



Das Wetter in den letzten Tagen war super und lädt nur so zum draußen Spielen ein. Im Kreativ- und Bastelbereich sind einige Ideen und Anregungen für das Spielen im Freien. Unter Wissenswertes gibt es Informationen über den richtigen Sonnenschutz für Säuglinge und Kleinkinder.

Viel Spaß und Freude beim Ausprobieren und Spielen wünscht Euer  Team



1,2,3,4,5

1,2,3,4,5, hurra,
alle Finger sind schon da:
Sie können sich recken,
sie können dich necken,
am liebsten spielen alle Verstecken.

Alle Finger nacheinander hochstrecken
und damit zappeln.
Alle 5 Finger spreizen.
Das Kind kitzeln.
Die Hand hinter dem Rücken verstecken.

Segelbootpartie

Igel machen sonntags früh
eine Segelbootpartie.
Und die Kleinen jauchzen froh,
denn das Boot, das schaukelt so.
„Fallt nicht raus“, ruft Mama Igel,
„denn ihr habt ja keine Flügel!
Wenn ihr dann ins Wasser fallt,
brrrr, wie ist das Wasser kalt?

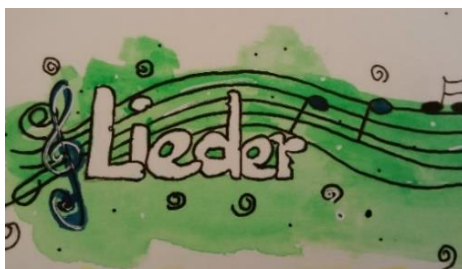
Mit beiden Händen ein Schiff formen und
hin und herschaukeln.
Mit beiden Daumen wackeln.
Etwas doller mit dem „Schiff“ schaukeln.
Mit dem Zeigefinger drohen.
Mit dem Kopf schütteln und Arme als
Flügel ausbreiten und flattern.
Arme verschränken und zittern.



Mein Fahrrad

Vor-Zurück, Vor-Zurück,
nimm mein Rad und fahr ein Stück,
Hin und Her, Hin und Her,
Fahrrad fahren ist nicht schwer,
rundherum, rundherum,
auf einmal fällt es um, BUMM!

Sich mit dem Kind gemeinsam vor- und
zurücklehnen.
Nach links und rechts schaukeln.
Die Hände des Kindes nehmen und
kreisende Bewegungen machen.
Das Kind auf den Boden gleiten lassen.



Klingeling, die Post ist da

Klingeling, die Post ist da.
 Klingeling, aus Afrika,
 Klingeling, noch einen Schritt.
 Klingeling und ... (Namen vom Kind) fährt mit.



Klingeling, die Post ist da.
 Klingeling, aus Afrika,
 Klingeling, noch einen Schritt.
 Klingeling, und alle fahren mit



Anleitung:

Eine Person ist der Postwagen und geht durch den Raum. Dann wird der Name des Kindes genannt und es hängt sich hinten an den Postwagen an. Dann wird die Strophe wiederholt, bis alle Familienmitglieder im Postwagen mitfahren. Wenn alle im Postwagen sind, wird die letzte Strophe gesungen.

Seifenblasenlied

Seht mal die Seifenblasen sind kugelrund.
 Schweben umher, sind gar nicht schwer, sind kunterbunt.
 Schweben umher, sind gar nicht schwer, sind kunterbunt.

Seht mal die Seifenblasen sind kugelrund.
 Schillern im Licht, du fängst sie nicht, sind kunterbunt.
 Schillern im Licht, du fängst sie nicht, sind kunterbunt.

Seht mal die Seifenblasen sind kugelrund.
 Fasst du sie an, platzen sie dann, sind kunterbunt.
 Fasst du sie an, platzen sie dann, sind kunterbunt.



Wer will wilde Piraten sehen?

Melodie von „Wer will fleißige Handwerker sehen?“

Wer will wilde Piraten sehen,
 der muss zu uns Kindern gehen.
 Leinen los, Leinen los.
 Das Segel bläst sich auf so groß.

Wer will wilde Piraten sehn?
 Der muss zu uns Kinder gehen,
 schrupp das Deck, schrupp das Deck,
 weg mit dem ganzen Dreck.

Wer will wilde Piraten sehn,
 der muss zu uns Kindern gehen,
 Netze raus, Netze raus,
 so holen wir einen Festtagschmaus.

Wer will wilde Piraten sehn,
 der muss zu uns Kindern gehen,
 fang den Fisch, fang den Fisch
 so gibt es Futter auf dem Tisch.

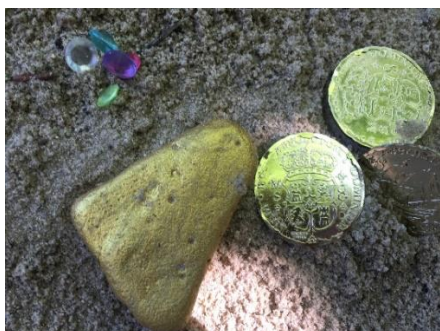
Wer will wilde Piraten sehn,
 der muss zu uns Kindern gehen,
 such den Schatz, such den Schatz,
 er ist an einem geheimen Platz.



&



Seifenblasenschlange: Plastikflasche zerschneiden, Lappen mit Gummiband/Klebeband befestigen. Wasser und Spüli vermischen, dann den Lappen in die Lauge tauchen und pusten.



Schatzsuche in der Sandkiste: Steine mit goldener Farbe anmalen und in der Sandkiste verbuddeln. Nach Tagen und Wochen werden noch Goldklumpen gefunden.



Fliegender Luftballon: Folie mit mind. 2 Personen an den Ecken festhalten und versuchen den Ballon hoch zu schwingen und wieder aufzufangen.



Posthorn: Trichter und Sektkorken an 1,5 Meter Schlauch mit Klebeband befestigen, Schlauch aufrollen und zusammenkleben. Bei dem Korken vorher die Spitze abschneiden, ansonsten kann nicht trompetet werden.



Wasserbomben: Schwämme in ca. 1,5cm breite Streifen schneiden, 10 Streifen übereinanderlegen, jeweils rechts und links 5 Streifen daneben, mit einem Gummiband festmachen. Nun nur noch die Schwammstreifen auseinanderziehen.



Segelschiff: Drei Korken mit 2 Gummibändern zusammenhalten, Zettel auf Holzspieß stecken und im mittleren Korken fixieren.



Schleuderbälle: Luftballon mithilfe des Trichters mit Sand befüllen, zuknoten, Geschenkband anknoten, evtl. mit rangeknoteten Federn schmücken.



Apfelmus-Waffel-Schiffchen ohne Zucker

Vorbereitung: 10 Min.

Menge: 10 Stück

Zutaten:

- 125g Margarine oder Butter
- 2 Eier
- 250g Mehl
- 2 TL Backpulver
- 150g Joghurt pur
- 220ml Milch
- 180g Apfelmus
- 1 Apfel (reicht für 8 Schiffchen)
- Holzstäbe

Zubereitung:

- Margarine und Eier schaumig schlagen.
 - Mehl, Backpulver und Joghurt unterrühren.
 - Die Milch nach und nach hinzugeben.
 - Zum Schluss das Apfelmus einrühren.
-
- Nun können die Waffeln mit etwas Öl goldbraun im Waffeleisen gebacken werden.
 - Den Apfel in 8 Spalten schneiden.
 - Die fertigen Waffeln in ihre einzelnen Herzformen schneiden und mit den Holzstäben auf die Apfelspalte pieken.



Piraten-Amerikaner

Vorbereitung: 10 Min. Backzeit: 12-20 Min. Menge: ca. 10 Stück

<u>Zutaten</u>	110g Zucker	<u>Für den Guss:</u>
	120g weiche Butter	Puderzucker
	2 Eier	Wasser
	250g Mehl	1 großen Spritzer Zitronensaft
	3 Teelöffel Backpulver	evtl. Farbe
	1 Prise Salz	
	100ml Milch	
	1 Päckchen Vanille- Puddingpulver oder 40g Speisestärke	

Zubereitung

- Ofen auf 160°C Umluft vorheizen, 2 Bleche mit Backpapier auslegen.
- Butter und Zucker mit dem Mixer schaumig schlagen.
- Die Eier nacheinander hinzufügen und gut verrühren.
- Backpulver, Salz und Mehl miteinander vermischen.
- Im Wechsel Milch und Mehlgemisch in die Schüssel geben und unterrühren.

Der Teig muss relativ fest sein, also nicht so flüssig wie ein Kuchenteig.

- Mit Hilfe von 2 Esslöffeln gleichgroße Häufchen auf den Backblechen verteilen.
- Im Backofen für ca. 12 - 18Min. backen, bis sie goldbraun sind.

Für den Guss etwas Puderzucker mit ein wenig Wasser in einer Tasse vermengen. Wer mag kann einen Spritzer Zitronensaft hineingeben. Wenn der Guss zu flüssig ist, noch etwas Puderzucker hinzufügen. Dann kann die Farbe untergerührt und ein Piratenkopftuch gemalt werden. Für das Gesicht können z.B. Zuckerstifte, Rosinen, Smarties usw. genommen werden.





Wissenswertes

Sonnenschutz bei Kindern

Kinder brauchen Bewegung und viel frische Luft. Das ist richtig, jedoch sollte man an den sonnigen Tagen einige Vorsichtsmaßnahmen ergreifen. Denn nur dann können Kinder und Eltern das schöne Wetter in vollen Zügen genießen.

Die Haut von **Säuglingen** ist besonders empfindlich. Sie ist noch sehr dünn und der UV-Eigenschutz der Haut muss sich in den kommenden Jahren noch entwickeln. Deswegen gilt im ersten Lebensjahr: am besten gar keine direkte Sonnenbestrahlung!

- Babys sollten immer einen Schattenplatz haben und nie der prallen Sonne ausgesetzt sein.
- Kinder können trotz Schirm oder Verdeck in der direkten Sonne überhitzen.
- Sonnencreme kann die empfindliche Babyhaut belasten.

Für **Kleinkinder** ist es von großer Bedeutung und somit besonders wichtig, dass sie sich im Freien viel bewegen. Es fördert nicht nur eine gesunde Entwicklung des Kindes, sondern ist auch für die Eigenbildung von Vitamin D verantwortlich. Deswegen sollten sich Kinder mindestens eine Stunde täglich draußen bewegen. Aber auch Kleinkinder sollten sich möglichst wenig in der prallen Sonne aufhalten, denn auch ihre Haut ist noch nicht ausreichend geschützt. Sie können nicht schnell genug genügend Pigmente produzieren, die als natürlicher Eigenschutz wichtig sind, und deswegen UV-Schäden nur bedingt reparieren. Ein Sonnenbrand und auch Hautrötungen sollten bei Kleinkindern mit folgenden Maßnahmen vermieden werden.

- In der Mittagszeit ist die Sonne besonders stark, dann sollte lieber drinnen gespielt werden.
- Im Schatten lässt es sich nachmittags gut aushalten.
- Sonnenhut oder -tuch mit Schirm und Nackenschutz sollten auch bei bedecktem Himmel getragen werden.
- Lange und luftige Kleidung tragen, evtl. Kleidung mit UV-Schutzfaktor.
- Regelmäßig eincremen.

Sonnencremes gibt es wie Sand am Meer, doch Creme ist nicht gleich Creme. Auch hier gibt es einige Punkte zu beachten:

- Kinder sollten mit speziell für sie entwickelten Sonnencremes eingecremt werden.
- Sonnencreme und Lotionen trocknen die Haut weniger aus als zum Beispiel Gele.
- Der Sonnenschutz sollte UV-A und UV-B- Strahlen blocken und mindestens einen Lichtschutzfaktor 30 haben.
- Am besten 30 Minuten vor dem Aufenthalt im Freien alle unbedeckten Hautstellen eincremen. Ohren und Füße nicht vergessen!!
- Bei längerem Aufenthalt im Freien sollte die Haut erneut mit Sonnencreme eingecremt werden, da durch Schwitzen und Abrieb der Schutzfaktor geringer wird.
- Am und im Wasser auf besonders wasserfeste Schutzmittel achten.
- Nach dem Baden den Sonnenschutz erneuern.

Schutz für die **Augen** ist ebenfalls wichtig und sollte nicht außer Acht gelassen werden. Oft reicht eine Schirmmütze als Schutz aus, manchmal sollte eine Sonnenbrille mit UV- Filter hinzugenommen werden. Gerade im Gebirge (Schnee) und am Wasser sollte auf eine Brille geachtet werden, denn sonst kann es zu schmerzhaften Horn- und Bindehaut Entzündungen kommen.