IW: Mehr als 340.000 Krippenplätze fehlen

geschrieben von Redakteur | Oktober 14, 2020



Der Ausbau neuer Betreuungsangebote für Kleinkinder geht in Deutschland offenbar zu langsam voran. Zwar wurden seit 2015 mehr als 135.000 zusätzliche Plätze in Kitas und bei Tageseltern geschaffen, allerdings wollen auch viel mehr Eltern als früher ihr Kind betreuen lassen. So fehlen 2020 in Deutschland mehr als 340.000 Plätze für Kinder unter drei Jahren, wie Berechnungen des Instituts der deutschen Wirtschaft (IW) zeigen.

Viele Kommunen können dem in Deutschland geltenden Rechtsanspruch auf einen Betreuungsplatz nicht nachkommen. Obwohl die Zahl der unter Dreijährigen, die in einer öffentlich geförderten Kita oder bei Tageseltern betreut werden, seit 2015 von 693.000 auf 829.000 gestiegen ist, fehlen dieses Jahr 342.000 Plätze – rund 60 Prozent mehr als noch vor fünf Jahren. Das zeigt eine neue IW-Studie.

Immer mehr Eltern geben ihr Kind die Kita

Ein Grund für den steigenden Bedarf ist, dass immer mehr Eltern ihr Kleinkind institutionell betreuen lassen wollen. 2019 meldeten 81 Prozent der Eltern für ihre Zweijährigen und 64 Prozent der Eltern für ihre Einjährigen einen Betreuungsbedarf an – deutlich mehr als noch vor fünf Jahren. „Lange galt insbesondere in Westdeutschland ein Alter von drei

Jahren als geeigneter Betreuungsbeginn. Das hat sich vollkommen geändert“, sagt IW-Familienexperte Wido Geis-Thöne. In den vergangenen Jahren stiegen außerdem die Geburtenzahlen, allerdings ist dieser Trend gestoppt.

Große regionale Unterschiede

Nicht in allen Bundesländern fehlen Kitaplätze im gleichen Ausmaß. Relativ zur Gesamtzahl der unter Dreijährigen ist die Betreuungslücke, also die Differenz aus den erforderlichen und tatsächlich bereitgestellten Betreuungsplätzen, im Saarland, in Bremen und in Nordrhein-Westfalen am größten. Knapp 20 Prozent aller Kinder unter drei Jahren hatten dort keinen Betreuungsplatz, obwohl sich die Eltern einen wünschen. Allein in Nordrhein-Westfalen fehlen somit knapp 100.000 Plätze. In NRW kommt hinzu, dass Eltern bei Engpässen in den Kitas oft an Tageseltern verwiesen werden, bei denen die Qualifikationsanforderungen deutlich geringer sind als beim Kita-Personal.

Gut stehen Bayern, Baden-Württemberg und Ostdeutschland mit Ausnahme Berlins dar. Allerdings wollen in Bayern und Baden-Württemberg nicht so viele Eltern ihr Kind in eine Kita geben wie in anderen Bundesländern. „Nähert sich der Betreuungsbedarf wie zu erwarten den anderen Bundesländern an, werden auch in Bayern und Baden-Württemberg sehr viel mehr Kitaplätze benötigt“, sagt Studienautor Geis-Thöne.

Im Osten ist die Betreuungslücke zwar kleiner als im Westen, allerdings haben die Kindertagesstätten zu wenig Personal, um die Kinder gut zu betreuen. So kamen im Osten im Schnitt auf eine Betreuungsperson knapp sechs Kinder – in Westdeutschland sind es vier. Dementsprechend gäbe es auch im Osten trotz des guten Kita-Angebots Handlungsbedarf, so Geis-Thöne.

IW-Kurzbericht 96/2020 als PDF zum Download

Quelle: Pressemitteilung Institut der Deutschen Wirtschaft

Wie Sie sprechen sollten, damit Ihr Kind Sie versteht

geschrieben von Redakteur | Oktober 14, 2020



Alle Eltern mu̇ssen dieses Buch lesen, weil es Fȧhigkeiten vermittelt, die auf solider Forschungsarbeit beruhen.

Das Buch ist großartig“, schreibt der bekannte Psychologe Prof. John Gottman über den neuen Elternratgeber von Joanna Faber und Julie King „Wie Sie sprechen sollten, damit ihr Kind Sie versteht“. Und der Psychologe und Autor Dr. Lawrence J. Cohen meint: „Faber und King sind wie kluge, ruhige Freundinnen, die gerade rechtzeitig kommen, um Ihnen durch die schwierigsten Momente zu helfen, ohne zu urteilen oder zu

beschämen. Tatsächlich haben sie genauso viel Einfühlungsvermögen für Eltern wie für Kinder.“

Bisher gab es das Buch von Faber und King nur im englischsprachigen Raum. Jetzt erscheint der Titel endlich auch auf Deutsch. Denn er ist nicht nur wissenschaftlich fundiert, sondern so vollgepackt mit etlichen Praxisbeispielen, Kernsätzen und Comics, dass er einfühlsam gerade auf die schwierigen Konfliktsituationen zwischen Eltern und Kindern eingeht und klare Lösungen anbietet. Denn im Alter zwischen zwei und sieben Jahren stellen Kinder besondere Anforderungen an die Kommunikationsfähigkeit ihrer Eltern. Die beiden Autorinnen erklären deshalb anhand etlicher praktischer Beispiele, wie es Eltern gelingt, mit Kindern so zu sprechen, dass ein kooperatives Zusammenspiel im Alltag gelingt.

Hier finden Sie eine Leseprobe als PDF

Bibliographie:

Joanna Faber / Julie King
Wie Sie sprechen sollten, damit Ihr Kind Sie versteht
Ein Überlebenshandbuch für Eltern mit Kindern von 2 bis 7 Jahren
Broschur, 384 Seiten
Oberstebrink 2020
ISBN: 978-3-96304-026-9
24 €

Hier können Sie das Buch auf oberstebrink.de bestellen

Kinder und Jugendliche beteiligen

geschrieben von Redakteur | Oktober 14, 2020



Schluss mit Schul- und Bildungsgipfeln ohne Beteiligung der Kinder und Jugendlichen!

Das Deutsche Kinderhilfswerk und die Bundesschülerkonferenz fordern im Vorfeld der heutigen Bund-Länder-Beratungen von Bundeskanzlerin Angela Merkel und den Ministerpräsidentinnen und Ministerpräsidenten der Länder, auch die Interessen und Bedarfe der rund 11 Millionen Schülerinnen und Schüler in Deutschland in den Fokus ihrer Beratungen zu stellen. Aus Sicht der beiden Organisationen kann das nur mit einer umfassenden Beteiligung der Schülerinnen und Schüler gelingen. Diese Beteiligung muss sowohl auf Landesebene über die jeweiligen Landesschülervertretungen als auch direkt in den Schulen durch die bereits gegebenen Strukturen sichergestellt werden. Gleichzeitig sollten bei Bildungsgipfeln alle Einrichtungen der Bildungslandschaft mitgedacht und einbezogen werden, also Bildungsangebote in Schulen, Ausbildung und im non-formalen Bereich.

Praxisnahe Konzepte

Beratungen auf Bundesebene, wie beispielsweise der Schulgipfel in der letzten Woche im Bundeskanzleramt, dürfen nicht ohne Beteiligung der direkt Betroffenen stattfinden. Nur so können neben dem Gesundheitsschutz und den Interessen von Landesregierungen und Kultusbehörden auch soziale und kindheitspädagogische Aspekte berücksichtigt und Anregungen sowie Bedenken der Schülerinnen und Schüler bestmöglich mit einbezogen werden. Die Fachkräfte im Bildungsbereich gehören mit ihren Interessensvertretungen zwingend ebenfalls an den Beratungstisch.

„Als direkt Betroffene der Maßnahmen bekommen wir die Auswirkungen im Schulalltag direkt und deutlich zu spüren. Schülervertreter wissen, wie es vor Ort läuft und haben die nötige Nähe zur Praxis, die in manchen Entscheidungen und Debatten in der Politik fehlen. An vielen Stellen la?uft es einfach noch nicht rund. Evaluationen und Verbesserungen der Konzepte gemeinsam mit den Schülerinnen und Schülern durchzuführen und abzustimmen ist daher wichtiger denn je", so Vertreter der Bundesschülerkonferenz.

„Als hätten wir aus den letzten Monaten nichts gelernt, steuern wir sehenden Auges in ein bildungspolitisches Corona-Desaster. Nach einer besorgniserregenden Vernachlässigung der Interessen von Schülerinnen und Schülern in den letzten sechs Monaten muss die Frage erlaubt sein, was Politik und Verwaltungen getan haben, um diesen Herbst und Winter erneute Schulschließungen zu vermeiden. Wir brauchen beispielsweise alternative Räumlichkeiten für den Schulunterricht, die eine Entzerrung der räumlichen Enge in vielen Schulen ermöglichen. So begrüßenswert finanzielle Zusagen für technische die Ausstattung von Schulen sein mögen, muss die Handlungsfähigkeit von Schulen auch über bürokratiearme, praxisnahe Formen der Lehr- und Lerndigitalisierung und vor allem personelle Aufstockungen unterstützt werden. Darauf zu

hoffen, dass es schon nicht so schlimm werden wird, dass die Pandemie bald überstanden ist oder die Eltern mit einspringen werden, kann nicht die Lösung für die Herausforderungen im Schulbetrieb sein“, betont Holger Hofmann, Bundesgeschäftsführer des Deutschen Kinderhilfswerkes.

Langfristige und nachhaltige Konzepte durch Expertenrat

Schließungen vermeiden Umfassende Konzepte sind notwendig, um bei weiter steigenden Infektionszahlen kompletten Schließungen der Bildungseinrichtungen unbedingt vorzubeugen. Notwendig ist dazu ein konzertiertes Vorgehen durch einen Expertenrat mit Verantwortlichen aus Gesundheits- und Bildungsbehörden unter Einbezug von Schülerinnen und Schülern sowie von Fachkräften und Elternverbänden, um eine regelmäßige Abstimmung und den Erfahrungsaustausch, das Ineinandergreifen von Maßnahmen sowie den gemeinsamen Umgang mit bildungspolitischen Folgen der Corona-Krise zu gewährleisten.

Selbständiges und digitales Lernen der Schülerinnen und Schüler stärken Aus Sicht von Bundesschülerkonferenz und Deutschem Kinderhilfswerk funktioniert in der jetzigen Krisensituation die Beteiligung von Schülerinnen und Schülern meist schlechter als sonst. Unabhängig von potenziellen massiven Einschränkungen eines Regelbetriebs müssen jetzt bereits Bedingungen für eine gerechte digitale und datensouveräne Teilhabe aller Kinder und Jugendlichen an Bildungsangeboten in Schulen, Ausbildung und im non-formalen Bereich geschaffen werden. Neben der Beteiligung braucht es aus Sicht der Organisationen kreative, nachhaltige und zukunftsfähige Konzepte für Bildungseinrichtungen. Vor allem wenn es darum geht, selbständiges und digitales Lernen der Kinder und Jugendlichen sowie ihre Kapazitäten mit der Krisensituation umzugehen, zu stärken. Alle hier notwendigen Förderprogramme müssen weiterhin an der Perspektive der jungen Menschen ausgerichtet sein.

Weitere Informationen:

www.dkhw.de und www.facebook.com/dkhw.de
Twitter: @DKHW_de

Leseschwäche schon in der Kita erkennen

geschrieben von Redakteur | Oktober 14, 2020



Lina hatte sich riesig auf die Schule gefreut. Schon im Kindergarten galt sie als Rechenmeisterin. Für Buchstaben interessierte sie sich dagegen nie. Manchmal fragte sie nach einem, vergaß ihn aber schnell oder malte ihn gerne mal seitenverkehrt aufs Papier. Sprache schien ohnehin nie wirklich ihr Thema zu sein. Beim Krabbeln, Laufen oder Sauberwerden war sie früh dran. Nur beim Sprechen lernen schien sie sich unendlich viel Zeit zu lassen.

Das Selbstbewusstsein leidet

In der Schule zeigen sich zuerst beim Lesen erste Probleme. Einzelne Buchstaben kann sie gerade noch entziffern. Bei ganzen Wörtern scheitert sie. Beim Schreiben kommt sie mit den Schwüngen und der Form nicht zurecht. Sie gilt als die Langsamste und Unordentlichste. Die Lehrerin meint, Lina übe

zu wenig. Aber die Eltern üben mit ihrem Kind jede freie Minute. Bald schon hat Lina die Lust verloren. Sie verweigert sich, hält sich für zu dumm.

Heute verstehen die Eltern von Lina nicht, warum sie nicht sofort reagierten. „Wir dachten, dass bei Lina der Knoten irgendwann schon platzen würde“, erzählt die Mutter. Stattdessen begann eine jahrelange Leidensgeschichte, die erst ihr Ende fand, als ein Facharzt für Kinderpsychiatrie bei Lina eine Lese- und Rechtschreibschwäche (LRS) diagnostizierte.

Lina erhält eine Legasthenie-Therapie, in der sie nicht nur das Lesen und Schreiben, sondern auch das Selbstbewusstsein trainiert. Mittlerweile kann sie auch wieder lachen.

Warum wir Schwächen erst spät erkennen

Hätte es überhaupt so weit kommen müssen? Konnten die Erzieher im Kindergarten nicht schon feststellen, dass Lina gefährdet ist? Aber sie war ja völlig unauffällig – oder?

Bei genauer Betrachtung war Lina eben nicht unauffällig. Ihr später Spracherwerb, ihr Desinteresse an Buchstaben und der Umgang damit, waren klare Zeichen dafür, dass Lina ein gefährdetes Kind ist. Bei näherem Hinsehen hätten dies Fachärzte feststellen können.

Ist ein Kind aufgeweckt und in den meisten Bereichen normal entwickelt, übersehen oft viele Eltern und Erzieherinnen die Warnsignale. Oder es heißt eben „die kleine Lina ist so aufgeweckt. Da platzt der Knoten sicher bald“. Das passiert jedoch nur in den seltensten Fällen.

Legasthenie-Risiko erkennen

Seit Jahrzehnten erforscht die Psychologin Dr. Petra Küspert an der Universität Würzburg in Zahlreichen Projekten die Voraussetzungen für Schulerfolg und die Prävention von Lernleistungsstörungen. „Engagierte Eltern und Erzieherinnen

können eine Reihe von Hinweisen auf ein LRS- oder Legasthenie-Risiko bei einem Vorschuldkind entdecken“, schreibt Sie in ihrem Buch „Neue Strategien gegen Legasthenie“.

Um zu verstehen wie das geht, empfiehlt es sich, erst einmal die Fähigkeiten und Fertigkeiten anzusehen, die sich als bedeutendste Vorläufermerkmale des Schriftspacherwerbs erwiesen haben. Die pädagogisch-psychologische Forschung nennt dazu Intelligenz, frühe Schriftkenntnis, visuelle Aufmerksamkeit, Arbeits- und Langzeitgedächtnis und die phonologische Bewusstheit. Normale Intelligenz als Voraussetzung für den Schriftspracherwerb wird sicher niemand in Frage stellen.

Bei der frühen Schriftkenntnis geht es laut Küspert nicht um die Menge der Buchstaben, die ein Kind schon bei der Einschulung kennt. „Es geht um das Verständnis des alphabetischen Prinzips. Es genügt, dass die Kinder schon einige Buchstaben sicher kennen – und damit bereits einen Einblick in die Schriftsprache und den engen Zusammenhang zwischen Lauten und Buchstaben gewonnen haben.“

Visuelle Aufmerksamkeit bedeutet, die Genauigkeit und Sicherheit, mit der Kinder visuelles Material verarbeiten. Auf Symbolebene bedeutet das etwa, den „Unterscheid zwischen den Buchstaben ‚l’ und ‚b’ darin zu entdecken, dass das ‚b’ auf der einen Seite noch einen Bauch hat“, so die Psychologin.

Was heißt „phonologische Bewusstheit“

Dass wiederum ein gutes Gedächtnis Voraussetzung fürs Lernen ist, dürfte auch jedem klar sein. Beim Schreiben lernen kommt es darauf an, im Arbeitsgedächnis den Buchstaben Laute zuzuordnen. Diese gilt es so lange zu behalten, bis aus allen Buchstaben ein Wort gebildet ist. Das Langzeitgedächtnis ist dazu da, um auf das bereits Erlernte dauerhaft sicher zurückgreifen zu können.

Große Bedeutung misst Küspert der phonologischen Bewusstheit zu. Dazu erläutert die Forscherin, dass „ein Kind phonologische Bewusstheit besitzt, wenn es ein Gespür für den Klang der gesprochenen Sprache entwickelt hat. So kann es beispielsweise reimen, Wörter in Silben zerlegen und schließlich sogar die einzelnen Laute innerhalb eines Wortes erkennen.“ Erste Vorstufen sind etwa, Reimwörter zu finden, Silben zu klatschen oder Sätze in Wörter zu zerlegen. Kann das ein Kindergartenkind mit etwa fünf Jahren noch nicht, heißt das zwar nicht, dass wir hier gleich einen Legastheniefall haben. Dennoch ist dies ein deutliches Warnsignal, dem Eltern und Erzieherinnen nachgehen sollten.

Eltern empfiehlt Küspert deshalb folgendes:

- Achten Sie doch einmal ganz bewusst darauf, ob Ihr Vorschulkind mit dem Reimen klarkommt, ob es Silben klatschen kann.
- Besprechen Sie mit der Erzieherin im Kindergarten, ob sich Ihr Kind mit entsprechenden Spielen (Gedichte lernen und aufsagen, Liedertexte einprägen, Mitklatschen) genauso freudig beschäftigt wie seine gleichaltrigen Kameraden in der Gruppe oder ob es solche Spiele zu meiden sucht, sich gern dabei ausklinkt.
- Achten Sie darauf, ob Ihr Kind Farben oder Würfelbilder schnell benennen kann.
- Wie steht es mit dem Gedächtnis Ihres Kindes? Kann es sich Sachen gut merken, auch wenn sie nicht hochinteressant für das Kind selbst sind? Kann es kurze Aufträge behalten – oder fordert es immer wieder Informationen nach, die Sie schon längst gegeben haben?

Wenn Sie feststellen, dass Ihr Kind sich im Vorschulalter in einem dieser Bereich schwertut, dann sollten Sie mit Ihrem Kind ein Frühdiagnosezentrum oder eine Frühförderstelle aufsuchen. Natürlich gibt es noch weitere Anzeichen wie Legastheniefälle in der Verwandtschaft oder Auffälligkeiten in der Sprachentwicklung. Hätten Linas Eltern entsprechend

reagiert, wäre ihr vermutlich ein langer Leidensweg erspart geblieben. Denn es gibt mittlerweile nicht nur eine Reihe spielerischer Tests, die eine LRS zuverlässig aufdecken, sondern auch Förderprogramme wie das „Würzburger Trainingsprogramm“, das von Petra Küspert und Wolfgang Schneider entwickelt wurde.

Ein Programm für alle Kinder zur Vorbereitung auf die Schule, aber vor allem für gefährdete Kinder, die damit entsprechend aufholen können. Zudem hätten auch die Eltern viel dazu beitragen können, dass Lina durch verschiedene Spiele einen Einblick in der klang der Sprache erhält. Der Knoten platzt eben nicht einfach. Aber mit sorgfältiger Beobachtung und liebevoller, spielerischer Förderung lässt er sich Stück für Stück auflösen. (Gernot Körner)



Neue Strategien gegen Legasthenie

Küspert, Petra
Oberstebrink
ISBN/EAN: 9783963040122
19,90 €

Hier bei oberstebrink bestellen

MINT geht digital

geschrieben von Redakteur | Oktober 14, 2020



„Haus der kleinen Forscher“ bringt digitales Know-how in Kitas und Grundschulen.

Kostenloses E-Book erhältlich.

Passen digitale Medien zum Entdecken und Forschen? Auf jeden Fall, sagt die Stiftung „Haus der kleinen Forscher“. Im neuen Bildungsangebot „MINT geht digital – entdecken und forschen mit digitalen Medien“ erhalten ErzieherInnen sowie Grundschullehrkräfte Impulse, wie sie digitale Medien sinnvoll in ihrem pädagogischen Alltag einsetzen können. Das kostenfreie E-Book mit Hintergrundwissen und Praxisanregungen ist ab sofort online.

- Alle Infos zu „MINT geht digital“
- Zur Online-Lernplattform Campus

Den Ausflug in den Wald mit der Digitalkamera dokumentieren, Bodenproben unter einem digitalen Mikroskop betrachten oder per App die Forschungsergebnisse als Diagramm darstellen:

„MINT geht digital“ setzt im Alltag der Kinder an und berührt alle MINT-Bereiche. Das sind Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften und Technik. Basierend auf aktuellen Erkenntnissen aus Wissenschaft und Praxis zeigt die Stiftung in einem E-Book sowie in einem Webinar und einem interaktiven Vortrag, warum digitale Medien und frühe MINT-Bildung gut zusammenpassen. Und sie zeigt auf was Pädagoginnen und Pädagogen als Lernbegleitung beim Entdecken und Forschen mit digitalen Medien achten können. In einem Online-Forum können Interessierte außerdem Erfahrungen austauschen, untereinander und mit Mitarbeitenden der Stiftung.

„Digitale Medien können Kindern und auch den PädagogInnen ganz neue Perspektiven auf die Welt eröffnen. Dabei sollen digitale Medien analoge Erfahrungen aber nicht ersetzen. Sie sollen sie ergänzen, erweitern und intensivere Lernprozesse innerhalb des MINT-Bildungsprozesses ermöglichen“, sagt **Michael Fritz**, Vorstandsvorsitzender der Stiftung ‚Haus der kleinen Forscher‘. „Ein wichtiger Schritt, um Kinder schon in Kita und Grundschule in der digitalen Welt zu unterstützen.“

Zum neuen Bildungsangebot „MINT geht digital – entdecken und forschen mit digitalen Medien“ gehören:

- ein kostenfreies E-Book
- ein kostenfreies Webinar auf der Online-Lernplattform Campus (Starttermin: Anfang Dezember 2020)
- ein Online-Forum für den Austausch zum Thema
- ein interaktiver Vortrag mit Workshop, der regional über die Netzwerkpartner der Stiftung angeboten wird

Alle Informationen gibt es auch online unter hdkf.de/mint-geht-digital.

Leckerer Rohkostsalat für Kita-Kinder

geschrieben von Redakteur | Oktober 14, 2020



Die Küche als Spiel- und Lernort:

Kinder und Erwachsene sollten keine Gelegenheit verpassen, gemeinsam zu kochen und zu backen. Denn Ernährung ist die Grundlage unseres Lebens. Darüber wollen Kinder schon früh jede Menge erfahren. Beim gemeinsamen Zubereiten von Speisen, entsteht aus der Küche ein Spiel- und Lernort, der alle Sinne gleichzeitig anspricht. Es duftet nach Kräutern und Gewürzen, Obst und Gemüse leuchten in bunten Farben. Vor allem gibt es jede Menge zum Schnippeln und Kneten, zum Schmecken und Ausprobieren!

Bei diesem Rezept können die Kinder richtig mitarbeiten. Zutaten, Zubereitung und Herkunft, Tipps und Anregungen bieten Gesprächsstoff und wichtiges Basiswissen zu unserer Ernährung. Und ganz nebenbei lernen die Kinder vor allem noch eines: Dass gemeinsames Zubereiten ein riesen Vergnügen für alle ist!

„Bei der eigentlichen Speisenzubereitung in Küchen der Gemeinschaftsverpflegung dürfen Kinder aus rechtlichen und hygienischen Gründen nicht mitwirken. Wenn das zubereitete

Essen aber nur für die eigene Gruppe bestimmt ist und grundlegende Hygieneregeln vermittelt und eingehalten werden, ist das Einbeziehen der Kinder erlaubt und eine sinnvolle Maßnahme. Denn Kinder lernen Küchenhygiene und den Umgang mit Utensilien und Lebensmitteln wie alles andere auch– durchs Abschauen und wiederholte Selbermachen.“ (Bundeszentrum für Ernährung)
Mehr Infos zu den Hygieneregeln für Kita und Schule finden Sie hier:

Rohkostsalat für drei Kinder

Zutaten:

- 400 g Kohlrabi – das sind ungefähr 2 Knollen
- 2 kleine Äpfel mit roter Schale (je ungefähr 100 g)
- 1 Zitrone
- 100 g Naturjoghurt
- 1 Teelöffel Salatmayonnaise
- Salz, Pfeffer, gemahlener Koriander
- 1 Esslöffel Pistazien
- 1 Esslöffel Pinienkerne

Materialien:

Messer, Schneidbrettchen, Zitronenpresse, Schüssel, Löffel, Reibe

Zubereitung:

- Die Kohlrabi schälen und in möglichst dünne Scheiben schneiden.
- Die Scheiben auf einen Teller legen.
- Einen Apfel waschen, entkernen und in dünne Spalte schneiden.
- Sofort in Zitronensaft wenden.
- Auf den Kohlrabischeiben verteilen.

- Joghurt, Mayonnaise und den restlichen Zitronensaft verrühren.
- Den zweiten Apfel auf der Reibe direkt in die Marinade reiben.
- Mit Salz, Pfeffer und Koriander abschmecken.
- Das Apfeldressing über die Rohkost verteilen.
- Pistazien und Pinienkerne darüber geben.

Besonders beachten:

Junger Kohlrabi eignet sich viel besser als älterer für Rohkost, da er noch zart und saftig ist. Das Fleisch wird zunehmend fester, wenn der Kohlrabi älter ist. Wenn sie keine jungen Knollen bekommen, müssen Sie das Fleisch hauchdünn schneiden. Dann schmeckt es besser!

Besonderer TIPP:

Schneiden Sie den zweiten Apfel zunächst in vier Teile und entfernen Sie das Kerngehäuse. Ansonsten müssen Sie um das Kerngehäuse herum arbeiten. Das ist für Kinder ziemlich schwierig.

Variationen:

Kohlrabi lässt sich mit vielen verschiedenen Sorten von Gemüse zu einem schmackhaften Rohkostsalat verarbeiten.

Hier bekommen Sie noch einige Anregungen dazu:

Möhren und Kohlrabi ganz fein schneiden oder raspeln. Dann übereinander auf den Teller schichten und mit einem Dressing aus Soja- und Kürbiskernöl beträufeln. Darüber kommen noch viel Petersilie und geröstete Kürbiskerne.

Möhren, Äpfel, Birnen, Kohlrabi, Gurke in fingerdicke Streifen schneiden und in einem Dressing aus Essig, Wasser, etwas Öl und viel frischer Kresse zwei Stunden im Kühlschrank ziehen

lassen.

Rohkost:

Rohkost enthält mehr Vitamine und Mineralstoffe als gekochtes Essen. Da rum gehört rohes Gemüse von Zeit zu Zeit auf den Speiseplan. Die meisten Vitamine befinden sich in oder direkt unter der Schale. Wird das Gemüse geschält, sollte die Schale möglichst dünn abgeschnitten werden. Soll die Schale nicht abgeschnitten werden, dann ist es sehr wichtig, das Gemüse möglichst gut unter fließendem Wasser zu waschen. Dabei werden der Dreck und eventuelle Pflanzenschutzmittel abgewaschen. Kaufen Sie möglichst erzeugernah ein. Auf dem Markt oder einem Bauernhof wird man Ihnen eher etwas über die Herkunft der Lebensmittel und über ihre Behandlung erzählen können. In vielen Supermärkten werden inzwischen Bioprodukte angeboten. Schauen Sie aber darauf, wo das Obst oder Gemüse gewachsen ist. Kurze Wege sprechen nicht unbedingt für Frische! Häufig werden die Früchte und Knollen unreif gepflückt und reifen dann während des Transports nach.

Umgang mit dem Messer:

Die Kinder möchten natürlich möglichst viel allein machen. Dazu gehört das Schneiden und Schälen. Vielleicht bereitet Ihnen das ein wenig Kopfzerbrechen, da Sie Angst um die Finger der Kinder haben. Gehen Sie nicht sorglos, aber selbstverständlich damit um. Zeigen Sie den Kindern die richtige Haltung des Messers.

Wenn Sie den Kindern nur erklären, wie sie ein Messer am besten halten können, schaffen sie es nicht. Zeigen Sie es den Kindern, indem Sie es ihnen direkt vormachen. Lassen Sie die Kinder dies nachmachen und korrigieren Sie sie, indem Sie ihre Finger von der falschen an die richtige Stelle legen. Der richtige Umgang mit dem Messer ist eine Übung für die Feinmotorik, die Sie unbedingt fördern sollten! Gearbeitet wird durch Druck mit dem Zeigefinger und Bewegung, die aus dem Handgelenk kommt. Das ist für Kinder schwer zu begreifen, wenn

sie nur die Worte hören. Darum machen sie sich genau bewusst, wie Sie selbst arbeiten. Zeigen Sie es den Kindern schrittweise. Lassen Sie es nachmachen und unterstützen Sie durch Korrekturen, damit es richtig klappt.

Neben dem Messer können Sie noch andere Schneidegeräte verwenden:

- Kartoffelschäler, um die Schale dünn abzuhobeln
- Zwiebelschneider – eine kleine Dose mit Messern, die durch Drehung bewegt werden
- Knoblauchpresse, aus der der Knoblauch ganz fein herausgepresst wird oder Knoblauchschneider, der den Knoblauch fein zerkleinert
- Kräuterschneider, der die Kräuter durch Darüberrollen klein schneidet
- Käseschneider in verschiedenen Ausführungen
- und diverse weitere, oft elektrische Geräte

Diese Geräte erleichtern oft die Arbeit, sind aber nicht unbedingt notwendig!



Diesen Artikel haben wir aus folgendem Buch entnommen.

Kochen und Backen mit Kindern

Alles, was Kinder gerne essen und über Ernährung wissen sollten

Manon Sander
Oberstebrink
ISBN: 9783934333482
7,95 €

Mehr Infomationen und Bestellmöglichkeiten auf oberstebrink.de