

Familienstützpunkt Wiesentheid



„Tipps und Anregungen zur Freizeitgestaltung für Eltern mit Kindern unter 6 Jahren“

Ernährung & Gesundheit: Kochen mit Kindern!!



Orangen-Schoko-Muffin für Ostern

Zutaten:

175 ml Orangensaft, 200g Mehl, 2TL Backpulver, ½ TL Natron, geriebene Schale einer Orange, 50g Schokolade klein gehackt, 1 Ei, 120g Zucker, 70 ml Öl. Zum Verziehen Kuchenglasur aus Weiße- oder Vollmilchschokolade und bunte Streusel o.ä.

Zubereitung:

In einer Schüssel Orangensaft, Zucker, Ei und Öl mit dem Handrührgerät zu einer cremigen Masse umrühren. Mehl, Natron und Backpulver dazu geben und mischen dann die Orangenschale und Schokoraspel in die Masse untermischen. Muffin-Förmchen mit dem Teil füllen und bei 160 Grad (im Ofen mit Hitze Oben + Unten) ca. 15-20 Minuten backen.

Mit Kuchenglasur aus Weißer- oder Vollmilchschokolade kann man die Oberfläche verziehen und mit bunten Streuseln dekorieren. Und guten Appetit!!



Rosinen Zopf zum Osterfrühstück

Zutaten:

1 Würfel Hefe, 500g Mehl, 200ml warme Milch, 25g Zucker, 1 Päckchen Vanillezucker, 1 Prise Salz, 2 Eier, 60g Margarine, 150g Rosinen

Zubereitung:

Die Hefe in das Mehl bröseln, mit warmer Milch (max. 35 ° C), Zucker, Vanillezucker, Salz und Eiern mit den Knethaken des Handrührgerätes verkneten. Dann die zimmerwarme Butter glatt unterkneten, bis der Teig sich vom Schüsselrand löst und zum Schluss die Rosinen unterheben.

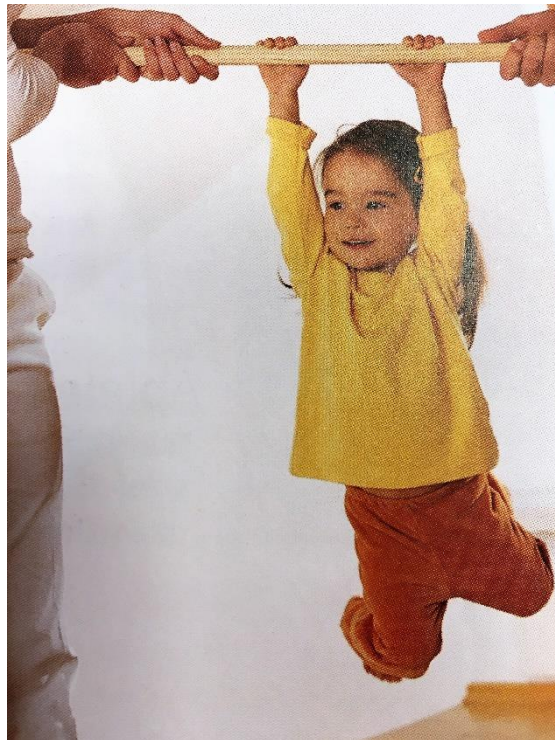
Teig mit etwas Mehl bestäuben und die Schüssel mit einem Geschirrtuch abdecken. Den Teig bei Zimmertemperatur ca. 30 Minuten gehen lassen.

Den aufgegangenen Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und nur etwas flach drücken. Den Teig für den Hefezopf in 3 Stücke schneiden und jedes vorsichtig auf ca. 40 cm Länge rollen. Die drei Teigrollen in der Mitte über Kreuz aufeinander legen und von der Mitte aus nach unten flechten. Den Zopf umdrehen und die andere Hälfte von der Mitte nach außen flechten. Den Hefezopf mit der schönen Seite nach oben auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Den Zopf mit Wasser einpinseln, damit sich keine Haut bildet, und nochmals bei Zimmertemperatur für ca. 30 Minuten gehen lassen.

Ob der Teig richtig aufgegangen ist erkennt man durch leichten Fingerdruck auf seiner Oberfläche. Bleibt der Fingereindruck, ist der Teig genug gegangen. Vor dem Backen den Hefezopf ein weiteres Mal mit Wasser einpinseln. Den Hefezopf im vorgeheizten Backofen bei 180° C 30 bis 45 Minuten goldbraun backen. Die Backzeiten variieren je nach Größe des Gebäcks.

Mit dem Klopf-Gar-Trick hören Sie, ob der Zopf gar ist. Wenn das Geräusch beim vorsichtigen Klopfen auf den Hefezopf hohl klingt, ist der Hefezopf fertig. Den Hefezopf etwas abkühlen lassen und erst dann anschneiden. Frisch schmeckt er am besten!

Bewegungsspiele für Krabbler und Läufer



Tarzan und Jane!

Dieses Spiel ist gut für das Gleichgewicht und Armmuskulatur der Kinder.

Halten Sie mit einem Spielpartner die „Turnstange“ (Besenstiel) so hoch, dass Ihr Kind (ab etwa zwei Jahren) sich daran festhalten kann. Heben Sie die Stange mitsamt Kind so hoch, dass seine Füße etwa zehn Zentimeter über den Boden sind. Ermuntern Sie es, die Beine anzuziehen, zu schaukeln und abzuspringen. 😊



Schubkarre fahren!

Dieses Spiel ist gut für das Gleichgewicht, Muskulatur und Fantasie der Kinder.

Bitten Sie Ihr Kind sich bäuchlings auf den Boden zu legen. Da es nun eine Schubkarre ist, schichten Sie auf seinen Rücken einen „Laubhaufen“ (kleine Kissen o.ä.) auf. Um die Schubkarre wegzufahren, umfassen Sie seine Unterschenkel (anfangs evtl. die Oberschenkel) und heben die Schubkarre an. Ihr Kind geht nun in den Unterarmstütz und fährt so zum Komposthaufen, wo abgeladen wird. Dann geht es zurück für die nächste Runde mit neuer Ladung 😊

Familienzeit: Basteln und Spielen



Steck-Eier mit den Kindern basteln!

Sie brauchen: Weißen Tonkarton, Buntstifte oder Wachmalkreide, Faden, Stift und Schere

Malen Sie einen eiförmigen Kreis auf einen weißen Tonkarton in der beliebigen Größe (Schablone). Übertragen Sie die Schablone auf weitere weiße Tonkartone (Sie brauchen 2 pro Ei). Kinder können nun helfen die Eier auszuschneiden (nehmen Sie Kinderschere mit runden Spitzen) und sie mit bunten Mustern auf die Flächen zu bemalen. Nun nimmt man 2 passende Eier und schneidet man ein Ei von oben und das andere Ei von unten bis zur Mitte ein und steckt sie ineinander. Zum Schluss bindet man einen Faden zum Aufhängen daran ©

Basteln mit Papierbecher



Osterhase

Das Gesicht kann man bemalen und/oder die Augen mit Linsen oder Bohnen bekleben. Die Ohren aus Tonpapier ausschneiden, bemalen und/oder bekleben.

Weitere Beschäftigungsideen für Kleinkinder stellen für Sie die Mitarbeiterinnen von unseren Kindergärten in Wiesentheid unter

<https://www.sankt-benedikt.org/angebote/spielidee-des-tages/>