



Freunde der
Waldorfpädagogik e.V.

INFOPOST AUS DEM WALDORFKINDERGARTEN FREUDENSTADT FRÜHLING 2022



GEDANKEN ZUM JAHRESKREIS–FRÜHLING

„Wir erleben den Frühling vor allem in seiner Blütenentfaltung. Veilchen, Anemonen, Narzissen, Tulpen und blühende Obstwiesen bringen uns die größte Freude im Frühjahr. Doch diese Blütenentfaltung ist nicht das Eigentliche des Frühlingsgeschehens. Es ist nur das Ergebnis der Wärme des Jahres zuvor, die den Winter über in der Zwiebel, in der Knospe am Baum, im Samen im Inneren der Erde gespeichert wurde. Frühlingsgeschehen heißt, sich wieder mit der Erde verbinden. Die Pflanzen und Keime waren im Winter ganz auf sich gestellt und nicht in einer Wechselbeziehung mit der Umgebung. Der Frühling nun ist die Zeit des beginnenden Bodenlebens und intensivsten Wurzelwachstums. In einem ersten Schritt verbindet sich die Pflanze mit der Erde. Der Geruch des Bodens verändert sich im Frühling. Erst dann tritt die Pflanze aus der Erde hervor. Wichtig für diese Verbindung mit der Erde sind der Kalk und die Kohlensäure. Sie sind die Salzbildner der Erde. Der Kalk bildet auch das Knochengerüst der Menschen und der Tiere. Wir finden ihn aber auch in Stängeln, Hölzern und Wurzeln. Es findet ein Verdichtungs- und Verwurzelungsprozess statt, der die Voraussetzung für das sprießende sprossende Leben ist, das wir als Frühling kennen.“

Ausschnitt aus Artikel von Andreas Höyng, Juni 2015, Literatur: Rudolf Steiner: Das Miterleben des Jahreslaufes in vier kosmischen Imaginationen

Liebe Eltern, liebes Kollegium, liebe Mitglieder

Die Frühlingszeit mit ihrer steigenden Lichtintensität gibt uns Kraft, um aus unserem „Winterschlaf“ zu erwachen. Es ist Zeit für unsere „Erdung“. Vielleicht schauen Sie sich an klaren Frühlingsabenden den Frühlingshimmel an oder singen mit Ihren Kindern täglich Frühlingslieder...

Ich wünsche Ihnen allen eine belebende und euphorische Frühjahrszeit.

Melanie McLaughlin

VOLKSTÜMLICHES FRÜHLINGSLIED

1. F C⁷

1. Es tö - nen die Lie - der, der Früh - ling kehrt

F 2. C⁷

wie - der, es spie - let der Hir - te auf

C⁷ F 3.

sei - ner Schal - mei: La la la la la la

C⁷ F

la, la la la la la la la.

1 Es tönen die Lieder,
 der Frühling kehrt wieder,
 es spielt der Hirte
 auf seiner Schalmei:
 La la la la la la,
 la la la la la la.



Melodie: unbekannter Herkunft
 Auswahl: Frau Hoffmann

Frühlingswahrnehmung in der Krippe

Mit den „Kleinen“ singen wir gerne das Lied: Singt ein Vogel

Singt ein Vogel, singt ein Vogel, singt im Märzenwald;
Kommt der helle, der helle Frühling, kommt der Frühling bald.

Komm doch, lieber Frühling, lieber Frühling, komm doch bald herbei,
jag den Winter, jag den Winter fort und mach das Leben frei!

Blüht ein Blümlein, blüht ein Blümlein, blüht im Märzenwald;
Kommt der helle, der helle Frühling, kommt der Frühling bald.

Komm doch, lieber Frühling, lieber Frühling,
Komm doch bald herbei, jag den Winter, jag den Winter fort und mach das Leben frei!

Scheint die Sonne, scheint die Sonne, scheint im Märzenwald;
Kommt der helle, der helle Frühling, kommt der Frühling bald.

Komm doch, lieber Frühling,
lieber Frühling,
Komm doch bald herbei,
jag den Winter, jag den Winter fort
und mach das Leben frei!



Quelle: [Text: Volkslieder – MusikGuru](#)

Fingerspiel Frühling: Jetzt wird es Frühling

Das Spiel sollte für die Kleinkinder noch sehr einfach gehalten werden. Es ist sinnvoll, die Sprachförderung immer am Alter der Teilnehmer auszurichten. Dieses Fingerspiel eignet sich für Kinder zwischen 1 und 3 Jahren. Es werden keine Materialien benötigt.

Das Fingerspiel läuft wie folgt ab: Setzen Sie sich mit den Kindern in einen Sitzkreis auf den Boden und achten Sie darauf, dass alle Kinder Sie gut sehen können. Dann wird der folgende Text gesprochen und von den angegebenen Bewegungen begleitet:

Text:	Bewegungen:
Liebe Kinder, wisst Ihr was?	Sie lächeln die Kinder an und heben Ihre Hände fragend, mit den Handinnenflächen nach oben, neben Ihren Kopf.
Jetzt wird's Frühling – das macht Spaß.	Sie klatschen in die Hände.
Auf der Wiese wächst neues Gras,	Sie drehen Ihre Handinnenflächen nach oben und lassen die Finger zappeln.
Frühlingsregen macht es nass.	Sie heben Ihre Hände in Kopfhöhe, drehen Ihre Handinnenflächen nach unten und wackeln mit den Fingern nach unten auf den Boden.
Hin und wieder gibt es Sonnenschein,	Sie strecken eine Hand über dem Kopf aus, strecken die Finger aus und wackeln damit.
da wachsen auch die Blümlein.	Sie bewegen Ihre ausgestreckten Zeigefinger Stück für Stück nach oben.
Die Vögel zwitschern durch die Luft,	Sie zeigen mit dem Zeigefinger durch die Luft.
erste Schmetterlinge sind verzaubert vom Blumenduft.	Legen Sie die Daumen eng aneinander und bewegen Ihre Handinnenflächen auf und ab.
Knospen springen auf	Sie ballen Ihre Hände zu Fäusten und öffnen Sie anschließend.
und die Bienen fliegen gleich darauf.	Beide ausgestreckten Zeigefinger durch die Luft kreisen lassen und „Summ“-Geräusche machen.
Nun Kinder wisst Ihr das!	Sie zeigen auf die Kinder.
Wir haben Frühling – das macht Spaß.	Sie klatschen in die Hände.

Quelle: [Fingerspiele für den Frühling – jetzt wird's bunt in der Kita | Pro Kita Portal \(prokita-portal.de\)](#)

Idee: Frau Cimponerescu

Frühlingsmärchen Martsishor aus Moldawien

Dieses Volksmärchen wird am ersten Frühlingstag erzählt. Illustriert von den Schülerinnen und Schülern der 5. Klasse der Waldorfschule Kishinew (leicht abgeändert)

Vor langer, langer Zeit, stieg die Sonne als gutaussehender, tapferer junger Mann in die Dörfer hinab. Da überfiel ihn ein Drache, entführte ihn und nahm ihn gefangen.



Die ganze Welt trauerte, die Vögel im tiefen Wald vergaßen ihre Lieder. Das Rauschen der Quellen, die Lieder der jungen Mädchen, das Lachen der Kinder, verwandelten sich in ein Gefühl tiefer Trauer.

Aber das Zagen nahm ein Ende. Ein tapferer Mann entschied sich, die Sonne aus dem Drachengefängnis zu befreien. Alle begleiteten ihn: die traurigen Landsleute, Väter, Mütter, Schwestern, Freunde und Brüder. Sie alle gaben ihm ihre Kraft, um ihm bei seiner schwierigen Aufgabe zu helfen. Es verging ein Sommer, dann der Herbst und der ganze frostige Winter, bis der junge Mann die Burg des Drachens fand. Dort begann ein langer Kampf



um Leben und Tod. Sie schlugen sich gnadenlos und vergossen Schweiß und Blut im Kristallschnee.

Stark war der Drache, stark war der tapfere Mann. Voller Wunden waren ihre Oberkörper, Arme und Schultern. Endlich war es der mutige Mann, der den Sieg errang. Der Drache wurde getötet und fiel hin.



Als der junge Mann die schwarzen Wände des Gefängnisses niederrichtete, ließ er die schöne Sonne frei. Die Sonne schoss in den Himmel. Die Natur begann sich zu erholen, die Menschen waren froh. Der verwundete, tapfere Mann sah glücklich in den Himmel. In diesem Moment beobachteten die Leute, dass sein warmes Blut auf den Schnee fiel, der zu tauen begann, und Blumen wuchsen und erwachten aus der Erstarrung. Die Schneeglöckchen und Narzissen schaukelten sanft ihre Blütenblätter und läuteten den Beginn des Frühlings ein. Es war ein Zeichen, dass das Gute über das Böse gesiegt hatte.



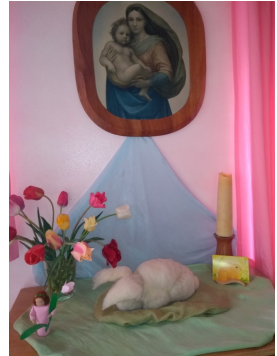
Seitdem machen alle Mädchen zwei Quasten: eine weiße und eine rote - ein Hinweis darauf, dass der Frühling beginnt. Das Zeichen an den Quasten wird Martsishor genannt, was eine Verniedlichung des ersten Monats des Frühlings ist. Die rote und weiße Farbe bedeuten Liebe und stehen für alles Schöne und sie sind die Farben, die Glück, Gesundheit und Reinheit symbolisieren. Wie die sanften zerbrechlichen Schneeglöckchen oder Narzissen - die ersten Blüten im Frühjahr.

(Quelle: <https://www.freunde-waldorf.de/wow-day/maerchen/>
Idee: Frau McLaughlin)

Ostern im Kindergarten

Um Ihnen einen kleinen Einblick in unseren Kindergartenalltag zu ermöglichen, berichten wir gerne vom alljährlichen Osterfest.

Bereits vor den Osterferien bauen die Kinder im Garten schöne Osternester aus kleinen Stöcken, Moos, Forsythienblüten und vielem mehr – denn der Osterhase kommt ab und an sicher vorbegehoppelt und begutachtet die Vorbereitungen und unseren schönen Osterreigen.



Hier singen wir gemeinsam das folgende Lied:

„Wir wollen suchen unter den Buchen
Unter den Linden werden wir finden
Ein Nestlein von Heu, ein goldenes Ei
Und das Osterhäschen hüpfte vorbei.“

Auch säen wir unser Ostergras, welches die Kinder liebevoll pflegen und am letzten Tag vor den Ferien mit nach Hause bekommen und mit den Eltern nach der Osterzeit im Garten oder auf dem Balkon auspflanzen können. In der Vorosterzeit lesen wir die Geschichte aus dem Jahreszeitenbuch: Der Ostermond.

Am ersten Tag nach den Ferien findet unser Osterfest statt:



Im Morgenkreis begleitet uns das Handgestenspiel:
„Klein Häschen wollt spazieren gehen...“

Wir backen das Osterbrot und genießen es gemeinsam.

Im Reigen dürfen die Kinder den Osterhasen begrüßen und danach „sich ducken und nicht mehr um sich gucken“ und es wird ein Osterei versteckt, welches gleich von den Kindern gesucht wird.

Das Suchen steht also im Vordergrund und wir gehen anschließend in den Garten und suchen nach roten Eiern, welche der Osterhase versteckt hat.

Zum Abschluss des Tages hören die Kinder die Geschichte der sieben Hasen, welche sich beweisen mussten, ehe einer von ihnen der Osterhase dieses Jahr werden konnte.

Texte und Fotos Frau Hoffmann



Handgestenspiel Klein Häschen

T. und M.: traditionell

Klein Häschen wollt spazieren gehn

1. Klein Häs - chen wollt spa - zie - ren gehn spa -
zie - ren ganz al - lein, da hat's das Bäch - lein
nicht ge - sehn, und plumps! Fiel es hin - ein.

Das Häschen–2 Finger der rechten Hand–springt vergnügt da-her und kommt zum Bächlein–Wellenbewegungen mit dem lin-ken Arm–und fällt hinein.

Das große Mühlrad–linker Arm–bewegt sich langsam im Kreis, das Häschen hält sich daran fest.

Wenn das Mühlrad das Häschen wieder nach oben gedreht hat, hüpfte es nach Haus.

Die Mutter–2 Finger der linken Hand–klopft ihm das Fellchen aus.

Klein Häschen wollt' spazieren gehen
Spazieren ganz allein
Da hat's das Bächlein nicht gesehen
Und plumps, da fiel's hinein

Ganz langsam drehte sich das Rad
D'rauf sprang der kleine Has'
Und als er endlich oben war
Sprang er hinab ins Gras

Das Bächlein trieb's dem Tale zu
Dort wo die Mühle steht
Und wo sich ohne Rast und Ruh'
Das große Mühlrad dreht

Da lief das Häschen schnell nach
Haus'
Vorbei ist die Gefahr
Die Mutti klopft das Fell ihm aus
Bis, dass es trocken war

Text: Jahreszeitenbuch | Idee: Frau Hoffmann

Backen zu Ostern bei uns in der Krippe

Ostergelbbrot ist ein Brot aus süßem Hefeteig – je nach Belieben mit Nüssen und/oder Rosinen. Man bildet drei Teigstränge (Symbol für die Dreieit) und flicht sie zu einem Zopf, der dann zu einem Kranz geformt wird (ein in sich geschlossener, symbolträchtiger Kreis). Darin legt man dann die schön gefärbten roten Eier. Man kann auch für jedes Familienmitglied einen eigenen Kranz flechten und dann mit nur einem Ei bestücken (siehe Bild unten).

Hier das Rezept, nach welchem wir backen:

600 g Mehl
280 ml warme Milch, Hafer- oder Sojamilch
100 g Butter oder Margarine
1 Ei (kann auch weggelassen werden)
100 g Agavendicksaft
25 g Hefe
1 Prise Salz

Den Teig 30 min gehen lassen und bei 180 Grad Celsius ca. 20 min backen.



Quelle: [Ostergelbbrot | waldorfkind \(waldorfshop.eu\)](http://Ostergelbbrot|waldorfkind(waldorfshop.eu))

Idee: Frau Cimponerescu

Ostereier färben bei uns in der Krippe

Benötigt werden:

- Äußere, papierdünne Schalen von braunen/roten Zwiebeln ca. 70 gr
- Zurechtgeschnittene Stücke von Nylonstrumpfhosen à circa 15 x 15 cm
- Küchengarn
- 2 Esslöffel Essig mit 5%iger Säure
- Eier
- Verschiedene Blüten, Blätter und Gräser zur Verzierung



Die Blüten und Gräser dienen als natürliche Stempel, die nach dem Zwiebelbad auf die Schale übertragen werden. Dafür werden zunächst die jeweiligen Muster auf das Ei gelegt, dann ein Stück Feinstrumpf darüber gezogen, auf der hinteren Seite zusammengedreht und mit Küchengarn festgebunden. Tipp: Blätter und Blüten, haften einfacher auf vorher befeuchteten Eiern.

Nebenher werden ca. 2,5 Liter Essigwasser mit den Zwiebelschalen aufgekocht, bis ein schöner rotbrauner Sud entsteht. Die Eier werden nun vorsichtig mit einem Esslöffel hineingelegt und etwa 10 Minuten gekocht. Für intensiver gewünschte Farbtöne die Eier noch 1/2 Stunde im Farbbad liegenlassen.

Die gekochten Eier kalt abspülen und aus dem Strumpf auspacken. Die Eierschalen noch mit etwas Öl einreiben, um für glänzende Ergebnisse zu sorgen.

Quelle: [Ostereier färben mit Zwiebelschalen - SAT.1 Ratgeber \(sat1.de\)](http://www.kreuzcock.de)

Idee: Frau Cimponerescu

Ernährung im Rhythmus der Wochentage

Eine Ernährung im Rhythmus der Wochentage wirkt sich auf unseren Geist, die Seele und den Körper aus. Im Ursprünglichen ist unser gesamtes Leben ausgerichtet auf eine Rhythmisierung. Rhythmus erleben wir überall: Bei uns selbst (Herzschlag), aber auch in der Welt, mit dem Wechsel von Tag / Nacht, der Ebbe / Flut oder dem Wechsel der Jahreszeiten. Es ist bekannt, dass ein täglicher Rhythmus heilende Wirkungen hat, Sicherheit und Vertrauen schenkt und dabei hilft, Kräfte aufzubauen. Die feste Zuordnung der Getreidekost basiert auf den Planetenkräften, die an dem jeweiligen Tag besonders wirken und unterstützen.

Sonntag - die Sonne. Ihr ist der Weizen zugeordnet. Er unterstützt uns bei der geistigen Arbeit & gibt uns Energie für die neue Woche.

Montag - der Mond. Dieser steht in Verbindung mit dem Reis. Der Reis wirkt harmonisierend und ausgleichend auf uns.

Dienstag (franz. Mardi) - der Mars. Mit ihm kommt die kräftigende Gerste. Sie gibt uns Tatkraft, Mut und Stärke.

Mittwoch (franz. Mercredi) - der Merkur. Die Hirse wirkt erhellend, wärmend und verbindend, wie der Götterbote Merkur, der die Verbindung zwischen Himmel und Erde schafft.

Donnerstag (franz. Jeudi) - der Jupiter. Der stark im Boden verwurzelte Roggen gibt uns gemeinsam mit dem Jupiter erdende Kraft. Er stärkt die Denkkraft, verleiht Standfestigkeit und verhilft uns so zu Großmut und Weisheit.

Freitag (franz. Vendredi) - die Venus. Der Hafer gibt dem Körper und dem Geist Kraft und verhilft uns zu einem liebevollen Blick auf das Leben und die Welt in der wir leben.

Samstag (engl. Saturday) - der Saturn. Unser Getreide des Tages ist der Mais. Die Einflüsse beider unterstützen uns dabei, auf die vergangene Woche zu blicken, abzuschließen, los zu lassen und Kraft für das Kommende zu sammeln.

Extra Büchertipp: Getreideküche im Rhythmus der Wochentage von Emma Graf



Mahlzeiten im Kindergarten

Die Ernährung bei uns, die auf der Anthroposophie beruht, ist eine nachhaltige, gesunde, vollwertige und vegetarische Ernährung. Vegetarische Kost, da die heutigen modernen Methoden der Tierzucht wenig unterstützenswert sind. Innerhalb der ersten sieben Jahre des Menschenlebens wird das leibliche Fundament aufgebaut; es finden die größten Wachstumsprozesse im Körper statt. Das Kind nimmt die Welt mit allen Sinnen wahr. So ist neben dem Gehalt der Speisen, auch die Entstehung, die Zubereitung und die Darreichungsform ganz entscheidend. Der Großteil der Nahrung bei uns ist Demeter-Qualität (sonst mind. EG Bio) und wird vom Hofbauernhof Schömberg geliefert. Das Essen wird vor Ort von den Erzieher/innen zubereitet.

	Frühstück	Mittagessen
Montag	Milchreis mit Agavenmarmelade / Apfelmus	Dinkelnudeln mit Tomatensoße
Dienstag	Gerstenfladen (warme Jahreszeit) Gemüsesuppe mit Kartoffeln und Möhren (kalte Jahreszeit)	Basmatireis mit Gemüsesoße
Mittwoch	Hirseküchle mit Quark	Ofenkartoffeln mit Kräuterquark
Donnerstag	Selbstgemachtes Brot/ Brötchen mit Butter und selbstgemachter Marmelade oder Agavenmarmelade	Dinkelpizza
Freitag	Haferbrei mit Apfelstückchen oder Rosinen	Gemüsesuppe

Jeden Morgen gibt es ab 7 Uhr Obst/Gemüse und einen warmen Tee mit Honig zum Ankommen. Zum Frühstück um 10:00 gibt es Kräutertee oder Wasser zu trinken. (kann je Gruppe variieren)

An Geburtstagen freuen wir uns, wenn die Eltern etwas Salziges und Süßes sowie Säfte für die Gruppe mitbringen.

Gerne freuen wir uns über Marmeladenspenden (selbstgemacht und ohne Zucker – mit Birkenzucker oder Agavendicksaft)!

Mahlzeiten in der Krippe

Zum Frühstück gibt es jeden Tag leckeres Dinkelbrot mit Butter. Dazu frisches Obst und Gemüse der Saison sowie warme Tees oder Wasser.

Auch in der Krippe wird uns die Nahrung hauptsächlich vom Hofbauernhof Schömberg in Demeter Qualität geliefert.

	Mittagessen
Montag	Reis mit Gemüse
Dienstag	Dinkelnudeln mit Tomatensoße
Mittwoch	Hirseküchle mit Quark
Donnerstag	Dinkelwaffeln mit Obst und Gemüse
Freitag	Gemüsesuppe mit Grießklößchen

Unser Tischgebet:

Jedes Tierlein hat sein Essen, jedes Blümlein trinkt von Dir, hast auch unser nicht vergessen, lieber Gott wir danken Dir.

Termine Frühling 2022

- 14.04.–23.04. Osterferien (KiGa geschlossen)
- 25.04. Osterfeier im Kindergarten
- 3. / 4.5. ESU Termine
- 18.05. Wandertag
- 25.05. Schulkindausflug
- 27.05. Brückentag (KiGa geschlossen)
- 01.06. Schulkindausflug
- 07. –10.06. Pfingstferien (KiGa Betreuung)
- 13.–17.06. Pfingstferien (KiGa geschlossen)



Frühling lässt sein blaues Band
Wieder flattern durch die Lüfte
Süße, wohlbekannte Düfte
Streifen ahnungsvoll das Land
Veilchen träumen schon,
Wollen balde kommen
Horch, von fern ein leiser Harfenton!
Frühling, ja du bist's!
Dich hab ich vernommen!

Eduard Mörike

Impressum

Waldorfkindergarten Dietersweiler–Schwarzwaldstrasse 10–72250 Freudenstadt

Tel.:07441/84643 www.waldorfkindergarten-freudenstadt.de

Freunde der Waldorfpädagogik e.V., IBAN: DE24 6425 1060 0000 0070 03 KSK FDS

Redaktion: Melanie McLaughlin, Druck: Online Printers auf Ökopapier