

# 101 DINGE,

die ihr tun könnt, wenn euer Kind sagt:

**„MIR IST LANGWEILIG!“**



- 01 Spielt eine Runde DIY-Bowling: Alles was ihr braucht, sind ein paar bemalte Zweiliterflaschen und einen Tennisball.
- 02 Spielt eine Runde Frisbee.
- 03 Backt Kekse für die Nachbarn oder die Familie.
- 04 Entdeckt die Natur und geht Geocachen.
- 05 Spielt das Lieblingsbuch der Kinder als Theaterstück nach.
- 06 Besucht ein interaktives Museum.
- 07 Verkleidet euch und macht ein Fotoshooting daraus.
- 08 Schaltet eure Lieblingsmusik an und tanzt dazu.
- 09 Spielt „Der Fuchs geht um“.
- 10 Bastelt eine Makkaronikette.
- 11 Spielt Fangen im Park.
- 12 Baut ein Versteck oder ein Indoor-Zelt.



- 13 Löst gemeinsam ein Puzzle.
  - 14 Bereitet ein Picknick vor – drinnen oder draußen.
  - 15 malt Himmel-und-Hölle-Kästchen auf die Straße und überlegt euch tolle Springmuster.
  - 16 Geht gemeinsam in die Bücherei.
  - 17 Schaut euch einheimische Tiere und Pflanzen in freier Natur an.
  - 18 Spielt Kommando Pimperle.
  - 19 Pflanzt einen Baum.
  - 20 Faltet bunte Origami Figuren.
  - 21 Stellt selbst Knete her und formt lustige Figuren.
  - 22 Macht einen Kuchen ohne Backen.
  - 23 Spielt eine Runde Luftballonvolleyball.
  - 24 Veranstaltet eine Schnitzeljagd.
  - 25 Baut eine Zeitreisekapsel.
  - 26 Versucht, selbst T-Shirts zu batiken.
  - 27 Macht ein Wettrennen im Sackhüpfen.
  - 28 Zeltet draußen im Garten.
  - 29 Vervollständigt Zahlenreihen.
  - 30 Überlegt euch einen geheimen Handschlag.
  - 31 Zählt, wie oft ihr euch im Kreis drehen könnt, ohne, dass euch schwindlig wird.
  - 32 Spielt Stille Post.
  - 33 Baut einen Hindernisparcours auf.
  - 34 malt bunte Bilder mit Fingerfarbe.
  - 35 Kriert eigene Sandwiches.
  - 36 Hilft beim Müllsammeln in einem Park in eurer Nähe.
  - 37 Verschönert den Bürgersteig mit Kreidemalereien.
  - 38 Denkt euch eine Tanz-Choreografie aus.
  - 39 Veranstaltet eine Filmnacht mit selbstgemalten Tickets, Popcorn und Kinodekoration.
  - 40 Spielt Verstecken.
  - 41 Stellt Sockenpuppen her und veranstaltet ein Puppentheater.
  - 42 Knüpft bunte Freundschaftsbänder.
  - 43 Spielt eine Runde Twister.
- 
- 
- 
- 

- 44 Übt gemeinsam, alle Bundesländer aufzusagen.
- 45 Macht witzige Bilder mit einer Einweg- oder Unterwasserkamera.
- 46 Experimentiert mit Kinderschminke und schminkt euch wie ihr mögt.
- 47 Geht mit einer Lupe auf Entdeckungstour im Garten.
- 48 Lernt ein neues Kartenspiel.
- 49 Veranstaltet eine Teeparty à la Alice im Wunderland.
- 50 Versucht euch in Gehirnjoggingspielen.
- 51 Tragt ein Basketball Match aus und werft ein paar Körbe.
- 52 Bastelt individuelle Schlüsselbänder.
- 53 Schnappt euch einen Hula-Hoop-Reifen und lasst die Hüften kreisen.
- 54 Sportlich wird's bei einer Runde Seilspringen.
- 55 Spielt Orchester und macht Geräusche mit Töpfen, Pfannen, Schüsseln und Gläsern.
- 56 Gestaltet das Kinderzimmer neu.
- 57 Schreibt gemeinsam einen Brief an einen neuen Brieffreund.
- 58 Macht aus Wasser und Spülmittel DIY-Seifenblasen.
- 59 Mistet gemeinsam aus und bringt eure Sachen zu einer gemeinnützigen Organisation.
- 60 Stellt einen Teller voller noch unbekannter Lebensmittel zusammen und erweitert euren kulinarischen Horizont bei einer Verkostung.
- 61 Näht einen Kissenbezug oder bestickt eine Gardine.
- 62 Schaut euch unbekannte Orte durch die Augen von Google Maps an.
- 63 Spielt „Melodien erraten“.
- 64 Fragt euer Kind, was es werden möchte, wenn es groß ist. Dann richtet ihr den Tag darauf aus. Wo würde eine Prinzessin wohnen? Welche Kleidung trägt ein Pilot? Was macht ein Lehrer?
- 65 Errichtet ein Baumhaus.
- 66 Erfindet eine Geheimsprache.
- 67 Ruft einen Freund an. Vielleicht sogar mit Videoübertragung?
- 68 Eröffnet eine Eisdiele in eurer Küche. Jeder darf seinen Eisbecher zusammenstellen.
- 69 Schreibt eine Fantasiegeschichte.
- 70 Experimentiert mit Wasserfarbe auf einem alten Bettuch.
- 71 Sammelt und zählt das Kleingeld, das ihr in der Wohnung findet.
- 72 Holt eure Inline-Skates heraus und dreht ein paar Runden im Park.
- 73 Zeichnet einen Familienstammbaum.



- 74 Kauft Samen und bepflanzt euren eigenen kleinen Kräutergarten.
  - 75 Zeichnet eine Radiosendung mit Musik und Geschichten auf.
  - 76 Veranstatet eine Wasserschlacht mit Pfandflaschen, gefüllten Ballons, der Sprinkleranlage oder dem Gartenschlauch.
  - 77 Badet das Haustier der Familie, wenn das Tier dies mag.
  - 78 Schwelgt in Urlaubserinnerungen und malt die schönsten Momente auf Papier.
  - 79 Sucht nach vierblättrigen Kleeblättern.
  - 80 Studiert einige Zaubertricks ein.
  - 81 Singt Playback zu den Lieblingssongs der Kinder.
  - 82 Spielt Staffelspiele.
  - 83 Knüpft eine Gänseblümchenkette und hängt sie euch um.
  - 84 Schreibt einen Brief an jemanden, der den Kindern am Herzen liegt (Oma, Weihnachtsmann, das Idol des Kindes).
  - 85 Denkt euch ein Lied über eure Familie aus.
  - 86 Entwerft eine eigene kleine Zeitung.
  - 87 Paust ein berühmtes Bild ab.
  - 88 Mixt eigene fruchtige Sommerdrinks.
  - 89 Lernt ein paar Worte in Gebärdensprache.
  - 90 Pflückt Blumen und stellt daraus einen schönen Strauß für das Wohnzimmer zusammen.
  - 91 Übt Purzelbäume, das Radschlagen und Kopfstand im Garten.
  - 92 Experimentiert mit Physik.
  - 93 Trefft euch mit Freunden der Kinder auf dem Spielplatz.
  - 94 Schaut euch berühmte Bauwerke in der Umgebung an.
  - 95 Veranstatet eine Nachtwanderung mit Taschenlampen und Mutprobe.
  - 96 Übt gute Tischmanieren, indem ihr daheim so tut, als würdet ihr ein sehr schickes Restaurant besuchen.
  - 97 Schreibt ein Gedicht über das erste Thema, das euch einfällt.
  - 98 Sucht um die Wette: Wer als Erster alle vorher festgelegten Gegenstände (etwas Blaues, etwas Glänzendes, etwas, das Geräusche macht...) findet, gewinnt.
  - 99 Schaut euch auf dem Wochenmarkt oder bei einem regionalen Bauernhof um und lernt neue Gemüse- und Obstsorten kennen.
  - 100 Denkt euch Dialoge zwischen Tieren aus, die ihr beobachtet (z. B. am Ententeich).
- 101 Kocht selbst Apfelmus oder Marmelade ein.

