

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

Kinder lieben die Natur und den Garten	5
Ein Garten ist ein naturnahes Experimentierfeld . .	5
Aufbau des Buches	6

Einstieg

Die Gartenzwerge Lilli und Linus säen Kresse	7
Kressekopf und Kresseraupe	8
Die Zwerge	8
In unserm Garten ist es schön	9
Gartenzwerge basteln	9

Tomaten, Paprika und Gurken

Lilli und Linus ziehen Gemüsepflänzchen auf der Fensterbank vor	11
Tomaten, Paprika und Gurken säen	12
Wir haben einen Garten	14
Gemüse, das mögen alle	14
Aus Gemüse lustige Figuren zum Naschen schneiden	15

Radieschen und Möhren

Lilli und Linus säen Möhren und Radieschen in den Garten	16
Radieschen und Möhren säen	17
Ein Radieschen, rot und rund	18
Gemüsekapfen	18

Erbsen

Glückserbsen in Lillis und Linus Garten zum Naschen	19
Erbsen säen	20
Die Erbsen	21
Die Kraft der Erbsen	21

Blumen im Garten

Die Sonnenblumen im Zwergengarten	22
Blumen säen	23
Pflanzen im Tetrapak	27
In unserem Garten ist was los	28
Die Sonnenblume	28
Blütenseife selbst machen	29
Essbare Blüten in Eiswürfeln	29

Salat und Kohlrabi

Schnecken im Zwergengarten	30
Salat und Kohlrabi im Garten	31
Schnecken im Garten	33
Die kleine Schni-Schna-Schnirkelschnecke	34
Kleine Schnecke	34

Bohnen

Die Zauberbohnen	35
Bohnen säen	36
Bohrentipi	36
Ein Bohnenkern noch ziemlich klein	37
Bohnen beim Keimen beobachten	38
Bohnenhindernislauf	38

Erdbeeren, Himbeeren, Johannisbeeren

Leckere Beeren für die Zwerge	40
Naschbeeren im Garten	41
Sommerzeit ist Beerenzeit	44
Erdbeermännchen	44

Kräuter

Die Zauberkräuter	45
Kräuter im Garten	46
Kräuter auf der Fensterbank	48
Kräuter wachsen in dem Garten	48
Kapuzinerkresse	49
Zwergenkräuterstecker	49
Kräuterduftsäckchen	50
Kräutersalz	50
Kräuter trocknen und Kräutertees	50
Schnittlauchkoblde	52

Kleine Gartenbesucher

Es wimmelt, krabbelt, brummt und summt im Garten	53
Blumen für die Bienen, Hummeln und Insekten . .	54
Es schwirrt, brummt und summt	54
Ohrwurmöpfe	55
Vogel- und Insektentränke	55
Wildbienennisthilfen	56

Das Bodenleben

Lilli und Linus kompostieren ihre Abfälle	58
Garten- und Pflanzenabfälle mit Kindern kompostieren	59
Insekten unter der Lupe	59
Regenwurmfarm	61
Der Regenwurm	61
Unter den Steinen	62

Kartoffeln

Lilli und Linus ernten Kartoffeln	63
Kartoffeln legen	64
Wie wachsen Kartoffeln?	65
Wir ernten Kartoffeln	66
In der braunen Erde	66

Kürbisse

Kürbisse im Zwergengarten	67
Kürbisse anbauen	68
Zucchini	69
Ein Kürbiskern, so winzig klein	70
Wir haben einen Kürbis	70
Zählen, Messen, Vergleichen, Wiegen	71
Kürbissuppe	71
Kürbislaternen	71

Wintergemüse

Lilli und Linus füttern Vögel im Winter	72
Mit Kindern auch im Winter ernten	73
Ach, wie schön ist es im Winter	75
Vogelfutterhäuschen aus Tetrapak	75
Das Vogelhaus	76
Gesunder Gemüseknabberspaß	76

Tipps und Tricks für das Gärtnern

Gartentipps	77
Minigärten	81
Ein Zwergengarten im Hochbeet	82
Gartenkiste	83
Samen selbst ziehen	84
Insekten brauchen Nahrung und Lebensraum	85
Eltern miteinbeziehen	87
Zwergentanz	87
Exkursionen	88

Kopiervorlagen

Lilli und Linus beim Gärtnern im Frühling	89
Lilli und Linus beim Ernten im Herbst	90
Zwergenmandala	91
Gemüse im Garten: Kohlrabi, Möhre, Radieschen, Kartoffeln, Salat, Borretsch	92
Eine Bohne wächst	93
Eine Sonnenblume wächst	94
Kleine Helfer im Garten	95
Vorlage Zwergenschablonen / Kräuterduftsäckchen	96

Vorwort

Kinder lieben die Natur und den Garten

Nachhaltig zu leben, verantwortungsvoll mit unseren Ressourcen umzugehen und uns gesund zu ernähren, diese Ziele nehmen in unserer Gesellschaft immer mehr an Bedeutung zu. Schon die Kleinen in der Kita können spielerisch lernen, wie das geht – durch Gärtnern. Sie haben heute im Alltag oft nicht mehr die Möglichkeit, zu erfahren, wie etwas wächst. Obst und Gemüse werden meist im Supermarkt oder auf dem Markt gekauft. Kinder haben jedoch eine große Freude daran, zu erleben und zu begreifen, wie aus einem kleinen Samenkorn eine schöne Blume oder eine leckere Gurke entsteht. Das Keimen und Wachsen einer Pflanze, das Blühen und Reifen der Frucht kann beobachtet werden. Gemeinsam zu gärtnern, bedeutet Sinneserfahrung pur zu erleben. Selbstangebautes Gemüse macht Lust, es zu kosten. Radieschen, Möhren, kleine Tomaten, Gurken, Erdbeeren oder Beeren, die an Sträuchern wachsen, können immer wieder zwischendurch genascht werden. Auch Kräuter sind für die Kinder interessant zu probieren, sie riechen nicht nur unterschiedlich, sondern schmecken auch ganz verschieden. Kinder sollen möglichst viel im Grünen spielen, denn die Bewegung in der Natur ist gesund. Die Aktivitäten im Garten fördern die mentale und soziale Entwicklung der Kinder, ihre Kreativität, Achtsamkeit, Konzentration, Entdeckungsfreude, Wissensbildung und Empathie. Kinder werden gerne aktiv als Gärtnerinnen und Gärtner. Dabei lernen schon die Kleinsten gärtnerische und jahreszeitliche Abläufe kennen. Sie begleiten und beobachten Entwicklungen und Prozesse, übernehmen Verantwortung für ihr Beet, für das Gedeihen ihrer Pflanzen, sie erlernen Fürsorge und Wertschätzung. Sie gewinnen Erkenntnis darüber, was gesundes Essen bedeutet. Wo, wie und unter welchen Bedingungen wachsen Gemüse, Früchte oder Salat? Das Ernten und Probieren ihrer selbst angebauten Pflanzen wirkt einer Entfremdung vom Ursprung unserer Nahrung entgegen und ist ein erster Schritt hin zu einer bewussten und gesunden Ernährung. Diese eigenen Erfahrungen ermöglichen ein Verständnis für natürliche Vorgänge und gemeinsam können Sie mit den Kindern Verantwortung für den Umgang mit unseren Ressourcen übernehmen, nachhaltig denken und handeln. Im eigenen Garten werden nur frische und hochwertige Nahrungsmittel aus unmittelbarer Nähe geerntet. In Plastik verpacktes oder eingeschweißtes Gemüse, das oft lange Transportwege hat, dadurch viel Energie verbraucht und Treibhausgase verursacht, muss nicht sein. Es wird saisonbedingt geerntet, so ist die Freude besonders groß, wenn im Garten die ersten besonders schmackhaften Erdbeeren reifen. Das Verständnis dafür, dass Sommerfrüchte im

Winter nicht sinnvoll sind, wird angebahnt.

Im Supermarkt findet man meist nur Gurken und Möhren, die nahezu alle die gleiche Größe haben und exakt gewachsen sind. Doch Gemüse muss nicht perfekt aussehen, kleine Schönheitsfehler haben auch ihren Reiz. Eine Möhre, die aussieht als hätte sie zwei Arme, eine Gurke, die krumm ist, oder eine Kartoffel, versehen mit einer großen Knubbel, schmecken genauso gut und sind gerade für die Kinder etwas Besonderes und dadurch viel interessanter. Bei der eigenen Ernte wird alles gegessen, da spielt das perfekte Aussehen keine große Rolle. Das Gärtnern lässt die Kinder vertraut werden im Umgang mit der Natur, sie erfahren Selbstwirksamkeit, erleben sich in einer Gemeinschaft, spüren Anerkennung und haben nebenbei riesigen Spaß.

Ein Garten ist ein naturnahes Experimentierfeld

Einfache Mittel genügen, um wirkungsvoll mehr biologische Vielfalt in die Kita oder nach Hause zu bringen. Für einen Garten reicht schon ein kleines Beet von ein paar Quadratmetern, in dem die Kinder Gemüse oder Blumen aussäen können. Auch können große Blumenkästen, ein Hochbeet oder Eimer bepflanzt und Kräuter auf der Fensterbank gezogen werden. Je mehr Platz Sie jedoch zur Verfügung haben, umso vielfältiger und größer kann die Auswahl von Gemüse-, Beeren- Blumen- und Kräutersorten sein, welche Sie anpflanzen möchten. Gestalten Sie mit den Kindern gemeinsam den Garten und beziehen Sie die Kleinen von Anfang an in die Vorbereitungen ein, damit sie den Garten zu ihrem machen. Kinder interessieren sich so sehr für das Gärtnern. Sie erschaffen ein ganzheitliches Naturumfeld, anschaulicher kann man die Natur kaum erleben als beim Gärtnern. Im Laufe des Jahres können die Kinder, je nach Interesse und Alter, bei den unterschiedlichsten Gartenarbeiten aktiv mithelfen. Für die Kinder sind besonders das Aussäen und Setzen von Jungpflanzen spannend. Sie helfen aber auch gerne beim Gießen, Umgraben, Jäten oder Laubrechen. Kinder können beim Gärtnern grundlegende Erfahrungen mit den Elementen Erde, Wasser und Luft sammeln. Auf spielerische Weise nähern sich Kinder der Natur an und erfahren, dass Pflanzen Lebewesen sind, die wachsen, sich verändern, reifen und wieder vergehen. Leben zieht Leben an: Blühende Kräuter, Blumen und Blüten am Gemüse locken viele Insekten an. Im Garten können die Kinder emsige Wildbienen, Hummeln, Regenwürmer, Käfer, Schmetterlinge und andere Kleinlebewesen entdecken und beobachten.

Gartenarbeit ist eine sinnliche Erfahrung. Die Kinder fühlen den Unterschied von trockener und feuchter Erde, sie riechen den feinen Duft der Blumen, schmecken würzige Kresse und süße Erdbeeren, sehen die unterschiedlichen Farbtöne von Früchten, Gemüsen und Blumen, sie hören das Zwitschern der Vögel, das

Summen und Brummen von Bienen und Hummeln. Die Kinder sind stolz darauf, das Obst und Gemüse, welches sie selbst gesät und gepflegt haben, zu ernten und zu essen, und sie haben dadurch immer wieder Erfolgserlebnisse. Die Möglichkeiten beim Gärtnern sind grenzenlos, so können Sie jedes Jahr aufs Neue mit den Kindern verschiedene Gemüsearten, Kräuter und Blumensorten ausprobieren oder gemeinsam aus dem Gemüse etwas Leckeres kochen, Blütenseifen herstellen oder regelmäßig die Höhe von Sonnenblumen messen.

Aufbau des Buches

Das Buch richtet sich an Erzieher*innen, Tageseltern, Eltern und alle, die gerne mit Kindern zusammenarbeiten. Schon mit den Kleinsten kann im Garten gearbeitet werden, beim Gärtnern gibt es keine Altersgrenze. Die vorgestellten Geschichten und Angebote zum Thema sind besonders für Kindergarten- und Grundschulkin- der (3 bis 8 Jahre) konzipiert. Die Inhalte des Buches sind leicht umsetzbar, sodass Sie einfach loslegen können, auch ohne Gartenvorkenntnisse. Kinder lernen mit allen Sinnen, deshalb wird dieses Thema auf vielfältige Weise ganzheitlich und kindgerecht aufgegriffen. Alle Sinne werden angeregt und die Freude am Entdecken, Erforschen, Spielen und am eigenen Tun steht im Vordergrund.

Dieses Buch gibt Ihnen eine Vielzahl von Gartenideen an die Hand, die Sie den Kindern einzeln oder als Projekt anbieten können. In einzelnen Kapiteln werden verschiedene Gemüsesorten, Beeren, Blumen und Kräuter vorgestellt, die es lohnt, mit Kindern anzubauen. Auch die kleinen Gartenbewohner, wie Wildbienen, Hummeln und Regenwürmer, sind ein Thema im Buch, denn sie haben für unsere Umwelt und unser ökologisches Gleichgewicht eine große und wichtige Bedeutung. Jedes Kapitel beginnt mit einer kurzen Geschichte, mit der Sie das Interesse der Kinder für eigene Gartener-

fahrungen wecken können. Die Geschichten handeln von den Gartenzwergen Lilli und Linus, sie bieten einen informativen und interessanten Einstieg in das Thema Gärtnern mit Kindern. Die Kinder können sich mit den beiden Gartenzwergen aus den Geschichten identifizieren, die vieles im Garten erleben und entdecken. So begleiten die beiden Zwerge die Kinder durch das ganze Gartenjahr – vom Frühling bis zum Winter. Ergänzend zu den Geschichten finden Sie kleine Angebote und viele Anregungen rund ums Thema, die Sie beliebig und individuell mit den Kindern durchführen können, passende Lieder und Fingerspiele. Durch die bekannten Melodien können Sie die Lieder – ohne großes Einüben – gleich mit ihren Kindern singen. Gärtnern, Naturerfahrungen, Sinneserfahrungen und Experimente vermitteln wichtige Informationen und laden die Kinder ein, sich mit dem Garten als Teil ihrer Lebenswelt tätig auseinanderzusetzen. Hierbei wird ihnen Platz für Bewegung, Raum für den Umgang mit Erde, Samen, Pflanzen und Gartenhilfsmitteln sowie Zeit für sinnliche Erfahrungen gegeben. Die Entdeckerfreude steht im Fokus. Die Kinder können sich bewusst mit dem Gärtnern, mit Pflanzen und Lebensmitteln, mit dem Lebensumfeld von Insekten und Kleintieren auseinandersetzen und vertraut machen. Kinder sind voller Einfälle, im Buch finden Sie deshalb Kreativangebote, wie Sie Ihren Garten mit den Kindern schöner und erlebnisreicher gestalten können. Selbstgebastelte Zwerge, eine farbenfrohe Vogeltränke oder ein Bohnentipi lassen Kinderaugen strahlen. Am Ende des Buches finden Sie noch hilfreiche Tipps, Tricks und Informationen sowie ansprechende Vorlagen zum Thema Gärtnern.

Viel Freude mit den Kindern beim Gärtnern!
Ihre Martina Wagner

Tomaten, Paprika und Gurken

Lilli und Linus ziehen Gemüsepflänzchen auf der Fensterbank vor

Geschichte

Die Sonne scheint nun jeden Tag ein bisschen länger, es wird wärmer und endlich ist der Frühling da. Schon früh am Morgen können die beiden Zwerge Lilli und Linus von nah und fern die Vögel singen hören. Sie zwitschern, pfeifen, tirilieren und musizieren die schönsten Lieder. Die Meisen fressen die letzten Körner aus dem Futterhäuschen. Jetzt, wo es wieder überall grünt und blüht, finden die kleinen Vögel wieder selbst genügend Futter. Jeden Tag werden die beiden Zwerge vom Klang der Vögel begleitet und draußen erwacht die Natur zu neuem Leben.

Voller Frühlingsgefühle bereiten sich die beiden Zwerge auf die Gartenzeit vor. Tomaten, Paprika und Gurken essen die beiden Zwerge besonders gern, die dürfen im Garten nicht fehlen. Deshalb beginnen sie schon im März, Tomaten und Paprika zu säen. Sie füllen Erde in Pflanzschalen, säen die kleinen Samen darauf und bedecken sie etwas mit Erde. Ganz vorsichtig gießen sie alles und stellen die Pflanzschalen ans Fenster. Die Pflanzen benötigen zum Keimen sehr viel Wärme, deshalb haben sie hierfür ein Fenster auf der Südseite ausgesucht. Die Sonne scheint hier nämlich am stärksten und längsten, so bekommen die Samen genügend Wärme. Nach wenigen Tagen sind die ersten Tomatenkeimlinge zu sehen, die Paprika brauchen etwas länger, doch als die ersten grünen Triebe aus der Erde spitzen, freuen sich die beiden Zwerge umso mehr. Ein paar Wochen später säen die Zwerge noch einige Gurkensamen. Im Vergleich zu den Tomatensamen ist der Samenkern um einiges größer und es dauert nicht lange, da schaut ein ziemlich großer Keimling mit zwei Blättern aus der Erde. Jeden Tag freuen sich die beiden Zwerge über ihre kleinen Pflänzchen auf der Fensterbank. Nach einigen Wochen sind diese so groß geworden, dass sie in der Pflanzschale nicht mehr genügend Platz haben. Deshalb beginnen die beiden Zwerge, die Pflanzen zu pikieren. Das ist eine mühsame Arbeit, jedes Pflänzchen muss einzeln in einen mit Erde gefüllten Blumentopf gesetzt werden. Ganz vorsichtig nehmen die Zwerge ein Pflänzchen nach dem anderen mit der feinen Wurzel aus der Erde und pflanzen es in einen Topf. Dabei achten sie darauf, dass alle Wurzeln gut mit Erde bedeckt sind und die Erde schön feucht ist. Damit die Pflanzen schön gerade wachsen und etwas Halt haben, stecken sie in jeden Topf einen kleinen Stab und binden die Pflanze daran fest. Auf der warmen Fensterbank wachsen die Pflänzchen – den ganzen Frühling über – zu großen Pflanzen heran. Einige Pflanzen blühen bereits, an manchen Tomatenpflanzen können die Zwerge sogar winzige grüne Tomaten erkennen. Endlich ist es so weit, Mitte Mai dürfen die Pflanzen raus in den Garten. Nachts ist es jetzt nicht mehr so kalt und es gibt keine Nachtfröste mehr. Das wurde auch höchste Zeit, denn einige Pflanzen sind bereits im Zwergenhaus fast bis zur Decke gewachsen. Ach, wie werden sich die beiden Zwerge Lilli und Linus freuen, wenn sie die ersten roten Tomaten, gelbe und rote Paprika sowie knackige grüne Gurken ernten können.



Tomaten, Paprika und Gurken säen Gärtnern



Tomaten: Es gibt sie in den verschiedensten Variationen, rot, gelb, gestreift, ihre Form ist mal kugelrund, oval oder wie eine kleine Birne. Kaum eine andere Pflanze bringt so eine Vielfalt mit ins Beet. Besonders die kleinfruchtigen Tomatensorten werden von den meisten Kindern geliebt. Es gibt Sorten, wie die Kirschtomate, die im kleinen Kindermund zuckersüß zergehen.



Paprika: Für Kinder eignen sich der Gemüsepaprika, er besitzt einen süß-aromatischen Geschmack, enthält viel Vitamin C und es gibt ihn in Rot, Gelb oder Orange. Auch der spitz zulaufende rote Paprika ist bei Kindern beliebt.



Gurken: Minigurken sind für die Kinder Naschgurken. Minigurken klettern unkompliziert an sonnigen Zäunen oder Rankgerüsten empor. Aber auch die Salatgurke oder Schlangengurke essen Kinder gerne.

Tomaten, Paprika und Gurken sind sehr kälteempfindlich. Sie dürfen erst Mitte Mai, wenn es keine Nachfröste mehr gibt, nach draußen gesetzt werden. Paprika, Gurken und Tomaten sind Sonnenkinder und benötigen einen vollsonnigen und geschützten Standort. Im Frühjahr können sie auf der Fensterbank vorgezogen werden. Nicht nur im Garten, auch in Eimern gedeihen Tomaten,

Paprika und Gurken. Eine Tomaten-, Paprika- oder Gurkenpflanze vom Samenkorn bis zur ersten reifen Frucht zu begleiten, ist für die Kinder eine tolle Erfahrung!

Was wird gebraucht?

Aussaaterde (ohne Torf), Schalen oder Blumentöpfe zur Anzucht, Samen (Tomaten, Paprika, Gurken), Gartenerde, Humuserde, Blumentöpfe für das Pikieren, Holzstäbe und Schnüre oder Pflanzenringe, große Pflanzgefäße, Rankhilfen, kleine Schaufeln für die Erde

Tomaten säen

Ab Anfang bis Mitte März können Sie mit den Kindern Tomaten säen. Da Tomaten sehr lichtbedürftig sind und bei Lichtmangel lange, dünne Stängel mit kleinen hellgrünen Blättern bilden (man nennt dies vergeilen), sollten sie nicht zu früh gesät werden. Lassen Sie die Kinder eine Schale mit Aussaaterde füllen und die kleinen Samen in einem Abstand von ein paar Zentimetern in die Erde drücken. Aussaaterde ist nährstoffarm, dadurch bilden die kleinen Pflänzchen ein starkes Wurzelwerk aus. Anschließend gießen Sie vorsichtig und stellen die Schale an einen hellen und warmen Ort (Fenster an der Sonnenseite). Achten Sie mit den Kindern darauf, dass die Erde immer schön feucht ist, jedoch nicht zu nass.

Tomaten pikieren

Damit die Keimlinge sich nicht gegenseitig im Wachstum behindern, ist es wichtig, sie rechtzeitig zu pikieren. Das bedeutet, dass jedes Pflänzchen in einen eigenen Topf gepflanzt wird. Zum Pikieren fahren die Kinder mit einem dünnen Holzstäbchen oder einem Finger unter das Pflänzchen, heben es vorsichtig heraus und pflanzen es in einen Blumentopf mit Aussaaterde. Stecken Sie in jedes Töpfchen ein Holzstäbchen und binden Sie die Pflanze zur Stabilität daran fest. In ihren neuen größeren Gefäßen können die Pflänzchen nun so lange weiterwachsen, bis es an der Zeit ist, sie in den Garten zu setzen.



Tomaten ins Freie pflanzen

Mitte Mai, wenn keine Bodenfröste mehr zu befürchten sind und die Temperaturen den kälteempfindlichen

Tomatenpflanzen keinen Schaden mehr zufügen können, können Sie die Pflanzen endlich mit den Kindern ins Freie setzen. In der Kita eignen sich besonders große Pflanzgefäße. Diese an einer Sonnenseite aufstellen und vor Niederschlägen schützen, denn Tomatenpflanzen mögen keinen Regen von oben. Schutz bietet zum Beispiel ein Dachvorsprung. Tomatenpflanzen brauchen später viel Platz, deshalb je nach Größe der Pflanzgefäße nur ein bis drei Pflanzen in das Gefäß setzen. Lassen Sie die Kinder die Gefäße mit Gartenerde füllen und etwas reifen Kompost darunterheben, ca. vier Kinderhände voll für eine Pflanze. Anschließend pflanzen Sie gemeinsam die Wurzelballen bis zum unteren Blattpaar in die Erde und drücken sie fest. Neben jede Tomatenpflanze stecken Sie gemeinsam eine Rankhilfe in die Erde und binden die Pflanzen vorsichtig daran fest. Spiralförmige Stangen ermöglichen es den Pflanzen, an der Stange hochzuwachsen und sie haben dadurch Halt. Anschließend gießen die Kinder regelmäßig.

Hinweis: Zeigen die Tomaten braune oder welke Blätter (Kraut- und Braunfäule), rechtzeitig die kranken Blätter von der Pflanze entfernen und diese nicht auf dem Kompost entsorgen.

Mit den Kindern können Sie Tagetes und Ringelblumen zu den gesetzten Tomaten in die Erde säen, das sieht nicht nur hübsch aus, es fördert auch die Bodenqualität. Auch Basilikum oder Petersilie steht gerne bei Tomaten. Geizen Sie Tomaten regelmäßig aus, d. h. entfernen Sie die jungen Triebe, die in den Blattachseln der Pflanze wachsen.

Eine Buschtomate findet in einem großen Blumentopf aus Ton Platz, den die Kinder beliebig bemalen können. Buschtomaten müssen nicht ausgeizt werden.

Paprika und Gurken säen

Paprika und Gurken lieben es ebenso sonnig, sie brauchen genügend Wasser und Nährstoffe. Ähnlich wie Tomaten werden Paprika und Gurken nicht direkt ausgesät, sondern zuerst im Haus vorgezogen. Da Paprika mehr Zeit zum Keimen und Entwickeln braucht, ist eine frühe Anzucht wichtig. Paprika kann auch schon Ende Januar, Anfang Februar gesät werden. Beim Pikieren von Paprika die Pflänzchen etwas tiefer setzen, dadurch werden die Pflanzen kräftiger. Mit dem Säen von Gurken können Sie bis Mitte April warten, damit die Jungpflanzen beim Umsetzen nach draußen noch nicht so groß sind. Gurken wachsen sehr rasch. Sie müssen hier nur ein Samenkorn in einen Blumentopf drücken und mit Erde bedecken.

Paprika und Gurken ins Freie pflanzen

Die jungen Gurken- und Paprikapflanzen können im Mai, nach den Eisheiligen, wenn man sich sicher ist, dass es nachts nicht mehr friert, direkt in den Garten oder in einen großen Topf gesetzt werden. Die Gurken

bilden lange Triebe aus, für die sie eine Rankhilfe benötigen, an der sie emporklettern können.

Hierfür eine Schnur spannen und das Grüne der Pflanzen nach oben wachsen lassen, alternativ die Rankhilfen in die Erde stecken.

Wenn Sie Paprika ins Freiland setzen, auf ausreichend Abstand zwischen den Pflanzen achten (ca. 30 cm). Binden Sie jede Paprikapflanze zur Stütze an einen Stab an.



Tomaten im großen Pflanzgefäß



Diese jungen Triebe entfernen (ausgeizen)



Buschtomate im großen Blumentopf



Gurken

Tipp: Geben Sie Tomaten, Paprika und Gurken beim Auspflanzen eine Handvoll frische Brennnesseln in jedes Pflanzloch. Brennnesseln wärmen von unten – Tomaten, Paprika und Gurken mögen nämlich keinen kalten Boden. Außerdem verrotten die Brennnesseln

und es entsteht dadurch ein natürlicher Dünger. Vor dem Auspflanzen können Sie die Jungpflanzen tagsüber ins Freie stellen, um sie abzuhärten.



Hinweis: Achten Sie mit den Kindern darauf, dass sie beim Gießen möglichst die Blätter der Pflanzen trocken lassen. Auch das Gießwasser sollte nicht zu kalt sein. Kaltes Wasser vor dem Gießen in der Gießkanne in der Sonne etwas aufwärmen, bis es lauwarm ist.



Die roten Paprika essen Kinder besonders gerne. Eine Mulchschicht unter den Pflanzen verhindert, dass der Boden zu schnell austrocknet und erhält die Humusschicht.

Aussaaterde

Achten Sie auf Erde ohne Torf. Nach ökologischen Gesichtspunkten gilt es, Torf zu vermeiden, denn durch die Gewinnung von Torf werden Moore und damit wichtige Lebensräume für Kleinstlebewesen zerstört. Intakte Moore sind für den Schutz des Klimas von zentraler Bedeutung, denn sie binden sehr viel CO₂. Sie können Aussaaterde auch selbst mit den Kindern herstellen, hierfür je 1/3 Gartenerde, Sand und reifen Kompost (feinkrümelige gesiebte Humuserde) in einem großen Gefäß vermengen. Die Erde muss feinkörnig und locker sein.



Wir haben einen Garten

Spiellied

Melodie: traditionell „Ein Männlein steht im Walde“

Text: Martina Wagner

Wir haben einen Garten, so bunt und schön.
Es wächst darin Gemüse, könnt ihr es sehn?
Tomaten, Gurken und Salat,
Kohlrabi, Möhren und Spinat.

Wir haben einen Garten, so bunt und schön.

Wir haben einen Garten, so bunt und schön.
Es wachsen darin Blumen, könnt ihr sie sehn?
Rote, gelbe, blaue, grüne,
seht wie bunt die Blumen blühen.

Wir haben einen Garten, so bunt und schön.

Wir haben einen Garten, so bunt und schön.
Es wohnen darin Tiere, könnt ihr sie sehn?
Käfer krabbeln, Hummeln brummen,
Vögel singen, Biennen summern.

Wir haben einen Garten, so bunt und schön.

Gemüse, das mögen alle

Fingerspiel

Gemüse, das mögen alle und das ist gesund.
Sich den Bauch reiben.

Der Erste mag Tomaten, so rot und rund.
Daumen zeigen.

Der Zweite liebt die Gurken, so grün und frisch.
Zeigefinger zeigen.

Der Dritte isst gern Paprika, am liebsten gartenfrisch.
Mittelfinger zeigen.

Für den Vierten dürfen es Möhren sein.
Ringfinger zeigen.

Und der Kleinste, der mag die Erbsen so fein.
Kleinen Finger zeigen.

Aus Gemüse lustige Figuren zum Naschen schneiden

Sinneserfahrung

Kinder sind von Natur aus neugierig und probieren gerne verschiedene Gemüsesorten aus. Schon in jungen Jahren kann ein Bewusstsein für gesunde Ernährung geweckt werden. Gerne bereiten die Kinder aus ihrem selbstgeernteten Gemüse lustige Figuren zu. Denn wie heißt es so schön: „Das Auge isst mit.“

Was wird gebraucht?

Kinderschürzen, Schneidebrettchen, Messer, Holzzahntstocher, Gemüse aus dem Garten, evtl. Gartenkräuter und essbare Blüten, Schälchen für Gemüsereste (Reste für den Kompost), großes Brett oder Teller

Los geht's!

Die Kinder waschen ihre Hände und das Gemüse. Gemeinsam zaubern die Kinder daraus eine leckere, gesunde Nascherei. Sie können dabei die unterschiedlichsten Gerüche und Geschmacksrichtungen wahrnehmen. Die Kinder schneiden, ggf. mit Ihrer Hilfe, das Gemüse in Stücke, stecken dieses mit Zahnstochern aneinander oder legen die Gemüsesticks einfach beliebig auf ein Brett oder einen Teller. Gelungene Beispiele, bei denen die Kinder nicht nur Freude bei der Zubereitung, sondern auch beim Essen haben, sind: der Gemüsezug, das Gemüseschiffchen, die Raupe, die Schnecke, der Schmetterling, der Käfer, das Mäuschen, Kräuterbäume. Mit essbaren Blüten und Kräutern können die Kinder das Gemüse garnieren. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.











