



HOMEKINDERGARTEN

NEWSLETTER

23



... BEI DIR GEHT ES MIR AM BESTEN.

GEHIRN

SCHALTZENTRALE FÜR ENTSCHEIDUNGEN

„Das Gehirn verarbeitet hochdifferenziert Sinneswahrnehmungen und koordiniert komplexe Verhaltensweisen. Es ist somit der Speicher für alle komplexen Informationen, die der Organismus verarbeitet.“ So Wikipedia. Die Verarbeitung aller komplexen Informationen schließt bewusste und unbewusste Handlungen ein. Im Folgenden wollen wir uns mit den bewussten Handlungen befassen, und zwar mit der Fähigkeit eines Menschen sich zu entscheiden und diese Entscheidungen bewusst und konsequent zu treffen.

Täglich und in Sekundenschnelle treffen wir Entscheidungen. Wir entscheiden uns früh aufzustehen oder noch fünf Minuten zu schlummern, wir entscheiden uns für feste Mahlzeiten oder eine Süßigkeit zwischendurch, wir entscheiden uns abends auf der Couch zu liegen oder eine Runde zu Joggen, wir entscheiden uns Dinge gleich zu tun oder sie auf die lange Bank zu schieben. Die hier aufgeführten Beispiele machen deutlich: Es gibt gute und schlechte Entscheidungen, und: Sich nicht zu entscheiden ist ebenfalls eine Entscheidung.

Was bedeutet es, gute Entscheidungen zu treffen? Geht es dabei um bloße Selbstkontrolle oder können wir es uns - und unseren Kindern - „leicht“ machen gute Entscheidungen zu treffen? Welchen Einfluss haben wir darauf, dass wir und unsere Kinder gute Entscheidungen treffen können?

In diesem Newsletter „Gehirn - Schaltzentrale für Entscheidungen“ soll es darum gehen, die Option der Einflussnahme zu nutzen und unserem Gehirn die besten Möglichkeiten zu geben uns einfach -mit Kopf und Herz - für das Gute zu entscheiden.

1. Sinn und Religion

1.1 Gottes Im.Puls für Groß

„Im dritten Jahr der Herrschaft Jojakims, des Königs von Juda, zog Nebukadnezar, der König von Babel, vor Jerusalem und belagerte es. Und der Herr gab in seine Hand Jojakim, den König von Juda, und einen Teil der Geräte aus dem Hause Gottes. Die

ließ er ins Land Schinar bringen, in den Tempel seines Gottes, und tat die Geräte in die Schatzkammer seines Gottes. Und der König sprach zu Aschpenas, seinem obersten Kämmerer, er sollte einige von den Israeliten auswählen, und zwar von königlichem Stamm und von edler Herkunft, junge Leute, die keine Gebrechen hätten, sondern schön, einsichtig, weise, klug und verständig wären, also fähig, an des Königs Hof zu dienen; und er sollte sie in Schrift und Sprache der Chaldäer unterrichten lassen. Und der König bestimmte, was man ihnen täglich geben sollte von der königlichen Speise und von dem Wein, den er selbst trank; so sollten sie drei Jahre erzogen werden und danach vor dem König dienen. Unter ihnen waren von den Judäern Daniel, Hananja, Mischaël und Asarja. Und der oberste Kämmerer gab ihnen andere Namen und nannte Daniel Beltschazar und Hananja Schadrach und Mischaël Meschach und Asarja Abed-Nego. Aber Daniel nahm sich in seinem Herzen vor, dass er sich mit des Königs Speise und mit dem Wein, den dieser trank, nicht unrein machen wollte, und bat den obersten Kämmerer, dass er sich nicht unrein machen müsste. Und Gott gab Daniel, dass ihm der oberste Kämmerer günstig und gnädig gesinnt wurde.“ - Daniel 1,1-9

...Aber Daniel nahm sich in seinem Herzen vor... Daniel und seine Freunde legten Entschiedenheit an den Tag, als sie mit ihrem Anliegen zu Aspenas kamen. Aus dieser Entschiedenheit Gott in allen Dingen zu gehorchen, entwickelte sich eine positive Dynamik. Gott segnete diese Entscheidung. Aspenas war Daniel und seinen Freunden zugewandt und bewies damit ebenfalls, dass auch er sich bei der Auswahl der jungen Männer für den Königshof konsequent entschieden hatte.

Daniel und seine Freunde offenbarten hier ein Grundprinzip, das sich wie ein roter Faden durch die Geschichte Daniels zieht.

Ähnlich erging es Josua, als er am Ende seines Dienstes auf der Erde dem Volk Israel noch einmal deutlich machte, wie Gott sie im letzten Jahr geführt hatte. Es war IHRE Entscheidung, wem sie nachfolgen würden:

„Gefällt es euch aber nicht, dem HERRN zu dienen, so wählt euch heute, wem ihr dienen wollt: den Göttern, denen eure Väter gedient haben jenseits des Stroms, oder den Göttern der Amoriter, in deren Land ihr wohnt. Ich aber und mein Haus wollen dem HERRN dienen.“ - Josua 24,15

Für sich und sein Haus war die Entscheidung klar: Gott allein sollte ihr Herr sein. Diese Wahl trafen auch die Israeliten und durften Gottes Segen erleben. Doch leider waren sie ein wankelmütiges Volk. Die Bibel berichtet uns vom Abfall von und der Wiederkehr zu Gott verbunden mit dem daraus folgenden Segen und Fluch.

Was sagt das mir? Wenn wir uns für gute Dinge entscheiden, entwickelt sich auch in unserem Leben eine positive Dynamik. Gott wird auch unsere Entscheidung segnen, insbesondere wenn diese das Prinzip widerspiegelt, Gott in allen Dingen treu zu sein.

Mit solcher Art positiver Entschiedenheit können wir andere damit anstecken, sich ebenfalls für das Gute - letzten Endes für Gott - zu entscheiden.

1.2 Gottes Im.Puls für Klein

DANIEL UND SEINE FREUNDE - ENTSCIEDEN FÜR GOTT

Buchempfehlung: Menschen in Gottes Hand

Anhand dieser Geschichten (siehe Buch) können folgende Lebenslektionen mit dem Kind reflektiert werden:

- ❖ Daniel und seine Freunde werden an den Königshof berufen. → Vielleicht geht es deinem Kind auch so, dass es ein neues Umfeld bekommt. (Ihr zieht um, es kommt in eine neue Spiel-, Sabbatschul- oder/und Kinder(garten)gruppe...)
- ❖ Gefangen- und doch unter Gottes Schutz! → Gott ist immer bei uns. Egal, wo wir sind und wohin wir gehen müssen: Gott ist bei uns. Er hat seinen Engeln befohlen, mit uns zu sein.
- ❖ Gehorche Gott zuerst! → Unsere oberste Verantwortung/Verpflichtung haben wir Gott gegenüber. (Wenn ein Freund mich bittet, weiter mit ihm zu spielen, auch wenn wir das vorherige Spielzeug zuerst aufräumen sollen, wünscht sich Gott, dass wir uns für das Richtige entscheiden.)

Liedidee: „Ich möchte gern gehorsam sein“ von Anja Schraal

Text und Melodie unter: <https://www.youtube.com/watch?v=R9WGb8JtIAY>

- ❖ Gute Nahrung macht schlau! → Daniel und seine Freunde essen Rohkost, Früchte, Nüsse und Samen und werden neunmal klüger erfunden als die anderen Schüler. Die gesunde Nahrung macht sie schlauer und hilft ihnen, sich auch weiterhin für das Gute zu entscheiden.

Aktivität: *Bereitet einen leckeren Obstsalat vor und genießt ihn gemeinsam.*

-> Lass dein Kind entscheiden, welche Früchte es zusammenstellen möchte.

-> Lass deinem Kind hier so weit wie möglich freie Hand.

Bastelidee: Daniel-Memory

Du benötigst: (1) einen Drucker, (2) DIN-A-4-Karton, weiß, (3) Schere (evtl. Lernschneideschere), (4) Farben (Wachsmalstifte oder Holzfarben), (5) Klebestift, (6) Fotopapier, (7) Handy oder Kamera, (8) Schachtelschablone unten „Schachtel zum Daniel-Memory“

Schritt 1: Wähle mit Deinem Kind zusammen ca. fünf verschiedene Früchte aus.

Schritt 2: positionieren und fotografieren mit Handy oder Kamera

Schritt 3: ausdrucken - jeweils zwei Abzüge pro Motiv quadratisch in der Größe 4,5 cm auf 4,5 cm

Option, falls keine Foto-Druck-Möglichkeit vorhanden:

Schritt 3: Nimm einen Karteikartenkarton in weiß und schneide daraus ca. zehn Quadrate in der Größe 4,5 cm auf 4,5 cm.

UND: Lass Dein Kind die Früchte selbst malen. Immer zwei gleiche. :)

Daniel-Memory-Schachtel:

Schritt 1: Drucke die „Schachtel zum Danielmemory“ (siehe Anhang) auf eine DIN-A-4-Pappe (z. B. große Blanko-Karteikarte in Weiß).

Schritt 2: Schachtel ausschneiden - je nach Alter und Fähigkeit -

Schritt 3: an den gekennzeichneten Stellen auf links falten (jede Falte in die selbe Richtung)

Schritt 4: aufklappen und anmalen

Schritt 5: wieder zusammenklappen und an der Seite zusammenkleben

Strohalm-Memory:

Jeder bekommt einen dicken Strohalm und muss die Memorykarten mit dem Strohalm ohne Hilfe der Hände umdrehen. Das fördert die Mund- und Lippenmotorik.

PHILIPPUS UND DER KÄMMERER

Ein hochrangiger Hofbeamter aus Äthiopien saß in seinem Wagen und studierte die Bibel. Er begriff nur stückweise, was er dort in Gottes heiligem Wort las. Und doch wünschte er sich einen Rat. Gott sah ihn – und schickte Philippus zu ihm. Dieser erklärte ihm eine Textstelle von Jesaja, in der Jesu Tod für uns prophetisch beschrieben wurde. Als der Kämmerer die wunderbare Botschaft begriff, zögerte er nicht lange und traf eine Entscheidung: Er ließ sich taufen und bekannte sich somit öffentlich zu Gott! Welch goldrichtige Entscheidung!

- ❖ Trage deinem Kind die Geschichte aus Apostelgeschichte 8, 26 – 39 vor:
 - *Wähle eine passende Darstellungsmethode aus: Püppchen, Playmobil, Duplo, kleiner Videoclip, Geschichte aus einer Kinderbibel, Rollenspiel mit Verkleidung...*
- ❖ Besprich mit deinem Kind folgende Anregungen:

- ▶ *Der Kämmerer war alleine unterwegs. Er war sich unsicher, was die Verse in der Schriftrolle bedeuteten. → Vielleicht geht es deinem Kind manchmal genauso. Es ist sich unsicher bei einer Entscheidung. Wie kann man Hilfe holen? Wo?*
- ▶ *Philippus wurde von Gott an einen unbekanntem Ort geschickt. Er vertraute Gott, dass dieser dort eine Aufgabe für ihn hatte. → Wie fühlen wir uns, wenn wir neue Aufgaben zuhause / in der Gemeinde bekommen? Haben wir Mut? Wir können Philippus als Vorbild nehmen und uns fest an Gott halten. Er wird uns helfen!*
- ▶ *Als Philippus den Kämmerer sah, bot er ihm gleich seine Hilfe an. → Wo können wir helfen? Überlegt konkrete Situationen für diese Woche.*
- ▶ *Der Kämmerer erkannte, dass Jesus für ihn gestorben war. Er traf die wichtigste Entscheidung in seinem Leben und ließ sich taufen → Möchtest du dich auch ganz für Gott entscheiden? Falls ihr in letzter Zeit eine Taufe besucht habt, könnt ihr noch einmal über dieses Ereignis sprechen.*

❖ Anwendung:

- ▶ *Bastelt gemeinsam eine Schriftrolle, die den Vers von Jesaja 53, 7-8 als Textinhalt hat. Hier findet ihr Anleitungen dazu:*

<https://www.praxis-jugendarbeit.de/basteln-bastelideen/Schriftrolle-herstellen.html>

<https://www.religionen-entdecken.de/sites/default/files/Basteltipp%20Torarolle%2C%20Miriam%20Pfeifer.pdf>

<http://www.kids-web.org/forscher/schule/basteln.htm>

- ▶ *Ausmalbild als Puzzle: Such dir ein Ausmalbild der Geschichte aus und lass es anschließend in Puzzleteile zerschneiden. Dein Kind kann es nun immer wieder als Puzzle benutzen und sich an die Geschichte erinnern.*

2. Wissenswertes

2.1 Wie halten sich Eltern gesund?

„Das Gehirn hat eine wahrhaft zentrale Bedeutung für unsere persönliche Identität und unsere Fähigkeit, unsere Ziele im Leben zu setzen und diese zu erreichen. Das Gehirn ist die Steuerungsinstanz für das gesamte menschliche Verhalten. Unsere Erinnerungen, unsere Wünsche, die Fähigkeit, solide Entscheidungen zu treffen, die Freude des Lachens, tiefe Traurigkeit und herzerreißendes Schluchzen sind Funktionen unseres Gehirns.“

- Neil Nedley (2009): *Depression, ein Ausweg. Ostfildern: Deutscher Verein für Gesundheitspflege. S. 2*

Gehirnforscher legen auf den Frontallappen ein besonderes Augenmerk. Er ist der vordere Teil des Gehirns und steuert maßgeblich unser Verhalten und spiegelt unseren Charakter wider. Früher dachte die Hirnforschung, unsere Gehirnentwicklung ist mit Erreichen des Erwachsenenalters abgeschlossen, doch Neil Nedley betont:

„Das Frontalhirn entwickelt sich über 30 Jahre hinweg immer noch weiter.“

- Neil Nedley (2009): *Depression, ein Ausweg. Ostfildern: Deutscher Verein für Gesundheitspflege. S. 117*

In der Natur gibt uns Gott viele Hinweise, welche Nahrungsmittel dem menschlichen Organismus helfen. Staunt über Gottes Apotheke aus der Natur (s. „Die Welt erkunden“).

Die Adventisten sind bekannt für einen gesunden Lebensstil. Bücher wie „natürlich gesund“ von Veron E. Foster beschreiben: Alle acht „Ärzte“, die im englischen das Akronym Newstart bilden, nämlich gesunde Ernährung, tägliche Bewegung, ausreichend Wasser, Sonnenlicht, Ruhe, frische Luft, Mäßigkeit und Gottvertrauen, haben angewandt großen Einfluss auf unser Gehirn und seine Fähigkeiten.

Was wir oft vernachlässigen, ist der Grad der Engagiertheit und Freude, der den größten Einfluss auf unsere Gehirnentwicklung hat. Dr. Gerald Hüter drückt das in einem Interview vom 30.07.2011 so aus:

„Wir müssen eine Kultur entwickeln, in der wir uns nicht dauernd entgeistern, sondern wir müssten versuchen uns ein bisschen gegenseitig zu begeistern, uns einladen, ermutigen und inspirieren auf etwas Neues, besonders auf das, was uns unter die Haut geht, einzulassen.“

Wie halten wir uns also gesund? Indem wir Dinge mit Freude tun und uns bewusst machen, welchen Stellenwert wir in den Augen Gottes haben:

„Der Herr, dein starker Gott, der Retter, ist bei dir. Begeistert freut er sich an dir. Vor Liebe ist er sprachlos ergriffen und jauchzt doch mit lauten Jubelrufen über dich.“ - Zefanja 3, 17 (Neues Leben Übersetzung)

Leider gibt es aber auch Tätigkeiten in unserem Leben, die keinen guten Einfluss auf unser Gehirn und das Denken haben. Mit fast unkontrolliertem Drang vereinnahmt die Digitalisierung immer mehr unser Leben. Die Zeiten, in denen wir uns medial beschäftigen, nimmt immer mehr zu. Laptop und Smartphone machen sie allgegenwärtig.

Diese Entwicklung nimmt Einfluss auf unsere Gehirnleistung, wie Wissenschaftler nun herausfanden. Intensives Social-Media-Nutzen verändert den frontalen Cortex.

„Das ist der Bereich im Hirn, wo Netzwerke liegen, mit deren Hilfe wir uns in andere Menschen hineinversetzen können, Handlungen planen, wo wir auch lernen Frustrationen auszuhalten, unsere Impulse, die wir haben, zu kontrollieren“, erklärte Hüther 2012 in einem Interview mit dem SWR. Menschen, die häufig Social Media nutzen, hätten Probleme, diese Gehirnregion zu entwickeln und zu vernetzen.“

- Andrea Böhnke: *Social Media und Gehirn – wie neue Medien unser Gehirn beeinflussen*. URL: https://www.planet-wissen.de/technik/computer_und_roboter/social_media/pwiesocialmediaundgehirnwieneuemedienunserdenkenbeeinflussen100.html [Stand: 27.03.2018]

Vermeehrt spricht man auch von der digitalen Demenz, geprägt durch den Autor Manfred Spitzer.

„Digitale Medien führen dazu, dass wir unser Gehirn weniger nutzen, wodurch seine Leistungsfähigkeit mit der Zeit abnimmt“, erklärt er. Spitzer bezeichnet Computer als Lernverhinderungsmaschinen. Er meint, durch sie würden viele Bereiche des Denkens ausgelagert: Wikipedia, Onlineforen und Co. nähmen ihren Nutzern einen Großteil der Hirnarbeit ab. Dadurch stürben wichtige Nervenzellen ab. Die Betroffenen könnten sich schwerer konzentrieren und lernen. Sie würden ängstlich, aggressiv und bekämen Schlafprobleme. Am Ende dieses Prozesses, so Spitzer, stünde der Verlust ihrer eigenen Denkfähigkeit – die digitale Demenz.“

- Andrea Böhnke: *Social Media und Gehirn – wie neue Medien unser Gehirn beeinflussen*. URL: https://www.planet-wissen.de/technik/computer_und_roboter/social_media/pwiesocialmediaundgehirnwieneuemedienunserdenkenbeeinflussen100.html [Stand: 27.03.2018]

Nutzen wir also stattdessen unsere Zeit, unser Gehirn zu besseren Leistungen zu bringen und so dem Verlust an Lebensqualität entgegenzuwirken!

2.2 Wie halten sich Kinder gesund?

Auch hier sind die acht „Ärzte“ wie oben beschrieben maßgeblich. Besonders die Aspekte Bewegung an der frischen Luft, gesunder Schlaf sowie eine ausgewogene Ernährung haben Einfluss auf die Gehirnentwicklung unsere Kinder. So wissen wir aus der Ernährungswissenschaft, dass die Muttermilch voll von Omega-3-Fettsäuren ist. Besonders interessant finde ich hier, dass es einen Unterschied macht, ob die Kinder von der Mutterbrust trinken oder ob die Milch abgepumpt wird. Rein vom Nährstoffgehalt her betrachtet hat man heraus gefunden, dass abgepumpte Muttermilch, die mit Luft reagiert, einen Gehalt an Cholesterin entwickeln, wovon die Muttermilch, wenn sie direkt aus der Brust getrunken wird, komplett frei ist. Wenn man nun noch den Aspekt „Nestwärme“ dazu nimmt, macht das herkömmliche Stillen, wie es Gott gemeint hat, doppelt Sinn.

Hier noch ein Zitat von Dr. Gerald Hüther zum Thema Nestwärme:

„Die wichtigste Voraussetzung, dass Kinder ihre Interessen und Talente entfalten können sind Geborgenheit, Vertrauen und eine liebevolle Atmosphäre, ohne Leistungsdruck. Es braucht dafür Zeit und Aufmerksamkeit...“

Aus den obigen Zitaten können wir schließen: In jedem Alter und insbesondere im Kindesalter spielen die Aspekte Geborgenheit und Motivation die größte Rolle, wenn es um die Entwicklung im allgemeinen und insbesondere um die Gehirnentwicklung geht. Aus der Erziehungswissenschaft (Orientierungsplan 2014) wissen wir, dass Kinder, die mit großem Engagement bei einer Sache sind, auch große Lerneffekte erzielen. Engagement und Lerneffekt stehen in untrennbarem Zusammenhang. Man kann sagen: je größer das

Engagement, desto größer der Lerneffekt. Indem du dein Kind positiv in den Dingen bestärkst, die es gerne tut, oder Dinge, von denen Du möchtest, dass sie dein Kind tut, so gestaltest, dass sie deinem Kind großen Spaß machen, leistest du einen aktiven Beitrag in der Gehirnentwicklung deines Kindes.

Bei gemeinsamen Aktivitäten mit deinem Kind sei bewusst und entschieden bei der Sache und lass dich nicht durch Anrufe oder WhatsApp-Nachrichten stören. Wenn dein Kind diese Entschiedenheit bei dir erlebt, wird es an deinem Modell lernen, ohne Ablenkung und entschieden bei einer Sache zu sein. Es wird sich wichtig und von dir wahrgenommen wissen und deshalb wird es ihm leicht fallen, auf dich zu hören und sich für das Gute zu entscheiden.

Versuche deshalb in diesem Monatsthema ganz bewusst, deinem Kind durch alle Spielanregungen und gemeinsamen Aktivitäten hindurch so viele Entscheidungsmöglichkeiten zu geben wie nur möglich und beobachte, was in Bezug auf das Engagement deines Kindes passiert.

In Anbetracht der Tatsache, welchen Einfluss unser Medienverhalten auf unser Gehirn hat, sollten wir auch bei unseren Kindern besonders darauf achten, womit wir das Gehirn unseres Kindes „füttern“. Wie viel Kontakt hat mein Kind mit verschiedenen Medien? Was nimmt es bewusst oder auch unterbewusst wahr? Wie reagiert es auf verschiedene Bilder, Videos, Musik?

Auch hier sind wir als Eltern das Modell und Vorbild und können schon früh prägend wirken.

3. Denken

3.1 Die Welt erkunden

VERSCHIEDENE SAMEN EIMPFLANZEN

Es ist Frühling. Die Welt erwacht. Überall entsteht Neues. Pflanze mit deinem Kind verschiedene Samen ein, die ihr in euren Lebensmitteln findet, z. B. Zitronenkerne, Mandarinenkerne usw.

- ❖ Pflanz sie in einer Glasschüssel, damit ihr die Wurzeln beobachten könnt.
- ❖ Sprecht darüber, welche Samen gut wachsen und welche nicht geeignet sind.
- ❖ Überlegt, wie man das Einpflanzen optimieren kann: Ob man den Samen einfach in die Erde steckt, oder ihn vielleicht doch vorher keimen lässt?
- ❖ Sprecht darüber, was die Pflanze benötigt, um gut zu wachsen.

- ❖ Vergleich mit mir: Was brauchen Menschen, Kinder, ich, um „gut zu wachsen“? Was hilft, dass unser Gehirn gut „wächst“, so dass wir gute Entscheidungen treffen können?

GOTTES APOTHEKE

Obst- und Gemüsesorten gleichen im Aussehen den Körperteilen, für die sie förderlich sind. Sie lassen Prinzipien erkennen über Schöpfer und Schöpfung.

- ❖ Seht euch die Pflanzensorten an und leitet über visuelle Aspekte her, für welches Körperteil sie förderlich sind.
- ❖ Erstellt „Bildkarten“, die auf der einen Seite mit der Pflanze bemalt sind und auf der anderen Seite Informationen enthalten, welchem Körperteil sie entsprechen und welche Wirkung sie haben.
- ❖ Sprecht darüber: Was lernen wir über unseren Schöpfer? Warum hat er Dinge in seiner speziellen Form geschaffen? Wo gibt es in der Natur weitere Hinweise auf die Größe und Liebe unseres Schöpfers?

Karotten: Auge - Iris, Pupille	Avocados: Gebärmutter
Tomaten: Herz - vier Kammern und ist rot	Süßkartoffeln: Bauchspeicheldrüse
Weintrauben: Herz und Blut vitalisierend	Oliven: Eierstöcke
Walnuss: Gehirn	Zwiebeln: Körperzellen
Kidney-Bohnen: Nieren	
Stangensellerie: Knochen	

Beschäftigt euch genauer mit der Walnuss, welche eine verblüffende Ähnlichkeit mit einem Gehirn hat. Nehmt euch jeweils eine Nuss und knackt sie mit einem Nussknacker. Anschließend schaut ihr euch die Schale und das Fruchtfleisch genauer an.

- ❖ Warum ist die Schale der Walnuss so hart? Weil sie die Nuss so am besten schützt. Genauso ist es auch mit unserem Gehirn, welches durch den Schädel vor Verletzungen geschützt wird.
- ❖ Wie sieht das Fruchtfleisch aus? Glatt oder zerfurcht? Genauso sieht auch unser Gehirn aus.
- ❖ Wie groß ist unser Gehirn? Wenn die Kinder zwei Fäuste machen und sie aneinander legen, können sie die Größe ihres Gehirns ungefähr nachmessen.

Schauen die Kinder sich dann ihren Schädel genauer an, erkennen sie, dass er Öffnungen hat (Augen, Nase, Mund, Ohren). Diese Sinnesorgane sind über Nervenbahnen direkt mit dem Gehirn verbunden.

3.2 Mathe be-greifen

HALLI GALLI – SCHNELL DIE RICHTIGE ENTSCHEIDUNG TREFFEN (AB CA. 4 JAHREN)

https://www.amazon.de/Halli-Galli-Auf-die-Glocke-fertig-los/dp/B00006YYXM/ref=sr_1_1?s=toys&ie=UTF8&qid=1518293295&sr=1-1&keywords=halli+galli+spiel+original

Schnell zu reagieren, das ist bei diesem Spiel am Wichtigsten. Aber bitte nur im richtigen Moment! Wer bei den aufgedeckten Karten die gleichen Früchte in der Summe fünfmal erkennt, darf auf die Glocke in der Mitte drücken. So kannst du schnell immer mehr Karten gewinnen.

Hier ist eine richtige Entscheidung in möglichst kurzer Zeit notwendig. Das erfordert Konzentration und scharfe Sinne.

Voraussetzung für ein Gelingen ist die Fähigkeit, Mengen zu erfassen und zwei Mengen zu einer zusammenzufügen. Je nachdem, mit welcher Menge das bei deinem Kind gelingt, müsst ihr vermutlich zunächst Karten aussortieren. Ihr könnt auch nur mit Einser- und Zweier-Karten beginnen und es darf lediglich dann geklingelt werden, wenn nur eine einzelne Frucht der Sorte erscheint. Je älter das Kind wird (auch noch bis ins Schulalter hinein), desto mehr könnt ihr das Spiel erweitern.

4. Sprache

4.1 Buchstaben - der Schlüssel in andere Welten

Mit Samen, Blumen, Kieselsteinen oder anderen Naturmaterialien den eigenen Namen legen.

Gegenstände suchen, die mit dem selben Buchstaben beginnen, wie der Name deines Kindes und anderer Familienmitglieder:

Bsp.: „Daniel sucht die Dattel“; „Anna sucht den Apfel“.

Dabei soll dein Kind vorher überlegen und entscheiden, in welches Zimmer es gehen will, um einen passenden Gegenstand zu holen. Findet es dort etwas Geeignetes, kann es als zusätzliche Motivation dafür „Punkte“ sammeln und am Ende für die gesammelten Punkte eine kleine Überraschung erhalten.

4.2 Sprachspiele

FINGERSPIEL ZU DANIEL

Daniel noch ganz jung an Jahren,	mit Händen auf Boden zeigen, „noch klein“
mit Gott doch schon	rechte Hand zeigt nach oben
ganz viel erfahren.	große Kreisbewegung mit Armen formen
Entschied er auch in kleinen Dingen	mit Hand auf Boden zeigen, „noch klein“
zuerst die Ehre Gott zu bringen.	rechte Hand zeigt nach oben
In Babylon, fernab der Heimat	Hand zeigt weit weg
aß er Nüsse, Obst und Salat.	Essbewegung mit Händen, leichtes Schmatzen
Nebukadnezar befand ihn dann	Hände in Hüfthöhe einhaken
zehnmal klüger als die anderen.	zehn Finger zeigen, mit Zeigefinger an Kopf deuten

Tipp: Versucht möglichst beide Hände gleichermaßen zu bewegen, umso größer ist die Aktivität beider Gehirnhälften!

4.3 Kinderbücher

WIMMELBUCH VON SUSANNE ROTRAUT BERNER: „IM FRÜHLING“

Dazu gibt es kleine Bücher mit den einzelnen Charakteren aus dem Wimmelbuch, deren persönliche Geschichte nochmals in Reimen dargestellt wird, z. B. „Petra“, „Ina“, „Monika und Mingus“ oder „Manfred und Elke“.

Lese Deinem Kind zuerst die Geschichte von Petra (...dem wissbegierigen Lesewurm) oder von Ina (...die ein Portmonee findet und es dem Besitzer zurück bringt) vor und suche sie danach im großen Wimmelbuch. Sucht im großen Wimmelbuch Dinge, die mit dem Monatsthema zu tun haben: Wo geschieht etwas Gutes...hat sich jemand für Gutes entschieden?

Tipp: Finde heraus, wie lange es dauert, bis dein Kind die Reimgeschichte auswendig kann und lasse - sobald dein Kind soweit ist - es dir „vorlesen“!

https://www.amazon.de/Fr%C3%BChlings-Wimmelbuch-Rotraut-Susanne-Berner/dp/383695057X/ref=asap_bc?ie=UTF8

GESCHICHTE: DREI ALTE WEISE

Es war eines Tages im Frühling, als eine Frau vor ihrem Haus drei alte Männer stehen sah. Sie hatten lange weiße Bärte und sahen aus, als wären sie schon weit herumgekommen.

Obwohl sie die Männer nicht kannte, folgte sie ihrem Impuls, sie zu fragen, ob sie vielleicht hungrig seien und mit hineinkommen wollten.

Da antwortete der eine von ihnen: "Sie sind sehr freundlich, aber es kann nur einer von uns mit Ihnen gehen. Sein Name ist Reichtum.", und deutete dabei auf den Alten, der rechts von ihm stand. Dann wies er auf den, der links von ihm stand und sagte: "Sein Name ist Erfolg. Und mein Name ist Liebe. Ihr müsst euch überlegen, wen von uns ihr ins Haus bitten wollt."

Die Frau ging ins Haus zurück und erzählte ihrem Mann, was sie gerade draußen erlebt hatte. Ihr Mann war hoch erfreut und sagte: "Toll, lass uns doch Reichtum einladen."

Seine Frau aber widersprach: "Nein, ich denke wir sollten lieber Erfolg einladen."

Die Tochter aber sagte: "Wäre es nicht schöner, wir würden Liebe einladen?"

"Sie hat Recht", sagte der Mann. "Geh `raus und lade Liebe als unseren Gast ein." Und auch die Frau nickte und ging zu den Männern.

Draußen sprach sie: "Wer von euch ist Liebe? Bitte kommen Sie `rein und seien Sie unser Gast."

Liebe machte sich auf und ihm folgten die beiden anderen.

Überrascht fragte die Frau Reichtum und Erfolg: "Ich habe nur Liebe eingeladen. Warum wollt ihr nun auch mitkommen?"

Die alten Männer antworteten im Chor: „Wenn Sie Reichtum oder Erfolg eingeladen hätten, wären die beiden anderen draußen geblieben. Da Sie aber Liebe eingeladen haben, gehen die anderen dorthin, wohin die Liebe geht.“

Verfasser unbekannt

Fragen: Welche Entscheidung hat die Familie getroffen? War sie gut oder schlecht? Warum? Was bringen uns viele Spielsachen, wenn wir sie immer alleine spielen müssten? Was ist besser – mit Menschen, die du lieb hast, spielen, oder mit irgendwelchen Spielsachen?

Entscheiden wir uns dafür, liebevoll, freundlich und ein Kind Gottes zu sein, beschenkt uns Gott oft mit noch viel mehr! Das nennt man „segnen“.

Entscheidet euch gemeinsam, heute besonders liebevoll mit euren Mitmenschen zu sein.

5. Sinne

5.1 Musizieren

RHYTHMUS KLATSCHEN

Klatscht den Rhythmus zum Daniel-Gedicht.

Nehmt eine bekannte Melodie und singt das Gedicht, z. B. in der Melodie von: „Ist ein Mann in den Brunnen gefallen“.

MUSIKSTOPP

Neil Nedley beschreibt in seinem Seminar „Musik & Das Gehirn“, wie moralisch erhebend und kognitiv fördernd klassische Musik von Mozart, Bach und/oder Händel ist.

Hört diese Musik und spielt Musikstopp: Die Musik läuft. Dein Kind bewegt sich während der Musik wie ein bestimmtes Tier: Schmetterling, Spinne, Elefant etc. Wenn die Musik stoppt, muss es in der Bewegung verharren, bis es weiter geht.

5.2 Erleben

Besucht eine Gärtnerei und schaut euch an, welche Lebensmittel dort wachsen, in welchem Stadium sie sich derzeit befinden und wie lange es noch dauert, bis sie geerntet werden können. Nimm jede Fragestellung deines Kindes ernst und versuche diese zu beantworten. Das Neue und Aufregende wird bei deinem Kind einen bleibenden Eindruck – auch im Gehirn – hinterlassen (s. auch unter Wahrnehmen).

5.3 Wahrnehmen

Sprecht darüber, was ihr hier seht, hört, riecht... usw.. Schließt die Augen für eine Minute und erzählt euch danach, was ihr in dieser Zeit alles wahrnehmen, hören oder riechen konntet. Erlebt den Gärtnereibesuch bewusst und denke daran, je mehr Freude dein Kind hier hat, umso mehr wird es sich von diesem Besuch merken, daraus lernen und neue Schlüsse ziehen.

Denke daran: Positive Gefühle verstärken das Erinnerungsvermögen. Haben wir bei einer Sache besonders viel Freude und Spaß, können wir uns die Situation und oft kleinste Details besser merken. Unser Gehirn hat so eine höhere Leistungsfähigkeit, die wir bei unseren Kindern fördern können!

6. Körper

6.1 Ich bin aktiv!

Es ist Frühling! Sucht allerhand Samen aus Wald und Wiese und pflanzt diese ein. Was passiert? Was benötigen die Samen, um zu wachsen?

Vergleiche es mit eurer Gehirnleistung. Was benötigt das Gehirn, damit es sich gut entwickeln kann? Wann könnt ihr gut denken? erinnert euch an die Themen der letzten Newsletter und wie sie euch helfen, besser das Gute zu wählen.

6.2 Ich kann das!

Montessori-Tablett mit verschiedenen Samensorten (für Kinder unter 3):

(siehe: google: Montessori-Tablett: Bilder)

Du benötigst: (1) ein Tablett, (2) drei durchsichtige Schraubgläser mit Deckel, (3) einen kleinen Messlöffel, (4) eine Pinzette, (5) zwei unterschiedliche Samensorten (z.B. Zitronenkerne und Leinsamen).

- ❖ *Kerne und Samen in getrennte Gläser tun. Drittes Glas ebenfalls auf dem Tablett anrichten und den Messlöffel dazu legen.*
- ❖ *Variante für Kinder über 3: Tausche den Messlöffel mit einem kleineren Löffel oder einer Pinzette und verschließe die Schraubgläser mit den Deckeln.*
- ❖ *Variante: Statt verschiedener Samen nur eine Sorte und ein Glas mit Erde anrichten.*
- ❖ *Beobachte, was dein Kind damit macht und wie lange es engagiert bei der Sache sein kann. So fördert es seine Kreativität und Konzentrationsfähigkeit, was das Gehirn in seiner Entwicklung immer weiter bringt. Durch solch „simple“ Übungen werden unzählige neue Synapsen gebildet.*

6.3 Ich bin kreativ!

OBSTSAMEN

Du benötigst: (1) buntes Tonpapier (gelb für Zitrone, rot für Apfel, orange für Mandarine etc.), (2) entsprechende Samen, (3) Kerne, (4) Schere, (5) Kleister, (6) Malerkittel und (7) Unterlage.

- ❖ *Schneidet Früchte aus buntem Tonpapier und beklebt sie mit den entsprechenden Samen.*

- ❖ *Lass dein Kind so selbständig wie möglich arbeiten, so dass es immer wieder selbst entscheidet, passend auswählt und sich durch motorische Herausforderungen hindurch“arbeitet“ und stelle parallel eine eigene Frucht her.*

6.4 Ich halte mich gesund!

Eine Studie mit Mäusen hat ergeben:

„Fastfood ist ungesund und macht das Immunsystem aggressiver“.

- Larissa Musaus: Zucker und Fett versetzen Immunsystem in Alarm. URL: <http://gratis-mmorpg.com/2018/01/13/zucker-und-fett-versetzen-immunsystem-in-alarm/> [Stand: 04.04.2018]

Überlege mit Deinem Kind, was es gerne isst und bereite eine „gesunde Variante“ vor, die euch hilft, gute Entscheidungen überhaupt treffen zu können, wie zum Beispiel „lustige Pommes“ mit Ketchup:

- ❖ *1 Kilo Kartoffeln schälen*
- ❖ *in Streifen schneiden*
- ❖ *in eine große Schüssel geben, 2 Esslöffel Olivenöl und 1 Teelöffel Kräutersalz hinzu geben, den Deckel auf die Schüssel und alles kräftig schütteln*
- ❖ *auf einem Backblech verteilen und bei 180° Umluft ca. 20 min backen*

Die Pommes sind lustig, weil sie nicht steif wie normale Pommes sind, sondern beim Eintauchen in das Tomatenketchup hin und her wackeln.

ZUBEREITUNG KETCHUP:

- ❖ *1 Glas gehackte Tomaten*
- ❖ *50 ml Rapsöl*
- ❖ *1 kleine Zwiebel*
- ❖ *1 Knoblauchzehe*
- ❖ *100 g brauner Zucker / Xylit oder ein anderes Süßungsmittel*
- ❖ *100 ml Zitronensaft*
- ❖ *1 EL Salz*

*Zwiebel und Knoblauch im Öl andünsten, braunen Zucker leicht darin karamellisieren, Tomaten, Zitrone und Salz hinzugeben und ca. 5 Min. köcheln lassen. Danach alles im Mixer pürieren. **Tipp für Kinder unter 3:** Verwendet ein normales Besteckmesser zum Kartoffeln Schneiden.*

Anhang:

