



Auf der spannenden Reise
der kindlichen Entwicklung
Im Rhythmus der Jahreszeiten

Begleitmaterial für die Arbeit
in den „Krabbelgruppen“

Ausgabe
Juni 2024



Erarbeitet von Ihrer
Evangelischen Erwachsenenbildung Hochfranken

Wussten Sie schon ...

... Kinder lachen bis zu 400-mal am Tag - Erwachsene dagegen nur 20-mal

**Ich häng' die Sonne an die Leine
und werf die Wäsche in die Luft,
dann steck ich meine kalten Beine
in einen Eimer Blütenduft**

Ein fröhliches Herz ist des Menschen Leben und seine Freude verlängert sein Leben

Diese Weisheit steht schon in der Heiligen Schrift. Und damals gab es mit Sicherheit noch keine Gelotologie. Allein das Wort auszusprechen sorgt schon für Heiterkeit. Versuchen Sie es einmal. Gelotologie ist die Lehre vom Lachen. Seit den 70er Jahren beschäftigen sich Wissenschaftler mit den körperlichen und seelischen Auswirkungen des Lachens auf den Menschen. Inzwischen ist die Humorforschung eine weltweit anerkannte Disziplin.

Schon im Alter von vier bis acht Wochen gelingt dem Säugling bereits ein bewusstes Lächeln.

Es ist ein wichtiges Medium, um mit seiner Umwelt zu kommunizieren. Etwa ab dem 4. Lebensmonat kann das Baby schon herzlich lachen, z.B. wenn es geknuddelt wird und lustige Geräusche hört, oder wenn sich etwas bewegt. Spielereien mit einem Handschuh an dem ein paar bunte Bänder befestigt sind, können wahre Lachsalven verursachen.

Ab dem ersten Lebensjahr lachen Kinder über komische Ereignisse, z.B. wenn jemand aus Spaß Grimassen macht und die Zunge herausstreckt. Kindergartenkinder finden es lustig, wenn etwas nicht den Regeln und gültigen Normen entspricht, z.B. wenn sich jemand nicht auf den Stuhl, sondern daneben setzt. Deshalb bringen auch Clowns alle zum Lachen, weil ihnen ständig Missgeschicke passieren. Sind die Kinder in der Schule, entdecken sie die Wortkomik. Sie haben Spaß am verbalen Unsinn, an Wortspielen und Zungenbrechern.

Lachen ist die beste Medizin.

Das belegen viele wissenschaftliche Studien, z.B. die des kanadischen Psychologen Rod Martin.

- Lachen:**
- beschleunigt den Herzschlag und regt den Blutdruck an
 - vermehrt die Immunglobulin-Antikörper und sorgt für eine bessere Immunabwehr
 - setzt die Schmerzempfindlichkeit herab und erhöht die Wachsamkeit des Gehirns
 - verstärkt die Bewegungen des Zwerchfells, was wiederum die inneren Organe massiert und die Verdauung fördert etzt die Schmerzempfindlichkeit herab und erhöht die Wachsamkeit des Gehirns
 - steigert den Sauerstoffgehalt im Blut und erweitert das Lungenvolumen
 - trainiert 240 von 630 Körpermuskeln
 - reduziert die Produktion der Stresshormone Adrenalin und Cortisol
 - erhöht die Ausschüttung von Glückshormonen und sorgt somit für Wohlbefinden
 - baut seelische Blockaden ab und bricht eingefahrene Denkmuster auf!

Lachen ist die beste Medizin.

Seit Mitte der 1980er Jahre hat das „Lachen als Medizin“ Eingang in den Klinikalltag der USA gefunden. Auch in Europa gibt es mittlerweile in vielen Kinderkliniken die Klinik-Clowns, die mit ihrem „Gelächterwagen“ über die Station ziehen und die kleinen Patienten aufheitern.

Ein Lächeln oder ein Lachen schlägt eine Brücke vom Ich zum Du.

Es heißt: Ein Lächeln ist der kürzeste Weg zwischen zwei Menschen. Es hat also eine wichtige soziale Funktion. Es hilft auch, dass sich in angespannten Situationen die Anspannung löst. Das verbirgt sich hinter in dem Begriff des „entwaffnenden Lächelns“.

Kinder, die viel zu lachen haben, können ihre Aggressionen besser abbauen.

Davon profitiert dann auch ihr gesamtes Umfeld. Leider herrscht immer noch die Meinung, dass mit der Schule „der Ernst des Lebens beginnt“! Aber gerade, wenn es ums Lernen geht weiß man ja heute, dass ein angstfreies Lernklima den Lernprozess fördert. Deshalb sollte besonders in der Schule viel gelacht werden.



Jeder Tag, an dem du nicht lächelst, ist ein verlorener Tag.

Charlie Chaplin

Buchempfehlungen:



Manfred Mai
Leselöwen Quatschgeschichten

13 phantasievolle und witzige Geschichten für Kinder und Erwachsene, die Sinn für Unsinn haben

Preis: ab 4.00 EUR (nur noch gebraucht erhältlich)



Martin Ebbertz
Ein Zebra ist ein Esel ohne Streifen - Onkel Theo erzählt 44 fast wahre Geschichten

44 witzige Geschichten, bei denen man nicht jedes Wort glauben muss. Absolut großartig! Lesetipp der Stiftung Lesen.

Preis: ab 7.00 EUR (Taschenbuch)

Gebet des Monats:

Wir danken Dir
dass Du uns liebst,

nun segne auch
was Du uns gibst.



Begrüßungslied:

„Hallo, schön dass du da bist“



Hal - lo, hal - lo, schön das du da bist

Hal lo, hal - lo, wir freu - en uns so schr.

Die Hak-ken und die Spit-zen, die wol-len nicht mehr sitz-en,
die Fer-sen und die Ze-hen, die wol-len wei-ter ge-hen.

Hal - lo, hal - lo, schön das du da bist

Hal lo, hal - lo, wir freu - en uns so schr.

Wir klatschen in die Hände
und stampfen mit den Füßen.
Wir reichen uns die Hände,
um uns zu begrüßen.

Hallo, hallo.....

Ein Begrüßungslied zu singen ist eine herzliche Art, jemanden willkommen zu heißen und eine positive, einladende Atmosphäre zu schaffen. Es kann auch dazu beitragen, eine Gemeinschaft zu bilden und Menschen zusammenzubringen. In vielen Kulturen ist das gemeinsame Singen ein Zeichen der Gastfreundschaft und des Respekts gegenüber Gästen oder neuen Mitgliedern einer Gruppe.

Fingerspiel: „Pusteblume“

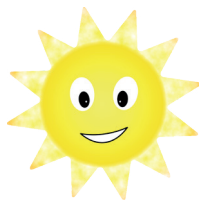
Pusteblume auf der Wiese

(Die rechte Hand zu einer lockern Faust ballen, um die Pusteblume anzudeuten.)

puste, puste kleine Liese,
(Auf die „Pusteblume“ pusten.)

dass die weißen Stängel fliegen
(Die Faust langsam öffnen.)

sich im blauen Himmel wiegen.
(Mit den Fingern langsam in der Luft zappeln.)



Fingerspiel: „Frau Sonne“

Fünf Fingerlein, die schliefen fest Wie Vögelein, in ihrem Nest.

(Die rechte Hand zur Faust ballen und mit der linken Hand umschließen.)

Da kommt die Frau Sonne und schaut herunter.

(Die rechte Hand weiterhin zu Faust ballen. Mit der linken Hand die Sonne darstellen.)

**Der Daumen, der Dicke, der war als Erster munter.
Er reckt sich und streckt sich und nickt ganz erfreut:
Guten Tag Frau Sonne, schön ist es heut.**

(Mit dem rechten Daumen wackeln. Die anderen Finger weiterhin zur Faust ballen.)

**Da klopft er dem Zeigefinger auf die Schulter:
He, du, aufgewacht, genug geschlafen.**

(Mit dem rechten Daumen den rechten Zeigefinger antippen.)

Der brummt:

Was soll das heißen, mich aus dem tiefsten Schlaf zu reißen?
(Langsam den rechten Zeigefinger ausstrecken.)

Da wird bei den beiden getanzt und gelacht,
(Mit dem rechten Daumen und Zeigefinger wackeln.)

**da sind die anderen auch aufgewacht.
Und alle Fünf nicken erfreut:**

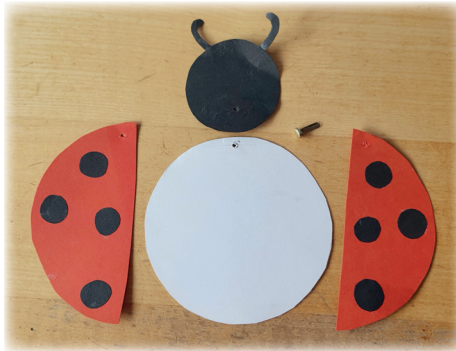
Guten Tag Frau Sonne, schön ist es heut.
(Nacheinander alle Finger der rechten Hand ausstrecken und mit ihnen wackeln.)

Bastelvorschlag: „Einladung für einen Kindergeburtstag“



Wir basteln schnell und einfach eine Marienkäfer-Einladungs-Karte für einen Kindergeburtstag.

Nach den Schablonen-Vorlagen den Marienkäfer-Kopf einmal auf schwarzen Tonkarton übertragen, den Körper einmal auf weißen Tonkarton, und die Flügel zweimal auf roten Tonkarton übertragen und ausschneiden.



Die Punkte können entweder aus schwarzem Tonkarton ausgeschnitten werden, oder wir „stempeln“ mit den Kinder-Fingern und schwarzer Fingerfarbe Punkte auf die beiden Flügel. Die markierten Punkte für die Löcher ebenfalls übertragen.

Nun wird eine Briefklammer von oben erst nacheinander durch die beiden Flügel, dann durch den Kopf und als letztes durch den Körper gesteckt und hinten auseinandergebogen.



Nun wird eine Briefklammer von oben erst nacheinander durch die beiden Flügel, dann durch den Kopf und als letztes durch den Körper gesteckt und hinten auseinandergebogen. Dadurch, dass die Briefklammer die Teile zusammenhält, lassen sich die Flügel auseinander ziehen und man kann auf dem Körper den Text für die Einladung schreiben.

Viel Spaß beim Basteln!

Abschiedslied: „Alle Leute gehen jetzt nach Haus“



1 Al- le Leut, 2 al- le Leut 3 gehn jetzt nach 4 Haus,
5 gehn in ihr 6 Käm- mer- lein, 7 las- sen fünf 8 gra- de sein.
9 Al- le Leut, 10 al- le Leut 11 gehn jetzt nach 12 Haus.

1. Strophe

Alle Leut, alle Leut gehn jetzt nach Haus,
(auf der Stelle gehen)

gehn in ihr Kämmerlein,
(mit den Händen ein Dach über dem Kopf bilden)

lassen fünf grade sein.
(Finger auseinander spreizen,)

Alle Leut, alle Leut gehn jetzt nach Haus,
(auf der Stelle gehen)

2. Strophe

Alle Leut, alle Leut gehn jetzt nach Haus,
(auf der Stelle gehen)

große Leut, kleine Leut,
(Arme nach oben strecken, danach in die Hocke gehen)

dicke Leut, dünne Leut.
(Arme seitlich strecken, danach Handflächen vor dem Bauch zusammendrücken,)

Alle Leut, alle Leut gehn jetzt nach Haus,
(auf der Stelle gehen)

3. Strophe

Alle Leut, alle Leut gehn jetzt nach Haus,
(auf der Stelle gehen)

sagen auf Wiedersehen,
(winken)

es war so wunderschön.
(hüpfen)

Alle Leut, alle Leut gehn jetzt nach Haus,
(auf der Stelle gehen)

**Mit dem Abschiedslied wollen wir fröhlich auseinandergehen
und uns auf das nächste Treffen freuen!**