilder malen auf dem Rücken des Kindes und raten lassen, welche Zahl bzw. welches Bild es war
- mehrmals auf den Rücken des Kindes klopfen und raten lassen, wie oft geklopft wurde
- in eine Decke fest einwickeln und wieder herausrollen
- langsam und fest (oder leicht) mit dem Handtuch abtrocknen (je nachdem wie Ihr Kind das mag), dabei die Körperteile benennen („Zuerst trocknen wir den rechten Arm, jetzt den linken Arm...“)
- nach dem Duschen oder Baden eincremen und dabei die Körperteile benennen
- Barfuß laufen (auch draußen auf feuchtem Gras, Kieselsteinen, Matsch, usw.)
- schwimmen und Wasserspiele
- Kissenschlachten und liebevolle Raufereien
- malen mit Fingerfarben
- ertasten von unterschiedlichen Oberflächen mit verbundenen Augen
- in einer mit Sand gefüllten Kiste oder im Sandkasten Gegenstände suchen lassen

Wahrnehmung des eigenen Körpers im Raum

- Topf schlagen
- Blinde Kuh (Richtung / Geräusche)
- mit Glasmurmeln spielen (Entfernung einschätzen)
- Hüpfkästchen (Hüpfspiel, mit Kreide auf den Boden malen)
- Verstecken spielen (unter dem Tisch oder hinter der Mauer)
- Federball
- Ballspiele

Gleichgewichtsübungen

- Gummi-Twist
- Seilspringen (allein oder zu dritt)
- balancieren über Mauern und Baumstämme
- Eierlaufen
- Sackhüpfen
- über Pfützen und Steine hüpfen (mit einem oder beiden Beinen)
- Trampolin springen (auf einem Trampolin oder auf einer alten Matratze)
- Schaukel, Wippe oder Karussell
- Tauziehen
- Roller/Laufrad/Fahrrad fahren

Feinmotorik

- Teig kneten und Plätzchen backen
- kochen (zuschneiden der Gurken, Tomaten, etc.), zubereiten eines Obstsalates
- kneten mit Knete, Ton oder ähnlichem
- Perlen auffädeln
- Bügelperlen
- Steckspiele (Steckblumen, Bausteine)
- Puzzle
- basteln (z.B. Sterne und Schachteln falten, Ausschneiden, Kartoffel-Stoffdruck)
- bei vielen Arbeiten des täglichen Lebens zu Hause helfen, wie Wäsche aufhängen (Wäscheklammern), Socken zusammenstülpen, Spülmaschine einräumen etc.
- malen mit Wasserfarben und Buntstiften oder draußen mit Kreide
- ausschneiden
- prickeln
- Stickbilder
- Schleife binden

