



„Eins, zwei, drei,
(geh durch die Reifen)
kommt alle schnell herbei.
(dreh dich im Kreis)
Im Zirkus ist was los,
(geh durch die Reifen zurück)
das finden wir famos.
(Arme nach oben strecken)
Drum macht mal alle mit,
(dreh dich im Kreis)
das wird ein riesen Hit!“
(in die Hände klatschen)



„Auch zu zweit
macht's Spaß“



Ob Groß, ob Klein,
Dir fallen sicher
verschiedene
Geh - oder Hüpfvarianten
ein.



„Schau mal, wie stark ich bin!!!!
Ich schaffe das sogar mit einer Hand.“

Psst, ich verrate Dir was...
Die Hantel ist ganz leicht...!
Die habe ich selber gebastelt.“

Wenn Du auch so eine Hantel haben möchtest, kannst Du sie Dir auch ganz einfach selber basteln.

Lass Dir, wo nötig, von Mama oder Papa helfen.

Besorge Dir eine Malunterlage, einen Malerkittel, 2 Luftballons, einen Stecken, Papier, Kleister, Farbe und einen Pinsel.

Puste nun beide Luftballons auf.

Reiße das Papier in Stücke.

Umkleistere die Luftballons und den Stecken mit den Papierfetzen (mind. 3 Schichten).

Nun verbinde die beiden Luftballons mit dem Stecken, indem Du die Verbindungsstellen mit ebenfalls ausreichend Papier umkleisterst.

Lass alles gut trocknen.

Male Dein Sportgerät in schwarz, oder in Deiner Lieblingsfarbe an.

Du kannst für das Aufbringen der Farbe den Pinsel oder Deine Hände benutzen.

Lass alles gut trocknen.

Viel Spaß beim Trainieren.





„Jetzt bin ich erst mal fix und alle...
Oh wie gerne hätte ich jetzt einen leckeren Amerikaner. Den mag ich besonders gern in meinem Bauch. Vielleicht bringt mir ja jemand einen vorbei. Das Rezept gibt es ja schon dazu.“



Zutatenliste:

- 100 g Margarine
- 100 g Zucker
- 1 PK Vanillinzucker
- 2 Eier
- 1 PK Vanillepuddingpulver
- 3 EL Milch
- 250 g Mehl
- 3 TL Backpulver
- Zuckerguss
- Leckereien zum Verzieren

Zubereitung:

1.Schritt

Margarine mit Zucker und Vanillinzucker schaumig schlagen. Mit Eiern, dem Vanillepuddingpulver und ca. 3 EL Milch verrühren. Vorsichtig das Mehl und Backpulver unterrühren. Mit einem Esslöffel kleine Teighäufchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen.

2.Schritt

Bei 175°C, 20 Min. backen. Nach 10 Min. die Oberfläche der Amerikaner mit Milch bestreichen.

3.Schritt

Nach dem Abkühlen die untere Seite der Amerikaner je nach Geschmack mit Zuckerguss bestreichen und nach Geschmack lustig verzieren.

...oder Du schaust in das Kochbuch der Privaten Kinderkrippe Eichenau auf Seite 87. Dort findest Du ein anderes, leckeres Rezept.

„Wenn Du die witzigen Clowngesichter siehst, hast Du dann den gleichen Einfall wie ich?“
Was meinst Du, an was ich denke?
Schicke mir ein Bild davon.“

