

Link-Sammlung in der Corona Krise

Tipps für den Lern- und Freizeitbereich für Kinder und Jugendliche

(Stand: 01.04.2020)

Generelle Tipps

- Jugend im Erzbistum: <https://themen.jugend-im-erzbistum.de/linksammlung/index.html>
- Bildungsregion Bamberg: <https://bildungsregion-bamberg.de/digitale-bildungsangebote/>
 - <https://bildungsregion-bamberg.de/freizeitipps/>
- Verein *aha* – Jugendinformation Liechtenstein: <https://aha.li/corona>
 - <https://aha.li/tipps-gegen-langeweile>
- Zeitschrift *tipBerlin*: <https://www.tip-berlin.de/corona-quarantaene-was-man-zu-hause-machen-kann-quarantaene-beschaeftigung-isolation/>

Erklärvideos

- <https://www.zdf.de/kinder/logo/logo-erklaert-corona-virua-100.html>
- <https://www.infektionsschutz.de/mediathek/filme/filme-fuer-kinder.html#c7761>

Spiele

- Spiele allgemein (auch für Drinnen)
 - EINFACH BEWUSST – 10 minimalistische Papier-und-Stift-Spiele (<https://www.einfachbewusst.de/2017/10/papier-und-stift-spiele/>)
 - [familie.de](https://www.familie.de) – Indoor-Spiele: 50 lustige Kinder-Spiele für drinnen (<https://www.familie.de/kleinkind/kinderspiele/indoorspiele/>)
 - Kinderspiele-Welt – Spiele für drinnen (<https://www.kinderspiele-welt.de/spiele-fur-drinnen>)
 - Focus online – Spiele für drinnen mit Kindern: Tipps und Vorschläge (https://www.focus.de/familie/praxistipps/spiele-fuer-drinnen-mit-kindern-tipps-und-vorschlaege_id_7952995.html)
 - [Kita.de](https://www.kita.de) – Spiele für drinnen: Diese Spiele sollten Sie kennen (<https://www.kita.de/wissen/spiele-fuer-drinnen/>)
 - [gofeminin](https://www.gofeminin.de) – Gegen Langeweile und Lagerkoller: Geniale Spielideen für drinnen (<https://www.gofeminin.de/familie/spielideen-drinnen-kinder-s2398077.html>)
 - [utoxia](https://www.utoxia.de) – Bewegungsspiele für Kinder: Spaß für drinnen und draußen (<https://www.utoxia.de/ratgeber/bewegungsspiele-fuer-kinder-spass-fuer-drinnen-und-draussen/>)
 - [Gruppenstundenspiele.de](https://www.gruppenstundenspiele.de) – Drinnen (<http://www.gruppenstundenspiele.de/spiele/orte/drinnen.html>)
 - Spielewiki – Kategorie: Spiele drinnen (http://spiele.i-crew.de/wiki/Kategorie:Spiele_drinnen)

- Spiele zum Ausdrucken
 - [Kinder-Malvorlagen.com](https://www.kinder-malvorlagen.com/spiele-drucken/) – Spiele Ausdrucken (<https://www.kinder-malvorlagen.com/spiele-drucken/>)
 - [printgames](http://www.printgames.net/deutsch/printgames.htm) – Spiele zum Ausdrucken (<http://www.printgames.net/deutsch/printgames.htm>)
 - [sofatur-Magazin Eltern](https://magazin.sofatutor.com/eltern/reisespiele-zum-ausdrucken/) – Kostenlose Reisespiele zum Ausdrucken (<https://magazin.sofatutor.com/eltern/reisespiele-zum-ausdrucken/>)
- Rätsel
 - [Supercoloring](http://www.supercoloring.com/de/sections/raetsel) – Rätsel (<http://www.supercoloring.com/de/sections/raetsel>)
 - [Kinder-Malvorlagen.com](https://www.kinder-malvorlagen.com/zum-ausmalen/vorlagen-raetsel.php) – Rätsel für Kinder (<https://www.kinder-malvorlagen.com/zum-ausmalen/vorlagen-raetsel.php>)
 - [Raetseldino.de](https://www.raetseldino.de) Rätselspaß für Erwachsene und Kinder – Kostenlose Rätsel und Kinderrätsel (<https://www.raetseldino.de/>)
- Spiele digital
 - sauspiel.de
 - Brettspielwelt.de
 - <https://www.brettspielnetz.de/>
 - <https://skribbl.io/>
 - <https://stadtlandflussonline.net/>

Sport

- Fitness für Daheim – Webseiten
 - <https://www.mobilesport.ch/erwachsenensport/kraft-rumpfstabilisation/>
 - <https://www.runtastic.com/blog/de/dynamische-planking-uebungen/>
 - https://www.youtube.com/results?search_query=fitness+sportunterricht
 - <https://www.sportfachbuch.de/pdf/archiv/sportunterricht/2014/Sportunterricht-Ausgabe-Oktober-2014.pdf#page=43>
 - <https://www.youtube.com/albaberlin>
 - <https://fitnessuebungen-zuhause.de/>
 - <https://www.youtube.com/watch?v=ztBvD7MicF4>
 - <https://www.mobilesport.ch/aktuell/bewegungsaufgaben-motivationschuebe-fuer-kinder/>
 - <https://www.mobilesport.ch/aktuell/training-zu-hause-fuer-juugendliche-und-erwachsene-mit-pilates-koerper-und-geist-staerken/>
 - <https://www.marathonfitness.de/krafttraining-zu-hause/>
 - <https://doyoursports.de/content/62-muskelaufbau-krafttraining-ohne-geraete>

- Fitness für Daheim – Apps
 - Seven - das 7 Minuten Training
 - Sweat: Kayla Itsines Fitness
 - Adidas Training by Runtastic
 - Fitnessblender.com
 - 8fit Fitness- & Ernährungsplan
 - 30 Tage Fitness Challenge
 - Gymondo: Fitness & Yoga

Kreatives

- Basteln mit Papier
 - Supercoloring – Basteln mit Papier (<http://www.supercoloring.com/de/sections/basteln-mit-papier>)
 - Kinder-Malvorlagen.com – Masken-Vorlagen ausdrucken und basteln (<https://www.kinder-malvorlagen.com/zum-ausmalen/vorlagen-masken-basteln.php>)
 - Bastelparadies – Basteln mit Papier (<https://www.basteln-gestalten.de/basteln-papier>)
 - BesserBasteln – Papierflieger falten (<https://www.besserbasteln.de/Origami/papierflieger.html>)
 - Einfach-Basteln.com – Papierflieger basteln! (<https://einfach-basteln.com/faltanleitungen/papierflieger/>)
 - Geolino – Papierflieger basteln – Anleitungen für Modelle (<https://www.geo.de/geolino/basteln/4825-rtkl-basteltipp-papierflugzeuge>)
- Origami
 - BesserBasteln – Origami falten für Groß und Klein (https://www.besserbasteln.de/origami_falten.html)
 - Dein DIY-Das Kreativ-Atelier – Origami (<https://www.deindiv.de/origami/>)
 - Geolino – Origami Anleitungen (<https://www.geo.de/geolino/basteln/15049-thma-origami>)
 - Origami Deutschland – Verein zur Förderung des Papierfaltens e.V. – Homepage (<https://www.papierfalten.de/>)
- Spiele basteln
 - KikisWeb – Spiele aus Papier basteln (<https://www.kikisweb.de/basteln/mitpapier/spiele/gesellschaftsspiele.htm>)
 - Pinterest – Spiele selber machen (<https://www.pinterest.de/tueffelpott/spiele-selber-machen/>) → erfordert kostenlose Registrierung
 - Bastelstunde – Basteln mit Kindern/Spiele (<https://www.bastelstunde.de/spiele-basteln/>)
- Mandalas/Ausmalbilder
 - KiKa: Ausmalbilder (<https://www.kika.de/selbermachen/alle-ausmalbilder100.html>)

- WDR: Sendung mit der Maus – Ausmalbilder (<https://www.wdrmaus.de/spiel-und-spass/ausmalbilder/index.php5>)
- Supercoloring – Ausmalbilder/Mandala (<http://www.supercoloring.com/de/ausmalbilder/kunst-und-kultur/mandala>)
- Mandala Bilder – Mandalas für Kinder und Erwachsene zum Ausdrucken und Ausmalen (<https://www.mandala-bilder.de/>)
- [Kinder-Malvorlagen.com](https://www.kinder-malvorlagen.com/) – Ausmalbilder für Kinder (<https://www.kinder-malvorlagen.com/>)
- [Kidsweb.de](https://www.kidsweb.de/basteln/mandala/mandalas.htm) – Kinder-Mandala-Auswahlseite (<https://www.kidsweb.de/basteln/mandala/mandalas.htm>)
- KiGa Portal – Mandalas für Kindergarten, KiTa und Schule (<https://www.kigaportal.com/de/downloads/mandalas/>)
- [Malen-lernen.org](https://malen-lernen.org/mandalas-zum-ausdrucken-und-ausmalen/) – Die 20 schönsten Mandalas zum Ausdrucken und Ausmalen (<https://malen-lernen.org/mandalas-zum-ausdrucken-und-ausmalen/>)
- Bastelparadies – Malvorlagen zum Ausdrucken (<https://www.basteln-gestalten.de/malvorlagen>)
- BesserBasteln – Mandalas (<https://www.besserbasteln.de/mandala.html>)
- BesserBasteln – Ausmalbilder (<https://www.besserbasteln.de/ausmalbilder.html>)
- Zeichnen
 - Supercoloring – Zeichnen lernen (<http://www.supercoloring.com/de/sections/zeichnen-lernen>)
 - [Kinder-Malvorlagen.com](https://www.kinder-malvorlagen.com/zeichnen-lernen/) – Zeichnen lernen mit Anleitungsvideos (<https://www.kinder-malvorlagen.com/zeichnen-lernen/>)
 - [Malen-lernen.org](https://malen-lernen.org/) – Malen lernen ganz einfach – Das Infoportal für alle Maltechniken (<https://malen-lernen.org/>)
 - Zeichnen lernen – online Tutorial von Martin Mißfeldt (<https://www.martin-missfeldt.de/zeichnen-lernen/zeichnung-anfangen-grundlagen.php>)
 - [UNICUM.de](https://www.unicum.de/de/studentenleben/freizeit/zeichnen-lernen-5-tipps-fuer-anfaenger) – Zeichnen lernen: 5 Tipps für Anfänger (<https://www.unicum.de/de/studentenleben/freizeit/zeichnen-lernen-5-tipps-fuer-anfaenger>)
- DIY
 - <https://www.smarticular.net/diese-dinge-nicht-mehr-kaufen-sondern-selber-machen/>
 - <https://utopia.de/dinge-selber-machen-statt-kaufen-38887/>
 - <https://www.pinterest.de/soniatheophel/dinge-selber-herstellen/>
 - <https://deavita.com/lifestyle/nutzliche-dinge-selber-machen.html>
- Kochen
 - <https://www.smarticular.net/rezepte-fuer-vegane-und-vegetarische-aufstriche/>
 - <https://www.kika.de/selbermachen/index.html>

Bildung

- Lernspiele
 - <https://www.kleineschule.com.de/onlinespiele.html>
 - <https://www.spielaffe.de/Lernspiele>
 - <http://www.spielzwerq.de/lernspiele>
 - <https://www.ietztspielen.de/spiele/lernen>
- Sendungen
 - <https://programm.ard.de/TV/Coronavirus/Bildungsfernsehen/Startseite>
 - <https://www.br.de/fernsehen/ard-alpha/sendungen/schulfernsehen/index.html>
- Lernen Zuhause
 - <https://www.schlaukopf.de/>
 - <https://www.mildenberger-verlag.de/page.php?modul=GoShopping>
- Zeitschriften
 - <https://microshop.bundes-verlag.net/christliche-magazine-gratis-lesen/#next>

Digitale Kommunikation

- Skype: <https://www.skype.com/de/>
- Zoom: <https://zoom.us/de-de/meetings.html>
- ICQ: https://www.chip.de/downloads/ICQ_13004923.html
- Jitsi: <https://meet.jit.si/>
- Zooroom: <https://zooroom.chat/>
- Discord: <https://discordapp.com/>

Wichtige Telefonnummern (Quelle: <https://www.antenne.de/>):

- **Medizinische Hilfe:**
 - Feuerwehr und Rettungsdienst: 112
 - Krankentransport: 19 222
 - Ärztlicher Bereitschaftsdienst: 116 117 (bei ersten Corona-Symptomen)
- **Hilfe für Familien und Kinder:**
 - Ehe- und Familienberatungsstellen: [Hier erfahrt ihr die Telefonnummer für die zuständige Beratungsstelle in eurer Stadt](#)
 - Kinder- und Jugendtelefon: 116 111
 - Nummer gegen Kummer für Erwachsene: 111 0 550
- **Hilfe für Frauen:**
 - Gewalt gegen Frauen: 08000 116 016
 - Hilfetelefon Sexueller Missbrauch: 0800 22 55 530

▪ **Hilfe bei seelischen Problemen:**

- Telefonseelsorge: 08 00 11 10 111
- Kummertelefon für Blinde und Sehbehinderte: 089/ 559 88 599
- DIE ARCHE - Suizidprävention und Hilfe in Lebenskrisen e.V.: 089/ 33 40 41
- Krisendienst Horizont Hilfe bei Suizidgefahr: 0941/ 5 81 81
- Sozialpsychiatrischer Dienst, Beratungsstelle für seelische und soziale Gesundheit: 0931/ 41 30 80

▪ **Hilfe bei Suchtproblemen:**

- Informationstelefon für Suchtvorbeugung: 0221 / 89 20 31
- Bundesweite Sucht- und Drogenhotline: 01805 / 31 30 31 (14 Cent pro Minute, Mobilfunkpreise abweichend)
- Suchtberatung des DRK: 08000 365 000 0800