

# BANANENBLAU

Nr. 2 / 2015 · 3,40 €

Die Zeitschrift für Eltern und Kinder

ISSN 2197-8166

Mit Rätselspaß  
und tollen  
Bastelseiten!

LAURIN IST  
ZUM TRAINING.  
MACHT IHM SPASS.  
WAS MACHT DEIN  
KIND?

NICHTS.

„Heute machen wir nichts!“

Vom Recht der Kinder, ihre Zeit selbst zu gestalten

# Editorial



Foto: © Barbara Dieltl

Liebe Leserinnen und Leser,

die vorliegende Ausgabe  
BANANENBLAU beschäftigt sich mit  
dem Thema „Heute machen wir nichts!“

Immer seltener haben kleine Kinder heute die Zeit, sich mit sich selbst zu beschäftigen. Sie haben häufig einen ebensovollen Terminkalender wie manch hochbezahlter Manager eines großen Unternehmens. Kindergarten bis 15 Uhr, montags Sport bis 16.30 Uhr, mittwochs noch zum Musikkurs und freitags zum Englischunterricht. Da bleibt keine Zeit zum Durchatmen, keine Zeit sich mit der eigenen Kindheit zu beschäftigen und vor allem keine Zeit, Dinge selbstständig zu entdecken und zu beobachten.

Doch gerade Kinder haben ein Recht auf ihre eigene Zeit. Hier müssen Krippe, Kindergarten und Eltern zusammenarbeiten und den Alltag der Kinder entschleunigen. Statt hoher Produktivität sollten alltägliche Momente intensiv genutzt werden, Kinder sollten zwischendurch auch einfach mal nichts tun dürfen und auch manchen Eltern würde es guttun, dieses Nichtstun wieder zu erlernen.

In diesem Heft haben wir Pädagogen, Kolumnisten, Eltern und Kinder gefragt, welche Vorstellung sie von freier Zeit haben, wie sie diese verbringen und was wohl andere in ihrer freien Zeit so anstellen.

Viel Freude beim Nichtstun und Lesen wünscht Ihnen

Ihr Ferdinand Bostelmann  
Verlagsleiter Bananenblau

# Inhalt

## Für Eltern

- 3 Editorial
- 4 „Kinder werden stark, indem sie sich selbst bewähren können.“ Dr. Herbert Renz-Polster im Interview
- 6 „Weniger ist manchmal mehr – auch in der frühen Begabungsförderung.“ Dr. Birgit Behrensen zum Thema
- 8 Das Recht der Kinder auf die eigene Zeit  
Kommentar von Antje Bostelmann
- 10 Praxistipps | Eltern fragen, Experten antworten
- 11 Für und Wider | „Darf ich heute Trompete ausfallen lassen?“
- 12 „Echte freie Zeit sind Momente, in denen nichts passiert!“ Penny Ritscher im Interview
- 13 Best Practice | Wasserwelten: Ein Projekt aus dem Kinderhaus Violetta in Ludwigsburg
- 14 Eltern fragen ihre Kinder | „Was glaubt ihr was wir machen, wenn wir unbeobachtet sind?“
- 15 Gabi Wimmers Kita-Kolumne | „Dir ist langweilig? Na, herzlichen Glückwunsch ...“
- 16 Wie ein Projekt für ein besseres Bewusstsein im Umgang mit Obst & Gemüse sorgen soll
- 18 „Weil sie schön sind!“ – Zu Besuch in der Kinder- und Jugendbuchhandlung Liesi liest
- 20 Pinnwand
- 22 „Das kann ich schon alleine!“ – Kleine Köche in der großen Küche
- 23 Rezept: Knusprige Waffeln mit Erdbeereis

3

## Für Kinder

- 24 Haben wir bald nichts mehr zu tun?
- 26 Wie lange kann man nicht ... ?
- 28 Rätsel: Findest du die 8 Unterschiede in der Spiegelung?
- 30 Basteltipp: Bügel die Tüte!

# „Echte freie Zeit sind Momente, in denen nichts passiert!“

12 Penny Ritscher ist in New York geboren und aufgewachsen und arbeitet bereits seit frühester Jugend mit Kindern. Seit fast 40 Jahren lebt und arbeitet sie in Italien als Pädagogin.

## **BANANENBLAU:** Welche Grunderfahrungen fehlen den heutigen Kindern?

**Penny Ritscher:** Das Leben in der heutigen digitalisierten Welt gibt den Kindern kaum die Möglichkeit, direkte Erfahrungen in der materiellen, physischen, dreidimensionalen Welt zu machen. So begegnen ihnen zum Beispiel in Filmen oder Cartoons häufig Tiere aus dem Dschungel, doch sind sie echten Tieren wie Schnecken oder Regenwürmer vielleicht noch nie begegnet.

## **BB:** Wie sieht die heutige Freizeit von Kindern aus?

**PR:** Erwachsene neigen dazu, die freie Zeit der Kinder übermäßig zu organisieren. Gut meinende Eltern schubsen sie von einer „bereichernden“ Aktivität zur nächsten. Die verbleibende „freie“ Zeit wird dann von den Massenmedien organisiert: Zeichentrickfilme vor dem Frühstück, während der Mahlzeiten, zum Schlafengehen. Wenn alles langweilig erscheint, stehen Smartphone-Anwendungen und Tablets bereit. Echte freie Zeit sind aber Momente, in denen nichts passiert! Wenn also das Kind selbst oder mehrere Kinder zusammen die Initiative ergreifen. Zur Freizeit gehört auch Langeweile, aus der neue, konstruktive Ideen entstehen können.

## **BB:** Was können Eltern und Erzieher tun, um Kindern bei der Gestaltung freier Zeit zu helfen?

**PR:** Sie sollten den Kindern ausreichend Zeit für eigenverantwortliches Spiel einplanen und sollten – wenn möglich draußen – einen geeigneten Platz zum Spielen zur Verfügung haben. Spielkameraden sind ebenfalls wichtig. Vor allem sollte keine Panik ausbrechen, wenn das Kind sagt, es langweilt sich. Dann sollten sie einfach ein paar simple Grundmaterialien zum Spielen anbieten wie Decken oder Wäscheklammern, um zum Beispiel eine Höhle zu bauen. Der Erwachsene sollte stets in der Nähe bleiben, aber immer darauf bedacht sein, nicht seine Initiative mit der des Kindes zu verwechseln.

## **BB:** Was zeichnet eine nachhaltige Erziehung aus?

**PR:** Lernen fürs Leben! Das bedeutet, Kindern zu helfen, selbständige, verantwortungsbewusste, eigenständig denkende und soziale Erwachsene zu werden. Aber wie? Sprechen Sie mit ihnen, nicht über sie. Hören Sie ihnen zu, begleiten Sie sie in ihren Erfahrungen.

## **BB:** Was wünschen Sie sich für die Kinder der Zukunft?

**PR:** Vor allem wünsche ich ihnen Zeit, Kind zu sein. Bei der Planung der Zukunft müssen wir keine Angst haben, in der Vergangenheit zu suchen. Bestimmte „altmodische“ Erfahrungen, wie das Spielen mit Schlamm sind nie überholt, im Gegenteil: sie sind universell und notwendig! Den Kindern der Zukunft wünsche ich eine solide Basis an direkten Erfahrungen mit greifbaren Objekten. Ich wünsche ihnen viel Zeit mit einem vertrauten Erwachsenen, mit dem sie aneinander gekuschelt in einem Sessel sitzen und in ein Bilderbuch schauen. Ich wünsche ihnen Zeit, um mit „nichts“ zu spielen und Zeit für selbst erdachte Spiele mit Spielkameraden.



Penny Ritscher  
**Nachhaltige Erziehung in Krippe und Kindergarten.**  
Das Slow School Konzept  
Bananenblau 2015  
144 Seiten, A5 Broschur  
ISBN 978-3-942334-46-4



Penny Ritscher ist als pädagogische Fachberaterin für Krippen in der Toskana tätig.



## Wie ein Projekt für ein besseres Bewusstsein im Umgang mit Obst & Gemüse sorgen soll

Dass Kinder nicht mehr wissen, woher ihr Essen kommt, ist ein vielbeklagtes Thema. Diesen Zustand konkret zu ändern, hat kurzerhand die gemeinnützige Stiftung Besser essen. Besser leben. in Angriff genommen und ist in Kooperation mit dem Deutschen LandFrauenverband aktiv geworden. Jetzt säen, pflegen und ernten schon über 20.000 Kinder in fast 1.000 Kindergärten begeistert Kartoffeln, Zucchini und Erbsen und bereiten sich leckere Speisen daraus zu.

Das Projekt GartenKinder wird in ganz Deutschland angeboten: Seit 2013 wurden bereits 185 LandFrauen bundesweit geschult und sind direkt vor Ort im Einsatz. Sie zeigen in den Einrichtungen, was aus einem kleinen Samen werden kann und begleiten die Kinder über ein komplettes Gartenjahr. Nach dieser Zeit sind die Erzieherinnen und Erzieher in den Einrichtungen in der Lage, das Projekt in den Folgejahren selbstständig weiterzuführen.

Dabei bringen die LandFrauen ein Starter-Set mit, welches aus einem kleinen Zimmergewächshaus, Werkzeugen, Erde und Saatgut besteht. Die Erzieherinnen und Erzieher werden im Umgang mit den Materialien trainiert („Train-the-Trainer“) und die LandFrauen begleiten diesen Prozess. Die Kinder lernen so spielerisch, wie wichtige Bestandteile ihres Essens, nämlich Obst und Gemüse, angebaut werden. Mit Begeisterung säen sie, gießen und pflegen die Pflan-

zen und erwerben weitere Kompetenzen – sie üben sich in Geduld, beobachten über längere Zeiträume, lernen präzise und arbeitsteilig im Team zu arbeiten und entwickeln Wertschätzung und Einfühlungsvermögen für Lebewesen sowie Lebensmittel.

Die Stiftung Besser essen. Besser leben., deren Ziel es ist, einen wesentlichen Beitrag zu gesunder und genussvoller Ernährung von Kindern und Familien zu leisten, hat einen Begleitordner zum Projekt erstellt. Dieser enthält Anleitungen zum Säen, Pflegen und Ernten von über 17 ausgewählten Pflanzen und Grundlagenwissen zum Keimen und Wachsen, zu Werkzeugen, zur richtigen Erde und weiteren Themen rund um das Gärtnern mit Kindern. Die Anleitungen kommen dabei ohne Text aus, sodass sich die Kinder das Wesentliche eigenständig erschließen können. Für Erzieherinnen und Erzieher bietet der Ordner weiterführende Informationen zu jeder einzelnen Pflanze und ihrer Pflege, Bastelanleitungen, Literaturtipps und Hinweise auf die Kompetenzen, die die Kinder im Projekt erwerben. Um die Pflege der Pflanzen über das Jahr zu dokumentieren, beinhaltet der Ordner einen Pflanzkalender. Die Kinder können Bilder von eingesäten Pflanzen einkleben und entsprechende Symbole für „Säen“, „Keimung“, „Umpflanzen“

und „Ernten“ ausschneiden. Diese werden mit Hilfe der erlernten Informationen den passenden Monaten zusortiert. Wann muss ich den Tomatensamen einsäen und wann ist sie erntereif? Mit der Unterstützung der LandFrauen und dem Ordner im Gepäck können Erzieherinnen, Erzieher und Kinder direkt loslegen, in der Erde wühlen, säen, pflanzen, hegen und ernten, erleben und genießen.

Der aid infodienst e. V. hat die wichtigsten Inhalte des Ordners in dem Heft GartenKinder zusammengefasst. Es eignet sich auch unabhängig von Projekt und Kindergarten generell als Anleitung, um mit Kindern zu gärtnern und ist somit auch für Eltern eine tolle Möglichkeit, ohne Vorerfahrung zu Hause loszulegen! Und selbst ohne Garten ist das möglich: Eine Tomate gedeiht auch im Balkontopf, Kräuter sogar auf der Fensterbank.

17

**Das GartenKinder Heft**  
kann für € 5,- zzgl. Versand  
auf [www.aid-medienshop.de](http://www.aid-medienshop.de)  
bestellt werden.



Stiftung Besser essen. Besser leben.

Die gemeinnützige Stiftung Besser essen. Besser leben. entwickelt Projekte für Kinder und Familien zu den Themen Gesundheit und Genuss mit Bezug zum Kreislauf der Natur. Sie versteht sich als Brücke zwischen Wissenschaft und dem alltäglichen Leben. Hinter ihrer Arbeit steht die Überzeugung: Essen ist mehr als Nahrungsaufnahme! Es ist der Schlüssel zu lebenslanger Gesundheit und einem intakten Familienleben.

Deutscher LandFrauenverband e. V.

Der Deutsche LandFrauenverband e. V. ist der bundesweit größte Verband für Frauen und deren Familien, die im ländlichen Raum leben. Ziel ist es, die Lebensqualität und Arbeitsbedingungen zu verbessern. 500.000 Mitglieder, 12.000 Ortsvereine und 22 Landesverbände bilden zusammen ein starkes Netzwerk.

aid infodienst e. V.

Ob Landwirtschaft, Lebensmittel oder Ernährung: Der aid infodienst e. V. bereitet Informationen aus Wissenschaft und Praxis verständlich auf, informiert umfassend und schnell und das seit mehr als 60 Jahren.



**Dagmar Freifrau von Cramm** ist Präsidentin der gemeinnützigen Stiftung Besser essen. Besser leben. und setzt sich als Ernährungswissenschaftlerin seit vielen Jahren für eine gesunde Ernährung ein. Sie hat zahlreiche Bücher zum Thema Ernährung veröffentlicht.



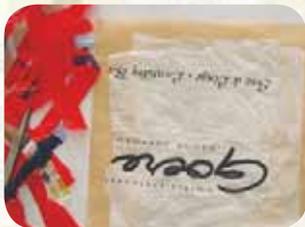
**Anne Staeves** ist Wissenschaftsredakteurin bei aid infodienst e. V. und für alle Themen rund um den Garten zuständig.

# Bügel die Tüte!

**Bügeleisen – wer braucht denn sowas noch? Statt dir damit beim Sonntagshemd vor dem Besuch bei Oma die Kragenspitzen plätten zu lassen, kannst du mit dem heißen Eisen kreativ werden und tolle Plastiktaschen bügeln.**



Fotos: © Michael Fink



Als erstes stellst du stabilen „Stoff“ für deine Tasche her. Dazu schneidest du eine Plastiktüte auf, legst auf ein Bügelbrett einen großen Streifen Backpapier und die

Folie der Tüte obendrauf. Schneide aus weiteren Tüten schöne bunte Streifen aus und lege sie in Mustern auf die erste Tüte. Um nun die Tütenstreifen miteinander zu verbinden, wirst du sie gleich mit dem heißen Bügeleisen zusammenbügeln. **Vorsicht, sehr heiß: Wer keine Bügelerfahrung hat, stellt die Tasche besser mit einem Erwachsenen her!**



Damit die Tüten nicht am Bügeleisen festkleben, legst du erst ein zweites Backpapier darauf. Auf diesem kannst du nun hin- und herbügeln.



Schau mal vorsichtig nach, ob die Hitze die Folienschichten schon zusammengeklebt hat. Wenn das so ist, hast du schon eine wunderschöne Grundlage für deine Tasche fertig!

Wenn nicht, dann bügel einfach noch eine Weile weiter darüber – aber immer mit Backpapier über und unter den Tütenteilen!

Wenn der Plastikstoff dann schön fest ist, kannst du ihn per Bügeleisen „zusammennähen“: Dafür klappst du ihn einmal zusammen und bügelst



dann an den beiden offenen, gegenüberliegenden Seiten einen schmalen Streifen (Backpapier nicht vergessen!) zusammen. Tasche gerade schneiden – schon fast fertig!



Fehlt noch ein Henkel? Auch den kannst du aus dem Tütenstoff zurecht schneiden und ankleben. Damit dir beim Anbügeln des Henkels aber nicht die Tasche zuklebt, legst

du vorher ein weiteres Stück Backpapier in die Tasche hinein, zwischen die beiden Schichten.



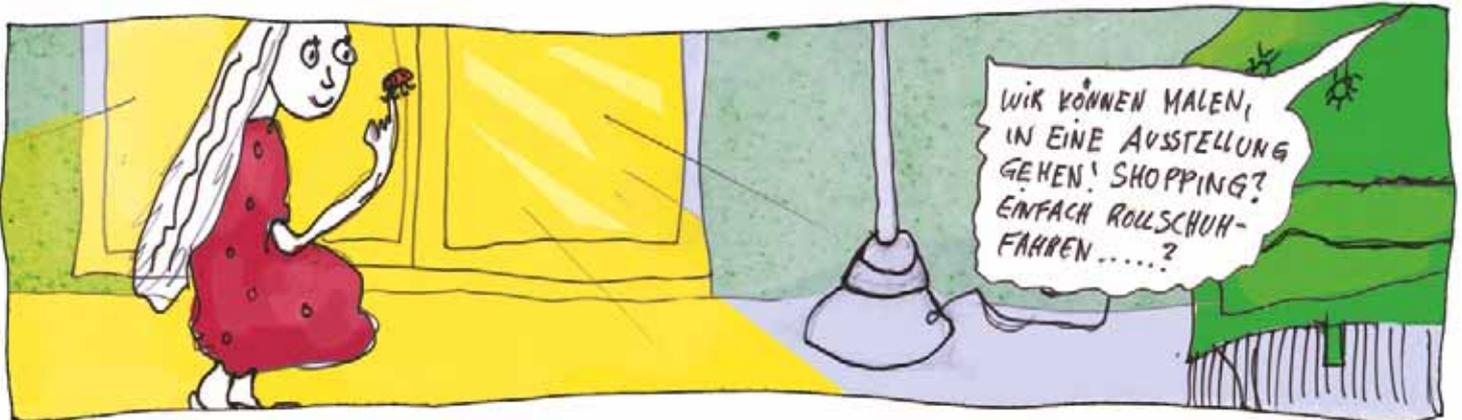
Fertig! Wunderschön! Aber mach mal das Fenster auf – Taschenbügeln macht Mief!

**Michael Fink** schreibt Bücher und bastelt tolle Sachen. Für BANANEN-BLAU schreibt er die Kinderseiten.



Foto: © Barbara Dielt

# Es war einmal:



Mythenlabor