

Nicht alles ist abgesagt!



Lustvolles Händewaschen

Eine der wichtigsten Hygieneregeln gegen das Coronavirus ist Hände waschen!

Da wir uns jetzt oft die Hände waschen müssen, können wir dies auch lustvoll machen.

Hören Sie sich dieses Lied mit Ihrem Kind an und machen Sie die Bewegungen mit!

https://www.youtube.com/watch?v=CFLT4Q_i7Hg&list=PL7nAoSWtTM0IEMQsAFm-2FJeoHFzLa2el



Frühlingsblumen

Draussen scheint die Sonne und es zieht einem hinaus in die frühlingshafte Natur. Erzählen Sie Ihrem Kind doch eine schöne Bewegungsgeschichte und bringen Sie die Blumen zu sich nach Hause.

Bewegungsgeschichte die ersten Frühlingsblumen

Material: Chiffontücher in verschiedenen Farben

Die Kinder sitzen zusammengekauert auf dem Boden. In jeder Hand halten sie ein Tuch zusammengeknüllt. (Text zum Vorlesen in kursiver Schrift, Bewegungsanweisungen in Klammern):

Letztes Jahr habe ich viele kleine Blumenzwiebeln in die Erde gesteckt und jetzt hoffe ich, dass sie im Frühling anfangen zu wachsen und wunderschöne Blumen blühen. Mit euch möchte ich hierzu eine kleine Geschichte spielen. Ihr seid meine Blumenzwiebeln und liegt noch in der Erde. Wenn ihr genau zuhört, dann werdet ihr mitspielen können, wie die Blumen wachsen.

Tief in der Erde versteckt liegen kleine Blumenzwiebeln.

(Die Kinder sitzen zusammengekauert auf dem Boden.)

Um sie herum ist es noch kalt und sie zittern ein wenig.

(Die Kinder zittern etwas, kauern sich enger zusammen.)

„Ob es bald Frühling wird und die Sonne wieder richtig scheint?“, fragen sie sich jeden Tag. Und wirklich: Langsam beginnt der Boden wärmer zu werden. Das gefällt den Blumenzwiebeln und sie beginnen, sich ein kleines bisschen hin- und her zu bewegen.

(Die Kinder bewegen sich etwas hin und her, bleiben aber zusammengekauert.)

Bald darauf strecken sie langsam ihre Wurzeln aus. Es wird so schön warm, dass sie sich trauen, die Wurzeln im Boden zu verankern.

(Die Kinder strecken die Beine aus.)

„Jetzt können wir wachsen“, denken die Blumenzwiebeln und beginnen langsam damit, einen kleinen grünen Stängel in die Höhe wachsen zu lassen.

(Die Kinder beginnen, die Arme nach oben zu strecken. Die Tücher bleiben zusammengeknüllt in ihren Händen.)

Höher und höher wachsen sie und durchdringen schließlich die Erde.

(Die Kinder gehen in die Hocke, richten sich langsam auf in den Stand.)

Die warme Frühlingssonne empfängt die Stängel und sie wachsen weiter und weiter. Schliesslich sind die Stängel gross genug und bilden kleine Knospen.

(Die Kinder halten die geschlossenen Hände, in denen die Tücher noch immer geknüllt sind, etwas weiter nach oben.)

Langsam beginnen die Knospen sich zu öffnen und es erscheinen wunderschöne Blumen.
 (Die Kinder öffnen langsam die Hände, sodass die Tücher sichtbar werden.)

Leicht wiegen sich die Blumen im Wind und geniessen die Sonne
 (Die Kinder wiegen sich im Stand hin und her.)

Nach ein paar Tagen ist ihre Zeit leider zu Ende. Sie verlieren ihre Blütenblätter.
 (Die Kinder lassen die Tücher fallen.)

Die Stängel verlieren ihre Kraft und sinken zu Boden.
 (Die Kinder werden langsam kleiner und liegen schliesslich auf dem Boden.)

Quelle <https://www.klett-kita.de/bewegungsspiel-die-ersten-fruehlingsblumen/>



Gänseblümchenmassage

Die Zeit mit dem Coronavirus macht auch Angst und bringt Anspannung in die Familie. Verwöhnen Sie sich doch gegenseitig mit einer Gänseblümchen-Massage!

Material: Weicher Pinsel

So geht's:

Heute habe ich mich bei herrlichem Sonnenschein auf die Wiese gelegt, mitten hinein in hunderte von Gänseblümchen. Es weht ein warmer Wind und streichelt die Blüten. (Mit dem Pinsel über das Gesicht, Hände und Arme streichen.)

Da flattert ein bunter Schmetterling durch die Luft (mit dem Pinsel an verschiedenen Stellen hin und her rütteln) und setzt sich auf eine Blume, (mit dem Pinsel an verschiedenen Stellen tupfen) flattert ein Stück weiter (mit dem Pinsel an verschiedenen Stellen hin und her rütteln) und landet auf der nächsten Blüte. (mit dem Pinsel an verschiedene Stellen tupfen)

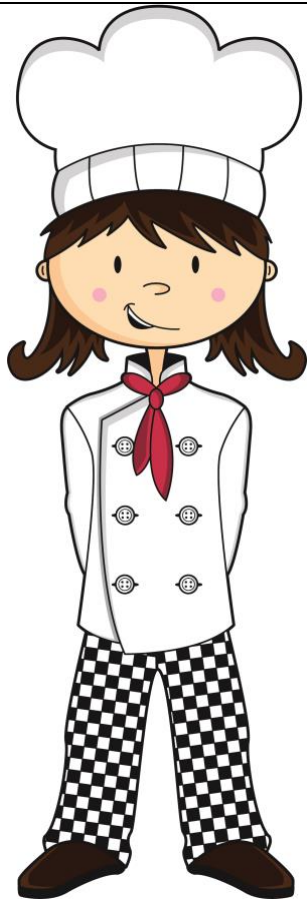
Der Wind weht etwas stärker (mit dem Pinsel über das Gesicht, Hände und Arme streicheln) und vertreibt den Schmetterling. (mit dem Pinsel an verschiedene Stellen rütteln)

Von dem Blütenduft angezogen, brummt eine Hummel daher (s-förmige Pinselstriche über Gesicht, Hände und Arme) und nippt mal hier, mal dort. (den Pinsel an verschiedene Stellen hin und her drehen)

Wieder kommt eine Windböe, (mit dem Pinsel über das Gesicht, Hände und Arme streicheln) und die Hummel fliegt auch davon. (s-förmige Pinselstriche über Gesicht, Hände und Arme)

Langsam zieht die Dämmerung herauf. Die Gänseblümchen schließen die Blätter und schlafen ein. (mit dem Pinsel über die Stirn, Schläfen und geschlossenen Augen streichen)

Quelle: <http://www.kindergarten-homepage.de/lesen/meditation/gaensebluemchen.html>:



Leckere Zwischenmahlzeit

Ein Znüni oder Zvieri selber herzustellen steigert den Genuss. Wie wäre es, mit den Kindern feine Cracker zu backen mit einem leckeren Kräuterquark. En Guete!

Zutaten:

Für die Cracker:

- 150 g Dinkelmehl
- 1/2 TL Salz
- 65 g kalte Butter
- 70 ml Milch
- Rosmarin, geriebenen Käse zum Bestreuen
-

Für den Quark:

- 250 g Magerquark
- 5 EL Milch
- 1 EL Leinsamen
- Salz
- Pfeffer
- gemischte Kräuter

Zubereitung

1. Den Ofen auf 200 Grad vorheizen.
2. Für die Cracker werden das Mehl, das Salz, die Butter sowie die Milch zu einem Teig verrührt.
3. Die Arbeitsfläche mit etwas Mehl bestäuben und den Teig mit dem Nudelholz ausrollen (ca. 3 mm).
4. Den Teig in die gewünschte Form schneiden oder ausstechen.
5. Falls gewünscht nun noch die Cracker mit Kräutern, Gewürzen oder geriebenen Käse bestreuen.
6. Die Cracker im Ofen ca. 10 Minuten backen bis sie leicht goldbraun werden.
7. Für den Kräuterquark wird der Quark mit der Milch, dem Leinsamenöl, Zucker, Salz und Pfeffer verrührt.
8. Die Kräuter waschen, trocknen, klein schneiden und unter dem Quark rühren.

Quelle www.Backenmachtglücklich.ch



Malen nach Herzenslust

Kinder malen fürs Leben gern. Nur sehen es Eltern nicht gerne, wenn auch gleich die Möbel und der Boden bemalt werden. Kleckern erlaubt: Ab in die leere Badewanne und mit Fingerfarben oder Wasserfarben auf Papier malen lassen. So bleibt der Rest der Wohnung sauber!



Schauspieltalent gefragt

Erzählen Sie wieder mal ein paar Kinderbücher und spielen Sie die Geschichte mit Ihrem Kind nach. Entweder als Personen oder basteln Sie ganz einfach ein Schattentheater mit. Dazu braucht es ein Leintuch, eine Lampe und viel Fantasie. Spass garantiert!



Parcours

Wer kennt das Kinderspiel Lava noch? Dabei ist es verboten, den Boden zu berühren.

Bauen Sie mit Ihrem Kind einen einfachen Parcours durch die Wohnung mit Kissen, Stühlen, Sofa, Tischen usw. und versuchen Sie ein festgelegtes Ziel zu erreichen, zum Beispiel einen feinen gesunden Znüni, ohne den Boden zu berühren.

Bitte achten Sie bei kleinen Kindern auf die Sturzgefahr!