

Rückenwind



April 2/2020



Oster-Spezial



OSTERN-KREATIV

1. Hasen aus Eierkartons

ab ca. 4 Jahren

Ihr braucht:

Eierkarton

Plaka-Farbe / Acrylfarbe in Weiß und Orange (oder in Lieblingsfarben)

Pinsel

Schere

Kleber

Edding oder schwarzen Filzer

buntes Garn

So geht's:

Aus dem Unterteil des Eierkartons schneidet ihr den Teil aus, der oben auf dem Bild zu sehen ist, außerdem zwei Ohren aus dem Deckel. Nun wird alles in weißer Farbe (oder der Lieblingsfarbe) angemalt. Nach dem Trocknen, kann das Innenleben der Ohren angemalt werden. Sind diese wiederum trocken, klebt ihr die Ohren mit Klebstoff an den Kopf. Das Garn kann als Stirnband festgeknotet werden – am besten recht straff, damit es gut hält. Nun könnt ihr mit einem schwarzen Stift Augen und Mund und noch süße orangefarbene Bäckchen mit dem Pinsel aufmalen. Schon ist das Häschen fertig!



Wenn ihr Lust habt, dann macht doch eine kunterbunte Hasenfamilie – das sieht sicherlich ganz wundervoll auf eurem Ostertisch aus oder eignet sich für das ein oder andere Spiel. Vielleicht macht eure Hasenfamilie ja einen Ausflug mit Picknick im Wald?

Eine Variante mit Wangen und Ohren aus Washitape findet ihr hier:
<https://cuchikind.de/hasen-aus-eierkartons>

2. Hasenohren aus Draht

ab ca. 8 Jahren

Hier eine sehr hübsche Idee für die Größeren unter euch. Wie toll das beim Osterfrühstück aussehen wird...

Ihr braucht:

dünnen Draht
Schere
feine Permanentmarker
gekochtes Hühnerei



So geht's:

Aus dem Draht wird zunächst ein Kreis geformt, der so groß ist, dass er auf der Hühnereispitze liegen kann, also nicht über das Ei rutscht. Für den Kreis könnt ihr den Draht einfach oder doppelt nehmen – je nachdem, was euch besser gefällt und wie es euch stabil erscheint. Dann verknotet / verdreht ihr den Draht am Ende.

Für die Ohren legt ihr den Draht doppelt und formt ein Ohr. Die Enden werden miteinander verknotet / verdreht. Achtet darauf, dass am Ende etwas Draht übersteht, damit die Ohren mit dem Kreis verbunden werden können. Von den Ohren benötigt ihr 2 Stück 😊.

Verbindet nun die Ohren mit dem Kreis. Dazu wickelt ihr den überstehenden Draht von den Ohren eng um den Kreis. Dann schneidet ihr den Überschuss am Ende ab.

Zum Schluss könnt ihr mit dem Stift noch ein Gesicht auf das Hühnerei malen.

Eine bebilderte Schritt-für-Schritt-Anleitung findet ihr hier:
<https://diycarinchen.de/2020/03/diy-ostereier-mit-hasenohren-aus-draht>

3. Last-Minute-Ideen zum Eierfärben



Hier eine ganz einfache aber sehr hübsche Idee zum Färben mit Loombändern:

<https://www.elhadadepapel.com/de/loom-bands-02/>

Riesigen Spaß für alle Experimentierfreudigen macht auch das Färben mit Naturfarben:

<https://natur-ratgeber.de/eier-natuerlich-faerben-7-kreative-tipps-ideen>



OSTER-REZEPTE

1. Kuchen im Ei

Zutaten für 12 Stück:

12 Eier
75 g Butter
75 g Zucker
3 Pck. Vanillezucker
2 TL Backpulver
60 g Mehl
3 EL Orangensaft
4 EL Haferflocken
1 EL Butter, zerlassen
500 g Salz



Und jetzt geht's los:

Die Eier entweder kalt färben, oder die leeren Schalen färben. Wer es mag, kann sie auch natur belassen.

Die Spitzen der (gefärbten) Eier abschlagen, Eiweiß und Eigelb von 3 Eiern in eine Schüssel geben (restliche Eier anderweitig verwenden).

Eierschalen gründlich ausspülen (und nach Belieben jetzt vorsichtig nach Packungsanleitung färben).

Butter, Zucker und Vanillezucker mit den Eiern schaumig rühren. Backpulver und Mehl dazusieben. Mit Orangensaft und Haferflocken zu einem Teig verrühren.

Das Innere der Eier mit der zerlassenen Butter auspinseln. Das Salz in eine feuerfeste Form geben. Eier knapp bis zum Rand mit Teig füllen, ins Salzbett stellen und bei 180°C (Umluft 160°C) ca. 20 Minuten backen.

Die gebackenen Kucheneier in Eierbecher oder in ein Nest stellen. Das ist garantiert ein Hingucker!

2. Muffins in Spiegelei-Optik

Zutaten für ca. 12 Muffins:

1 Dose Aprikose(n) (850 ml)
140 g Butter
1 Prise Salz
1 Pck. Vanillezucker
130 g Zucker
3 Eier
290 g Mehl
3 TL gestr. Backpulver
5 EL Milch, evtl. etwas mehr
Papierförmchen

Für die Glasur:

180 g Puderzucker
1 TL Zitronensaft
1 Eiweiß



Und jetzt geht's los:

Die Aprikosen abtropfen lassen. Die Butter mit Salz, Vanillezucker und Zucker cremig rühren. Die Eier einzeln unterrühren. Mehl und Backpulver mischen und abwechselnd mit Milch unterrühren.

Ein Muffinblech entweder fetten und mit Mehl austreuen oder Papierförmchen einsetzen. Den Teig in den Mulden verteilen. Je 1 Aprikosenhälfte in die Mitte legen und leicht andrücken. Den Rest der Aprikosen anderweitig verwenden oder einfach "Doppeldecker" machen.

Im vorgeheizten Backofen bei 175°C (Ober-/Unterhitze, Umluft: 150°C) ca. 20 - 25 Minuten backen. Herausnehmen und 10 Minuten ruhen lassen. Dann erst aus der Form lösen und auskühlen lassen.

Für den Guss alle Zutaten mit dem Handrührgerät verrühren und in einen Gefrierbeutel füllen. Eine kleine Ecke abschneiden und den Zuckerguss um die Aprikosen spritzen. Noch 30 Minuten trocknen lassen.



AKTIVITÄTEN RUND UM DIE OSTERTAGE

1. **Draußen sein mal anders** **- Achtsamkeitsübungen für die ganze Familie –**

Einige der Pflegeeltern werden unsere Gestalttherapeutin und Supervisorin Frau Grundke von den Frühstücks-Treffs und den Nachmittags-Kaffees in Bad Dürkheim kennen. Wir freuen uns sehr über diesen Beitrag von ihr. Ganz herzlichen Dank dafür, Frau Grundke!!!

Zurzeit ist das Wetter schön und es bietet sich an raus zu gehen. Als Familie ist das ja weiterhin erlaubt. Manchmal ist es allerdings nicht so leicht, die Kinder von Fernseher, Smartphone oder der Spielekonsole weg zu holen.

Deshalb habe ich mir ein paar Übungen überlegt, wie der Spaziergang/ das Draußensein etwas „aufgepeppt“ werden kann.

Die Übungen stammen aus dem Buch: „Achtsamkeit in der Natur“ von Michael Huppertz & Verena Schataneck.

Kinder lieben bekannte Orte, die ihnen das Gefühl von Sicherheit und Schutz vermitteln. Deshalb ist es besonders für kleinere Kinder (unter 6 Jahren) gut, sich in der näheren Umgebung aufzuhalten.

Sehen Sie die Übungen für die Kinder als Angebote. Wenn Ihre Kinder etwas anderes daraus machen, ist es völlig in Ordnung!

Wenn sie ausgiebig mit Ihren Kindern draußen sein möchten, könnten Sie zuerst einen Versammlungsplatz gestalten – das kann auch im eigenen Garten geschehen. Schön ist es auch, wenn zum Abschluss ein Feuer gemacht wird und dieses zu Beginn aufgebaut wird.

Die folgenden Übungen bilden eine Auswahl und bauen nicht aufeinander auf:

1. Gehen Sie mit den Kindern eine Wegstrecke. Alle 30/ 60 Sekunden ruft jemand aus der Familie zu, worauf alle den Fokus richten sollen: Himmel, Bäume, Grün, Geräusche, Wind, Licht, Atmung, Gehen,.. Jeder kann etwas vorschlagen – nur nicht zu schnell hintereinander.

2. Gehen auf unebenem Boden: Spüren Sie in die Bewegung der Füße hinein, gehen Sie mal ganz langsam, mal schnell – was spüren sie vom Boden, wenn sie schnell sind? Wer möchte achtet dabei auch auf seinen Atem.

3. Gehen Sie mal abseits des Weges in ein Stück Wald/Gebüsch hinein. Die Kinder können sich in die Rolle eines Tieres versetzen und so das Gelände erkunden. Berühren Sie ganz bewusst die Dinge, die Sie streifen.

4. Riechen/Schnuppern: Was riechen Sie? Suchen Sie in der Umgebung nach Objekten, die einen interessanten Geruch haben. Jeder sammelt 1-2 Objekte und am Versammlungsplatz riecht jeder daran – wie in einer Geruchsbar.

5. Jedes Familienmitglied sammelt heimlich einen Gegenstand – niemand sonst darf ihn sehen. Irgendwann – am besten zum Ende des Spaziergangs, bilden alle einen Kreis, schließen dabei die Augen – zwinkern ist verboten. Die erste Person gibt ihren Gegenstand herum, jeder tastet und gibt ihn im Kreis weiter. Wenn der Gegenstand wieder bei der „EigentümerIn“ ist, sagt diese „angekommen“ und die anderen können sagen, was sie glauben, was es ist. Das geht so bis alle dran waren.

6. Liegen auf der Erde: Alle legen sich mit dem Rücken auf den Boden, spüren nach, wie sie liegen, wie der Boden sich anfühlt, wie die eigene Stimmung ist, was sie hören, riechen,...

Kinder können sich auch auf den Boden legen und zudecken lassen von den Erwachsenen mit Laub und Zweigen (im eigenen Garten bieten sich zusätzlich Decken, Kissen an). Auf ein Zeichen, dürfen sie wieder langsam „herauskriechen“.

7. Nehmen Sie kleine Körbe oder Tüten auf dem Spaziergang mit und geben Sie eine Suchliste heraus: Etwas Schönes, etwas Farbiges, etwas Weiches, etwas Gerades, etwas Stacheliges, ein angeknabbertes Blatt oder genau 13 Exemplare einer Sache,... Zum Schluss tauschen Sie sich aus – nehmen Sie sich Zeit für die Betrachtung.

8. Blindenführung: Halten Sie ihr Kind an der Hand, fordern Sie es auf, die Augen geschlossen zu halten und führen sie es ein Stück des Weges entlang. Sie können auch ein Tuch oder einen Schal über die Augen binden. Dann lassen Sie sich von Ihren Kindern führen – das wird Ihren Kindern besonders gefallen. Nehmen Sie wahr, wie es Ihnen damit geht.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß - und vielleicht fallen Ihnen und den Kindern unterwegs noch eigene Übungen ein, die sie machen können!

- Trudel Grundke -

2. Fingerspiel „Die fünf Osterhasen“

Seht ihr auf dem grünen Rasen,
da sitzen heut fünf Osterhasen.

5 Finger zeigen

Der erste spitzt die langen Ohren,
er ist vor 'ner Woche im Klee geboren.

Daumen zeigen

Der zweite, der hockt sich hintern Stein
und putzt die langen Barthaare fein.

Zeigefinger zeigen

Der dritte, der knabbert vom grünen Klee
und reckt das Schwänzchen in die Höh.

Mittelfinger zeigen

Der vierte schleppt schon die Farbtöpfe her:
„Kommt! Eiermalen ist nicht schwer!“

Ringfinger zeigen

Der fünfte, der ruft: „Herbei, herbei!
Wer malt das schönste Osterei?“

kleinen Finger zeigen

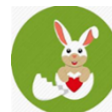


OSTERLIED

Stups der kleine Osterhase

Ein alter Klassiker und einigen Pflegeeltern bestimmt schnell wieder im Ohr...

Musik und Text: Rolf Zuckowski



Stups, der kleine Osterhase, fällt andauernd auf die Nase, ganz egal, wohin er lief, immer ging ihm etwas schief.

Neulich legte er die Eier in den Schuh von Fräulein Meier. Früh am Morgen stand sie auf, da nahm das Schicksal seinen Lauf: Sie stieg in den Schuh hinein, schrie noch einmal kurz: "Oh, nein!" Als sie dann das Rührei sah, wusste sie schon, wer das war.

Stups, der kleine Osterhase ...

In der Osterhasen-Schule wippte er auf seinem Stuhle mit dem Pinsel in der Hand, weil er das so lustig fand. Plötzlich ging die Sache schief, als er nur noch "Hilfe!" rief, fiel der bunte Farbertopf ganz genau auf seinen Kopf.

Stups, der kleine Osterhase ...

Bei der Henne Tante Berta traf das Schicksal ihn noch härter, denn sie war ganz aufgeregt, weil sie grad' ein Ei gelegt. Stups, der viele Eier braucht, schlüpfte unter ihren Bauch. Berta, um ihn zu behüten, fing gleich an ihn auszubrüten.

Stups, der kleine Osterhase...

Paps, der Osterhasenvater, hat genug von dem Theater, und er sagt mit ernstem Ton: "Hör mal zu, mein lieber Sohn! Deine kleinen Abenteuer sind mir nicht mehr ganz geheuer." Stups, der sagt: "Das weiß ich schon, wie der Vater, so der Sohn!"

Stups der kleine Osterhase ...

Für den richtigen Rhythmus und Ohrwurmgarantie hier auch nochmal zum Reinhören:

<https://www.youtube.com/watch?v=kGH5RgGiuHQ>



OSTER-RÄTSEL

Meine Schale ist rund,
einmal blau, dann rot, mal bunt.
Schlägst du auf die Schale drauf,
isst du mich mit Freude auf.
Erst das Gelbe, dann das Weiße.
Rate, rate, wie ich heiße.

OSTEREI

* * *

Es sitzt ein braunes Tier im Klee,
tut niemand was zuleide.
Zwei Löffel hat es auch dabei
und hoppelt auf der Heide.
Es frisst gern Rüben und auch Kohl.
Welches Tierchen mein' ich wohl?

HASE

* * *



Man trifft es nicht auf allen Wegen,
dies' Tier soll wirklich Eier legen.
Bringt Eier mit viel Farbenpracht,
die hat es alle selbst gemacht.
Hat keine Federn, hat ein Fell,
man sieht es nicht, denn es ist schnell.
Kann einer hier die Wahrheit sagen?
„Wie heißt das Tier?“ - will ich dich fragen.

OSTERHASE

* * *

Kennst du ein weißes Kätzchen,
ganz ohne Schwanz und Tätzchen,
das niemals fängt 'ne kleine Maus
und immer bleibt bei sich zu Haus'?
Das niemals schnurrt
und niemals knurrt,
doch summt von tausend Bienen,
die sich bei ihm bedienen?

WEIDENKÄTZCHEN

* * *

Kleines Küken, sag mir nun,
deine Mutter ist ein...?

NHŊH



HASEN-WITZE

Ein hungriges Häschen trifft auf einen Schneemann und ruft: „Möhre her oder ich föhne dich!“

Steht ein Hase neben einer Schnecke. Dann sagt die Schnecke: “Wer als erster zu Hause ist!”





LINKS

- Ein paar Erklärvideos zum Thema Corona für verschiedene Altersgruppen:

<https://www.wdrmaus.de/extras/mausthemen/corona/index.php5>

→ Sendung mit der Maus: Ralph Caspers beantwortet täglich Kinderfragen zum Thema Corona (geeignet im älteren Kindergarten- und Grundschulalter).

<https://www.zdf.de/kinder/logo/wichtige-infos-zum-coronavirus-100.html>

→ ZDF logo! Hier findet ihr Kurzfilme zu Ausbreitung, Auswirkungen und Vorkehrungen gegen das Corona-Virus (ab Grundschulalter).

https://youtu.be/9WSOKt_CsSU

→ Hier wird die Ansteckungskette des Corona-Virus erklärt und auch, warum es Sinn macht, zuhause zu bleiben und zurzeit keine Freunde zu treffen (ab ca. 10 Jahren, besonders für Minecraft-Freunde 😊).

<https://www.unicef.de/informieren/aktuelles/blog/coronavirus-tipps-so-bleiben-jugendliche-zuversichtlich/213130>

→ Hier finden Jugendliche Ideen, die dabei helfen können, mit dem vorübergehenden Kontaktverbot umzugehen.

- Wenn rund um die Ostertage doch noch etwas Langeweile aufkommt:

<https://www.newniq.com/allgemein/malvorlagen-fuer-kinder>

→ Hier gibt es jeden Tag eine neue Malvorlage gegen den Corona-Koller.

Wenn dringend Bewegung gefragt ist:

<https://vimeopro.com/plrlp/sportchallenge>

→ Hier findet ihr Sportchallenges von einem Grundschullehrer aus Edenkoben.