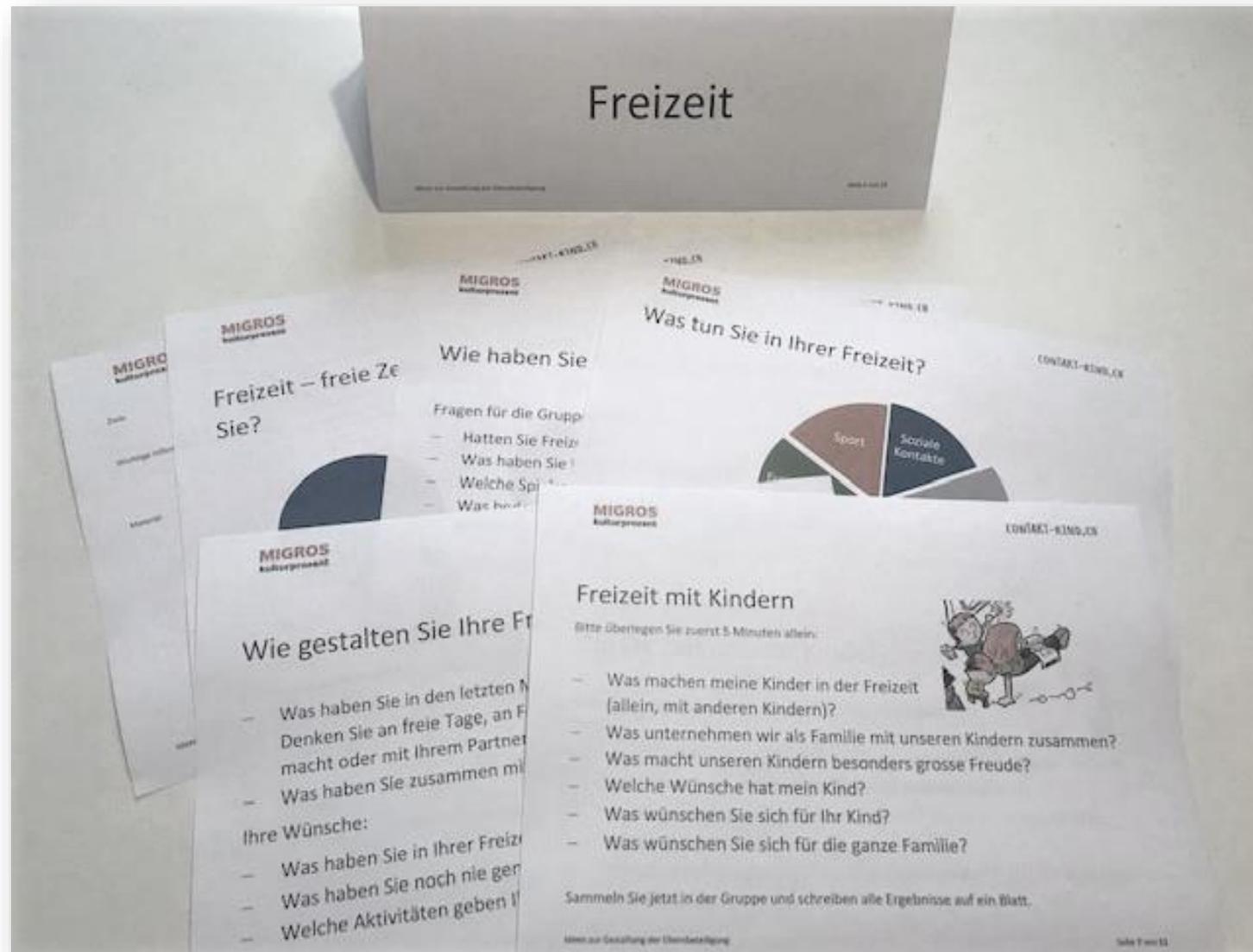


# Freizeit



Ziele	<p>Eltern kennen den Wert der Freizeit und der gemeinsamen Zeit, die sie mit ihren Kindern verbringen.</p> <p>Sie erfahren, welche Angebote es in der Umgebung gibt.</p>
Wichtige Informationen	<ul style="list-style-type: none"><li>- Freizeitaktivitäten unterstützen das Lernen.</li><li>- Digitale Medien sind ok, Bewegung, Spiel und Spass sind besser.</li><li>- Teamsportarten fördern soziale Kompetenzen: Fussball, Unihockey etc.</li><li>- Familienausflüge mit dem Fahrrad machen viel Spass.</li><li>- Cevi, Pfadi und Jungwacht /Blauring fördern Teamgeist; Verantwortung und Führungseigenschaften.</li></ul>
Material	<p>Arbeitshilfe «Freizeit»</p> <p>Arbeitsblatt 1: Welches Spiel für welches Alter?</p> <p>Arbeitsblatt 2: Welches Spiel für welches Alter?</p> <p>Poster: Auf dem Spielplatz</p>

### Wissenswertes

#### Kinder brauchen unverplante Zeit – freie Zeit und Langeweile

##### Arbeitszeit

- Schulbesuch ist Arbeit.
- Hausaufgaben gehören zum Schulbesuch.
- Kinder sollen auch im Haushalt Verantwortung übernehmen.

##### Freizeit

- Freizeitaktivitäten unterstützen das Lernen.
- Digitale Medien sind ok, Bewegung, Spiel und Spass sind besser.
- Teamsportarten fördern soziale Kompetenzen.
- Cevi, Pfadi und Jungwacht/Blauring fördern Teamgeist; Verantwortung und Führungseigenschaften.

### Erziehungstipps

- Kinder sollen lernen an etwas dranzubleiben, auch wenn es anstrengend wird.
- Freizeitangebote sollen nicht als Druckmittel verwendet werden. Gerade in schwierigen Phasen ist es wichtig, dass Kinder auch etwas tun dürfen, was Spass macht und sie gut können.
- Aktivitäten mit **einem** Kind fördern die Beziehung und Gespräche.
- Neues, Mutiges, Herausforderungen: Väter können hilfreiche Vorbilder sein.

### Ferien- und andere Angebote

[www.kovive.ch](http://www.kovive.ch)

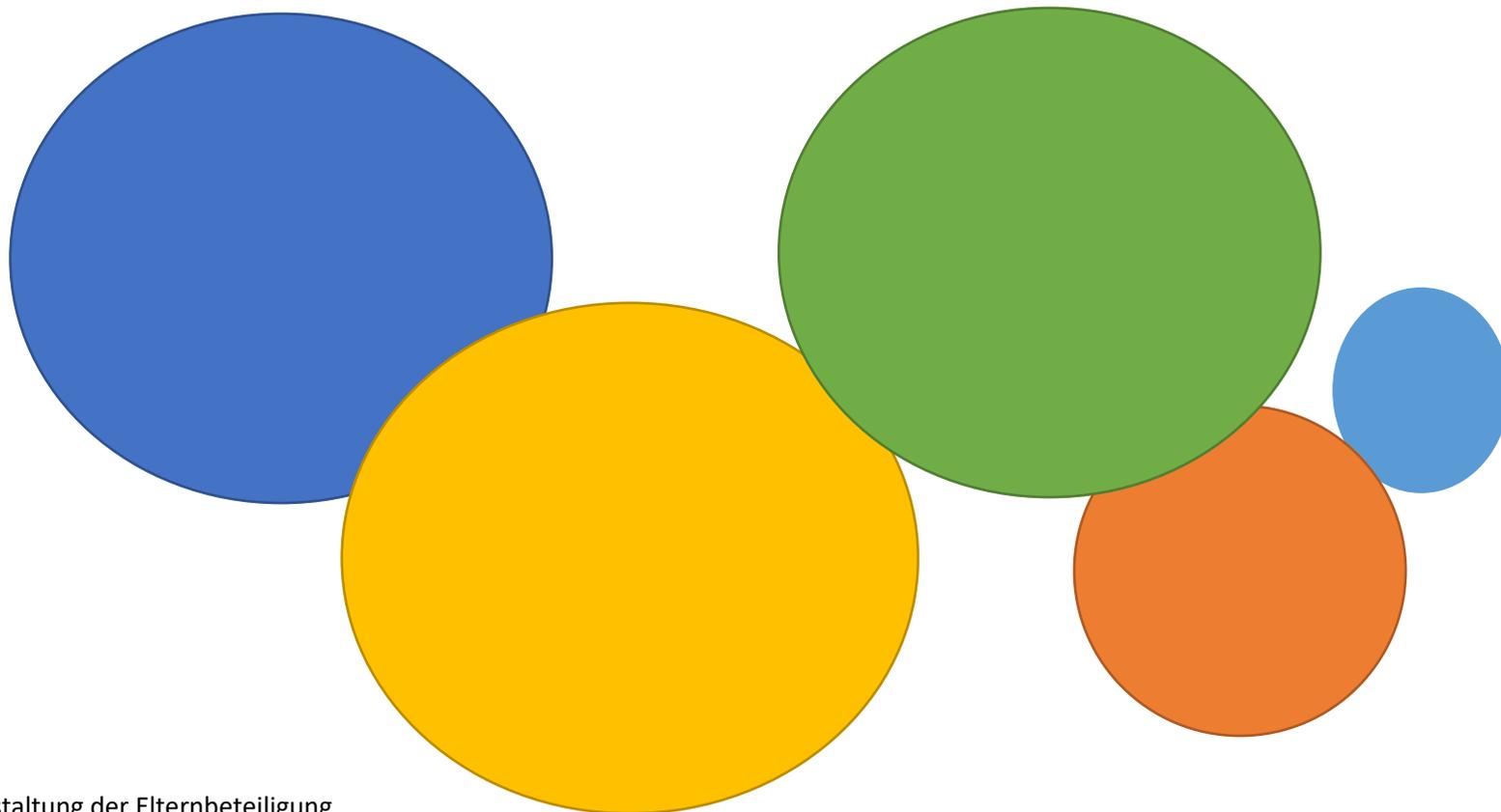
Kino, Museum, Sport und Spass, die Kulturlegi machts möglich, [www.kulturlegi.ch](http://www.kulturlegi.ch) und <https://vimeo.com/76333283>

Ferienangebote Stadt Zürich: [www.stadt-zuerich.ch/ferienangebote](http://www.stadt-zuerich.ch/ferienangebote)

### Mit Kindern unterwegs

Junior Karte der SBB, Fr. 30.- / Jahr für Kinder von 6 bis 16 Jahren in Begleitung von Erwachsenen  
vom 1. Februar 2017 und 31. Januar 2018 nur Fr. 15.- . Das 3. Kind ist gratis.

# Freizeit – freie Zeit? Was bedeutet Freizeit für Sie?



# Wie haben Sie Freizeit als Kind verbracht?

Fragen für die Gruppendiskussion:

- Hatten Sie Freizeit?
- Was haben Sie in der Freizeit gemacht?
- Welche Spielsachen hatten Sie? Welche Spiele haben Sie gespielt?
- Was bedeutet Freizeit für Sie heute?
- Wie verbringen Sie die Freizeit mit Ihren Kindern?

Welche Erwartungen haben Sie an die Schule bezüglich der Freizeit Ihrer Kinder?

# Was tun Sie in Ihrer Freizeit?



## Wie gestalten Sie Ihre Freizeit?

- Was haben Sie in den letzten Monaten in Ihrer Freizeit gemacht? Denken Sie an freie Tage, an Ferien etc. – Was haben Sie allein gemacht oder mit Ihrem Partner oder Ihrer Partnerin?
- Was haben Sie zusammen mit den Kindern gemacht?

### Ihre Wünsche:

- Was haben Sie in Ihrer Freizeit schon lange nicht mehr gemacht?
- Was haben Sie noch nie gemacht und möchten es ausprobieren?
- Welche Aktivitäten geben Ihnen als Erwachsene neue Energien?

# Freizeit mit Kindern

Bitte überlegen Sie zuerst 5 Minuten allein:

- Was machen meine Kinder in der Freizeit (allein, mit anderen Kindern)?
- Was unternehmen wir als Familie mit unseren Kindern zusammen?
- Was macht unseren Kindern besonders grosse Freude?
- Welche Wünsche hat mein Kind?
- Was wünschen Sie sich für Ihr Kind?
- Was wünschen Sie sich für die ganze Familie?

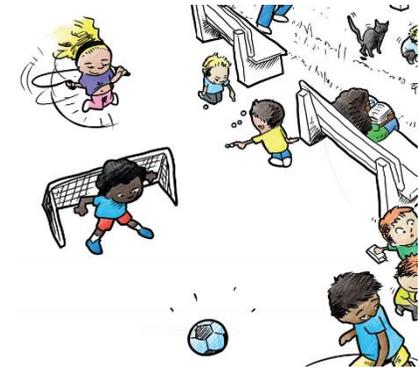


Sammeln Sie jetzt in der Gruppe und schreiben alle Ergebnisse auf ein Blatt.

# Die Freizeit unserer Kinder

Bitte diskutieren Sie folgende Fragen und schreiben die Ergebnisse auf ein Blatt.

- Was machen unsere Kinder, wenn sie nicht im Kindergarten oder in der Schule sind, wenn sie nicht essen und nicht schlafen?
- Gehören die Hausaufgaben zur Freizeit? Wenn ja, warum? Wenn nein, weshalb nicht?
- Welche Erfahrungen machen Ihre Kinder in der Freizeit? Was können Sie dabei lernen?



# Freizeitangebote in der Umgebung

- Welche Freizeitangebote für Kinder oder Familien mit Kindern kennen Sie in der Umgebung?
- Was könnten Kinder allein unternehmen?
- Was könnten Familien unternehmen?
- Welche Angebote sind kostenlos oder günstig?
- Entwickeln Sie neue Ideen: Was ist gut und günstig?

# Wie verteilen Sie Ihre Zeit? Was würden Sie gerne auch noch tun?



# Kinder verbringen Freizeit mit anderen Kindern im Jugendverband, Sportclub etc.



- Welche Angebote kennen Sie?
- Was machen die Kinder dort?
- Wie profitieren die Kinder, und Sie?