

Januar Februar März April...

Liebe Familien!

Januar, **Februar**, März, April, die Jahresuhr steht niemals still...

Nach der stimmungsgeladenen Faschingszeit sind wir schon wieder in der Mitte des Monats angekommen! Der zeigt sich zwar noch nicht von seiner „schönsten“ Winterseite, aber gerade deshalb habe ich für euch ein paar tolle Ideen, um diese Zeit schöner, bunter, kuscheliger zu gestalten und ein bisschen zu versüßen.

Wenn der Schnee doch mal kommt...

... und ihn die Sonnenstrahlen dann zum Schmelzen bringen, könnt ihr das mit einem passenden **Fingerspiel** begleiten.

Schneemann und Schneefrau

Der Schneemann und die Schneefrau	Die linke Faust mit ein wenig Wucht auf den Tisch stellen,
Die steh'n an ihrem Platz.	dann die rechte Hand.
Doch wenn ganz warm die Sonne scheint,	Mit einer Hand die Sonnenstrahlen andeuten.
Zerfließen sie zu Matsch.	Die Hände flach auf den Tisch klatschen.
Der Schneemann und die Schneefrau,	Die linke Faust mit ein wenig Wucht auf den Tisch stellen, dann die rechte Hand.
Die halten einen Schwatz.	Beide Daumen nahe aneinander halten.
Doch wenn dann noch der Regen fließt,	Mit den Fingerspitzen auf dem Tisch tippeln.
Ist's aus mit ihnen - klatsch!	Einmal in die Hände klatschen.

Quelle: <https://www.heilpaedagogik-info.de/fingerspiele/winter/860-der-schneemann-und-die-schneefrau.html>



Steht euer Schneemann noch im Garten? Oder verabschiedet er sich schon langsam von euch?

Natürlich wollen wir den Schneemann auch ganz feierlich mit einem Lied besingen, das viele von euch sicher noch aus der eigenen Kindergartenzeit kennen. Es ist ein Kreisspiel, das man auch zu Hause im Kreise der Familie ganz wunderbar nachspielen kann.

"Im Garten steht ein Schneemann" wird auf die Melodie von "Ein Männlein steht im Walde" gesungen.

Im Garten steht ein Schneemann

Im Garten steht ein Schneemann im weißen Rock,
der drohet uns schon lange mit seinem Stock.
Schneemann, Schneemann sieh nur her,
wir fürchten uns schon lang nicht mehr,
wir tanzen vor Vergnügen im Kreis herum.

Da scheint die liebe Sonne, sie scheint so warm.
Dem Schneemann fällt vor Schrecken der Stock aus dem Arm.
Und auf einmal, oh wie dumm,
fällt der ganze Schneemann um.
Wir tanzen vor Vergnügen im Kreis herum.

Hier findet ihr die Anleitung dazu:

<https://www.kinderspiele-welt.de/winter/im-garten-steht-ein-schneemann.html>

... Und weil **Singen** gute Laune macht und für die Kinder und ihre **Sprachentwicklung** sehr wertvoll ist, möchte ich euch ermuntern, das Singen so oft es geht in den Alltag zu integrieren. Die Ausrede 'Ich kann nicht singen!' lasse ich einfach nicht gelten, denn ihr könnt euch und den Kindern keine größere Freude machen! Beim Singen werden wir ruhiger und atmen bewusster, die positiven Aspekte des Singens sind grenzenlos ... deswegen mein Appell: **TRAUT EUCH!** ☺ Und macht das Singen zu eurem ganz eigenen Ritual! Denn: **Rituale im Alltag** bieten **Struktur**. Struktur gibt Kindern und auch euch Halt, Orientierung und **Sicherheit**.

Und solange der Schnee nicht kommt...

... können andere Beschäftigungen oder Rituale mindestens genauso viel Spaß machen:

Wie wäre es zum Beispiel mit einer **Wohlfühl-Massage-Geschichte** vor dem Schlafen gehen?

Massagen beeinflussen die Körperwahrnehmung positiv und helfen den Kindern gleichzeitig, zu entspannen.



Ob mit Massagebällen, Tüchern, Bürsten, Pinseln, Watte oder „nur“ mit euren Händen, eine Massage tut einfach gut!

Ich habe eine winterliche Massage-Geschichte gefunden, die Lust auf Wiederholung macht!

Eine winterliche Massage-Geschichte

„Zwei Eichhörnchen möchten gerne einen Schneemann bauen. Dafür brauchen sie aber die Tiere des Waldes. Das große Wildschwein trampelt schon mal den Platz flach, auf dem der Schneemann später einmal stehen soll.“

Mit den Fäusten vorsichtig auf dem Rücken ‚trampeln‘ und ‚stampfen‘ -> nicht auf der Wirbelsäule!

„Beim Rollen der Schneekugel für den Bauch hilft ihnen der Dachs, der gerade durch den kalten Winterwald schlurft.“

Schleich- und Schlurf-Bewegungen über den ganzen Rücken, dann mit den Händen eine Kugel formen und über den ganzen Rücken rollen.

„Da kommt ein Fuchs vorbei. Vorsichtig trippelt er durch den Schnee. Natürlich hilft auch er den beiden Eichhörnchen und gemeinsam rollen sie eine zweite Kugel.“

Mit den Fingerspitzen auf den Rücken tippen und dann wieder Rollbewegungen machen.

„Als der Fuchs wieder weg ist, traut sich die Hasenfamilie wieder unter dem Gebüsch hervor. Alle hüpfen vor lauter Vorfreude auf und ab und helfen schnell mit, noch den Kopf aus Schnee zu formen.“

Hüpfbewegungen mit flachen Händen und nochmals Rollbewegungen.

„Flink klettert eines der Eichhörnchen auf den Baum und holt einen schönen großen Tannenzapfen für die Nase.“

Kleine Kratzbewegungen und anschließend einen ‚den Zapfen in die Kugel drücken‘-Bewegung.

„Sieben kleine Mäusekinder krabbeln unter den Holzstapel und holen sieben Steine für die Augen und den Mund.“

Mit den Fingern krabbeln und dann ‚die Steine platzieren‘.

„Juhuu, fertig ist der Schneemann! Vor lauter Freude machen alle Tiere einen Schneemann-Freudentanz.“

Auf dem Rücken Trampeln, hüpfen, trippeln, klettern, krabbeln.

„Als sie merken, dass es zu schneien beginnt,“

Ganz fein mit den Fingerspitzen auf den Rücken tupfen und ein kurzes Schneelied singen oder summen.

„drehen sie gleich nochmals eine Runde um den Schneemann!“

Nochmals den ganzen Tanz wiederholen, dabei gerne das Schneelied summen.

Oft macht sich etwas Wehmut breit, wenn wir uns vom Schnee verabschieden müssen. Deshalb habe ich für euch noch ein **Rezept** für "Schneebälle" gefunden, die sicher nicht so schnell davon schmelzen. Sie sind so unendlich lecker, dass sie auf anderem Wege schnell verschwinden. Außerdem geben sie die richtige Power und das für die ganze Familie! Das Rezept eignet sich besonders auch für Kleinkinder, weil kein künstlicher Zucker hinzugefügt wird. Probiert es aus und last es euch schmecken ☺

Pow(d)erballs

Zutaten:

150 g Sonnenblumenkerne, roh
90 g Mandelmus
50 g Datteln, getrocknet und entsteint
1-2 EL Leinöl
10 g Backkakao
Kokosflocken zum darin wälzen



Zubereitung:

Die Sonnenblumenkerne für ca. 30 Sekunden in der Küchenmaschine zerkleinern. Die übrigen Zutaten ebenfalls in die Küchenmaschine geben und zerkleinern, bis sich ein Teig formt und sich keine größeren Stücke mehr im Teig befinden.

Gebt zunächst 1 EL Öl hinzu. Der Teig sollte sich gut formen lassen. Ist er noch etwas trocken und fällt auseinander, könnt ihr einen weiteren Esslöffel Öl hinzufügen.



So sieht der fertige Teig aus!

Mit einem kleinen Löffel eine kleine Teigmenge portionieren, in die Hand nehmen und daraus eine Kugel formen, die euer Kind gut in der Hand halten und davon abbeißen kann. Wenn der Teig zu sehr klebt, die Hände mit etwas Wasser befeuchten. Lasst eure Kinder gerne auch mal eine Kugel formen!



Damit sie noch etwas mehr nach Schneebällen aussehen, könnt ihr die Kugeln in Kokosflocken wälzen! Schmeckt dann auch noch ein ganzes Stück besser, finde ich!

Im Kühlschrank sind sie in einem luftdichten Gefäß mindestens eine Woche haltbar. Ein Nasch-Rezept ohne schlechtes Gewissen – guten Appetit!

Und damit nicht nur ihr mit **Power-Food** durch den Winter kommt, könnt ihr mit den Kindern auch für die **Vögel** im Garten eine Gaumenfreude herstellen.



An dieser Stelle wollen wir uns bei Jonas Müller vom Müllers KU: für die Bilder bedanken!

Ihr braucht:

1 kg Kokos-Fett

3-4 EL Pflanzenöl

1 kg herkömmliches Vogelfutter

3 Blumentöpfe 10-12 cm mit Loch im Boden

1 Seil

gegebenenfalls einen Stock

Gerne könnt ihr gemeinsam im Vorfeld die Tontöpfe mit Farben bemalen und verschönern!



Das Fett leicht erwärmen, damit es schön knetbar ist. 3-4 EL Pflanzenöl dazugeben. Etwas abkühlen und dann mit dem Vogelfutter gut vermischen.



Eine besonders gute Möglichkeit, die Handmotorik eurer Kinder zu fördern!



Das Seil durch den Topfboden fädeln und am Ende verknoten, so dass es nicht mehr durch den Topf rutscht.

Das Vogelfutter in den Topf füllen, auskühlen lassen und dann im Freien einen geeigneten Platz zum Aufhängen suchen!



Immer wieder schön, wenn man mit den Kindern beobachten kann, welche Vögel dann zu Gast kommen!

Zum Schluss habe ich noch eine wundervolle **winterliche Experimente-Bastelidee**, die sicher auch euch Erwachsenen gefallen wird!

Eis-Mandalas

Silvia und Christina haben uns von ihren familiären Eis-Experimenten einige schöne Bilder zukommen lassen, die wir euch nicht vorenthalten wollen. Vielen Dank dafür!

Ihr braucht für die Mandalas Blumenuntersetzer, bunte, unterschiedliche Naturmaterialien, die ihr bei einem Spaziergang mit euren Kindern sammeln könnt, einen Strohhalm. Außerdem Wasser. Zum Aufhängen eine Schnur.



Schüttet etwas Wasser in die Untersetzer. Dann befüllt ihr sie mit den Naturmaterialien. Hier könnt ihr eurer Kreativität freien Lauf lassen. Die größeren Kinder können euch auch schon beim Zerkleinern von größeren Materialien mit der Schere helfen.



Legt die Schnur mit rein oder stellt einen Strohhalm in die Schale, wo später die Schnur durchgefädelt werden soll!

Stellt die Untersetzer dann über Nacht ins Freie, damit das Wasser zu Eis gefrieren kann! Am nächsten Tag habt ihr schöne **Kunstwerke**, die ihr bei euch im Garten aufhängen und bewundern könnt!

Ist es draußen zu warm für beständigen Frost, klappt das „Vereisen“ auch gut im Gefrierschrank.



Sind sie nicht zauberhaft geworden!?

Ich wünsche euch einen tollen Februar und viel Spaß mit den winterlichen Ideen!

Es grüßt euch
eure Melanie