



## Jahreszeiten- Newsletter Oktober

*Eins, zwei, drei,  
zum Erntetanz herbei!  
Rechtes Bein, linkes Bein,  
das ist lustig, das ist fein.  
Eins, zwei, drei,  
zum Erntetanz herbei.*

*Christiane Kutik<sup>1</sup>*

Es ist Erntedank. Gleich zu Beginn des Monats, am 1. Oktober. - Erntedank feiern mit den Kindern ist in unserer modernen Zeit eine wichtige Kulturtat. Es gilt, aufmerksam zu werden für dieses durchaus kostbare Glück, dass wir täglich genug zu essen haben.

### Miteinander tanzen

Selbst wenn wir ganz unvorbereitet sind an diesem Erntedanktag - eines können wir auf jeden Fall tun. Gleich am Morgen: Wir stimmen den Tag mit einem fröhlichen Tänzchen ein.

Wie, was? Zu welcher Musik denn? - Ganz einfach. Nehmen Sie Ihr Kind bei den Händen. Singen Sie nach Ihrer eigenen Melodie: „Eins, zwei, drei,...“ und drehen sie sich miteinander im Kreis.

### Erntedank ist freuen und tanzen und danken

Sich mit den Kindern bewegen, tanzen und singen ist heute für viele Eltern fast so etwas wie eine Mutprobe. - Seien Sie so mutig, liebe Eltern. Ihren Kindern zuliebe. Die freuen sich bis in ihre Zehenspitzen. „Hei ja, so etwas Lustiges können Mama und Papa: Singen und tanzen.“ Was für ein Vergnügen, die eigenen Eltern auch einmal von dieser Seite zu erleben!

Erntedank ist freuen und tanzen und danken: Freude über die reichen Gaben der Natur, die uns täglich nähren; freudig gemeinsam in Bewegung kommen; innehalten und Danke sagen.



### Danken und denken

Da kommt ein Einwand: „Wieso danken? Ich kaufe doch das, was ich brauche im Supermarkt. Von meinem Geld. Und das muss ich mir hart verdienen. Da dankt mir doch auch keiner.“

Danken kommt von denken. Wenn wir be-denken: Wem gilt denn der Dank zum Erntedank-Fest? In diesem Falle ist nicht der Arbeit der Bauern und der Gärtner gemeint, die das Jahr über auf den Feldern gesät, geackert und geerntet haben. Erntedank ist ein Dank an die Schöpfung. Tief in unseren Herzen wissen wir Erwachsenen ganz genau: Ohne Erde, Wasser, Licht und Luft könnte unser täglich Brot, das Gemüse, die Früchte weder wachsen, noch reifen.

### Dank an die Schöpfung

Heute wird häufig davon gesprochen, wie notwendig es ist, Kinder wieder an Werte heranzuführen. Woher sollen sie diese erfahren, wenn nicht von uns Eltern? Wir Erwachsenen - die wir unseren Kindern oft so groß und allmächtig erscheinen - überzeugen, indem wir vorleben, dass wir selbst ein höheres Prinzip achten. Zum Beispiel dadurch, dass wir die Mahlzeiten in der Familie sinnig einstimmen:

*Erde, die uns dies gebracht,  
Sonne, die es reif gemacht.  
Liebe Sonne, liebe Erde,  
euer nie vergessen werde.*

*Christian Morgenstern*

### Ein hilfreiches Ritual des Innehaltens

Dieser kleine Spruch ist schlicht und wahr und unabhängig erhaben über alle Kulturen und Glaubensrichtungen. Sprechen wir ihn, sobald alle am Esstisch versammelt sind und bevor das Essen beginnt. - Ein solches Ritual der Wertschätzung, täglich wiederholt, gibt den Kindern Halt. Zudem ist es eine wirksame Absage an den so häufig beklagten Stress am Esstisch.<sup>2</sup>

### Woher kommt unser Essen?

Die wenigsten Kinder wissen heute, wo und wie etwas wächst, denn die Produkte im Supermarkt verraten nichts von der Herkunft der Nahrung. - Für Kinder ist es ein großes Aha-Erlebnis, wenn sie mitbekommen, dass Pommes frites aus Kartoffeln sind, dass Äpfel auf Bäumen wachsen und dass Müsli aus Getreide zubereitet wird. Unsere Kinder lernen das nur durch echte, sinnliche, praktische Anschauung. Daher ist es so wichtig, so oft wie möglich mit ihnen hinauszugehen: In die Natur, in eine Gärtnerei oder auf einen Bauernhof, wo Menschen sich ganz bewusst darum bemühen, im Einklang mit der Natur zu wirtschaften.



### Am Erntedanktag selbst etwas ernten

Am Erntedanktag gehen wir mit den Kindern in die Natur und schauen einmal, was draußen so alles wächst und gedeiht. Wir nehmen Körbe mit: Die Großen einen großen. Die Kleinen einen kleinen: „Heute machen wir selbst Erntedank.“ Alle Felder sind bereits abgeerntet. Da lohnt es sich, mit offenen Augen vorbei zu gehen. Seht nur, was sich da noch alles findet.

### Anfassen, riechen, staunen

Auf einem abgeernteten Feld sind noch ein paar einzelne goldgelbe Getreidehalme stehen geblieben. „Darf man die jetzt abpflücken?“ - Ja, jetzt schon. Die Ernte ist vorbei. - Am Rande eines umgepflügten Ackers liegen ein paar runde Knollen. Ein großes Hallo. Es sind richtige, echte Kartoffeln. Auch die kommen in unseren Erntekorb. In den Buschreihen entdecken wir Haselnüsse und Schlehenfrüchte. Hier noch ein paar Dolden Holunderbeeren. „Und was ist das Runde da unter dem Baum?“ Das sind Walnüsse. „Ach, so wachsen die. Die haben ja außen noch einen dicken grünen Mantel um die harte braune Nussschale.“



### Erntedank auch für die Tiere

Auf einem Acker sind Maispflanzen liegen geblieben. Und jetzt lernen die Kinder etwas sehr Wichtiges: Der Mais, der hier wächst, wird als Viehfutter angebaut. Das ist eine Sorte, die man nicht essen darf. Doch wir nehmen ein paar Maiskolben mit. Es ist ja auch Erntedank für die Tiere. - „Dann müssen wir auch Gras mitnehmen, weil die Tiere auch Gras fressen.“ - Das ist eine gute Idee. - Also kommt noch ein Sträußchen Gras in den Erntekorb. Und Kastanien! Und Eicheln! Und Bucheckern! - Die Kinder sind begeistert. - Und das rote da? was ist das?

Dazu gibt es ein Lied:

### Ein Männlein steht im Walde

*1. Ein Männlein steht im Walde  
ganz still und stumm.  
Es hat von lauter Purpur ein Mäntlein um.  
Sagt, wer mag das Männlein sein,  
das da steht im Wald allein,  
mit dem purpurroten Mäntlein ?*

*2. Das Männlein steht im Walde auf einem Bein.  
Es hat auf seinem Haupte ein Käppelein klein.  
Sagt, wer mag das Männlein sein,  
das da steht im Wald allein,  
mit dem kleinen schwarzen Käppelein ?*

Und, was ist es?

*Das Männlein dort auf einem Bein, mit dem roten Mäntlein  
und seinem schwarzen Käppelein kann nur die Hagebutte sein!*



### Jahreszeitentisch

Wir tragen unsere Körbe heim und gestalten mit unserer Ernte einen Jahreszeitentisch. Das ist ein bildhafter Kalender, der entsprechend der Jahres- und Festeszeit verändert wird.<sup>3</sup> Er ist nicht nur eine Augenweide, sondern er ist für unsere Kinder eine intensive Anregung, mit den Besonderheiten der Jahreszeiten vertraut zu werden.

Es grüßt Sie ganz herzlich

*Christiane Kutik*

Ihre Christiane Kutik

<sup>1</sup> Erntedanklied, Noten siehe Christiane Kutik: „Jahreszeitenbuch“ Seite 200

<sup>2</sup> Siehe Interview mit Christiane Kutik in der Zeitschrift ELTERN. „Stress am Esstisch“ unter [http://www.eltern.de/gesund\\_schoen/gesunde\\_ernaehrung/elt\\_umfrage.html](http://www.eltern.de/gesund_schoen/gesunde_ernaehrung/elt_umfrage.html)

<sup>3</sup> Näheres zum Jahreszeitentisch: siehe Newsletter Februar 06

Viele weitere Ideen, Lieder, Gedichte Geschichten und Rezepte zu einem zeitgemäßen Erntedank-Fest mit Kindern siehe: Christiane Kutik: „Das Jahreszeitenbuch“, Seite: 200 - 213

Hilfreiche pädagogische Tipps zum Thema „Essen und Lebenskultur“ siehe: „Christiane Kutik: „Entscheidende Kinderjahre von 0 – 7“, Seite: 77 und 96ff

Mehr über die Arbeit von Frau Kutik als Autorin und Elterncoach finden Sie unter [www.kreativ-erziehen.de](http://www.kreativ-erziehen.de)

Haben Sie Interesse an einer beruflichen Aus- oder Weiterbildung als Elternberater unter der Leitung von Frau Kutik? [www.ipsum-institut.de](http://www.ipsum-institut.de)