



Liebe Schülerinnen und Schüler,

die dritte Woche „OHGemeinsam auf Distanz“ liegt hinter uns und ihr habt euch sicherlich schon die Frage gestellt, wie ihr die Osterferien ohne Urlaub und die gewohnten Freizeitmöglichkeiten verbringen könnt. Auch hier wollen wir euch nicht allein lassen und mit ein paar Ideen und Anregungen unterstützen. Bestimmt ist das ein oder andere für euch dabei.

1. Hast du Lust auf eine Sportstunde zu Hause? Dann schau doch mal bei <http://www.albaberlin.de> rein. Dort gibt es zwar keine Sportstunden mit deinem Sportlehrer oder deiner Sportlehrerin, aber immerhin tägliche Sportstunden mit Profi-Basketballern. Also, rein in die Sportsachen und los geht's! 😊
2. Apropos Sport: Wie wäre es, wenn du die Osterferien dazu nutzt, das ausdauernde Laufen zu trainieren? Ausdauertraining hat viele positive Effekte auf deinen Körper und hilft u.a. dabei, gelassener zu werden und Stress abzubauen.



Bespiel dir deinen Mp3 Player oder dein Handy mit deinen Lieblingsliedern. Suche dir eine schöne Strecke und versuche erstmal, nur zu 2-3 Liedern zu laufen. Das Tempo sollte so gewählt sein, dass du dich dabei noch unterhalten könntest. Wenn das gut funktioniert, steigert du die Anzahl der Lieder. Wenn du dranbleibst, wirst du sehr schnell Fortschritte machen. Wie viele Lieder schaffst du bis zum Ende der Ferien?

3. Du tanzt gerne? Dann mach dir deine Lieblingsmusik an und überlege dir eigene Choreografien.
4. Wäre es nicht toll, jonglieren zu können? Im Internet findest du zahlreiche Anleitungen zum Basteln von Jonglierbällen. Du kannst aber auch einfach ein (frisches) Paar Socken benutzen. 😊
5. Wolltet ihr immer schon einmal zaubern lernen? Jetzt ist der richtige Zeitpunkt. Besorgt euch online einen Zauberkasten und übt täglich einen Trick. So könnt ihr schon bald eure Eltern, Geschwister, Großeltern oder Mitschülerinnen und Mitschüler verzaubern.
6. Erinnerst du dich noch daran, wie viel Spaß es immer gemacht hat, zu basteln? Wie wäre es damit, eine schöne Osterdekoration für euer Zuhause zu basteln? Bestimmt hast du auch schon einmal von *Origamis* gehört. Im Internet findest du zahlreiche Anleitungen für Anfänger und Fortgeschrittene, bei denen du Schritt für Schritt mitmachen kannst.
7. Wenn du dir immer schon einmal vorgenommen hast, zu zeichnen oder zu malen, dann wären die Osterferien doch ein geeigneter Zeitpunkt. Ob mit Acrylfarben, Wasserfarben oder Buntstiften. Deiner Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

8. In der Schulzeit bleibt das Lesen schonmal auf der Strecke, aber jetzt wäre deine Chance. 😊 Lies ein Buch, das du schon länger mal lesen wolltest oder besorge dir ein neues. Die Stadtbibliothek Herne bietet zudem auch an, eBooks oder Hörbücher online zu nutzen. Auf der Homepage findest du alle nötigen Informationen dazu.

**UNSER
TIPP!**

Gemeinsames Lesen auf Distanz: Du könntest mit einem Freund/ einer Freundin absprechen, dasselbe Buch zu lesen. So könnt ihr euch nach den Ferien darüber austauschen.

9. Sicher hast du in den letzten Wochen viel mit deiner Familie erlebt und es sind bestimmt auch viele schöne Bilder entstanden. Wie wäre es mit einem Erlebnisbuch in Form eines digitalen Fotobuches? Online kann man solche Bücher ganz einfach erstellen.
10. Du hast schon länger die Idee, dass dein Klassenraum verschönert werden könnte? Ein paar selbstgemalte Plakate sähen sicher toll aus.
11. Sofern ihr einen Garten habt, könntest du (allein oder mit Hilfe) versuchen, z.B. ein Vogelhaus oder eine Futterstelle für Eichhörnchen oder etwas ganz anderes für Drinnen oder Draußen zu bauen. Baumärkte haben noch geöffnet, sodass man dort das nötige Material bekommen kann.
12. Wie wäre es mit dem Erlernen einer neuen Sprache? Die kostenlose App *Duolingo* ist sehr zu empfehlen und macht viel Spaß. Vielleicht wäre es ja auch eine schöne Idee, gleichzeitig mit einem Freund/einer Freundin oder einem anderen Familienmitglied zu beginnen.

[Hier](#) kommst du noch zu weiteren Ferienaktivitäten!

*Wir wünschen euch schöne Ferien
und*

