

# Zur Freude der Kinder

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Das neue Leben - Im Lichte neuzeitlicher Erkenntnis : monatliche Zeitschrift und Ratgeber über alle Gebiete der Lebensreform**

Band (Jahr): **2 (1930-1931)**

Heft 11

PDF erstellt am: **16.08.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

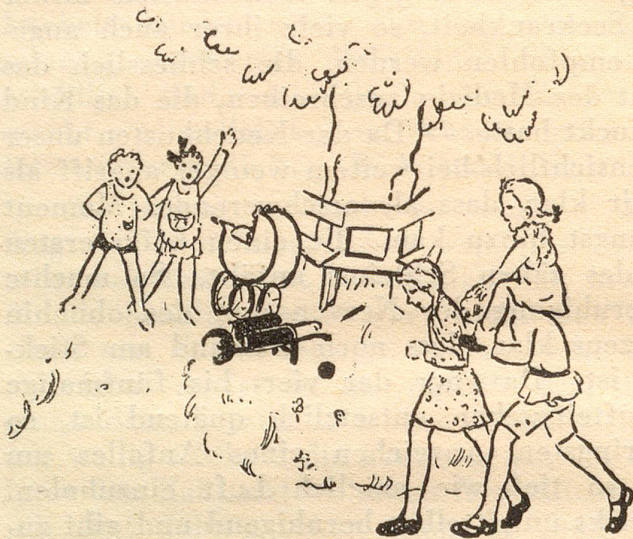
Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



# Zur Freude der Kinder

## WAS SPIELEN WIR?

### Wüstenritt.



Kamel, Kamel,  
die Fahrt geht an,  
Nun bist du unsre  
Wüstenbahn,  
Trab, trab, trab,  
lauf nur in Ruh,  
Wir kommen doch  
dem Ziele zu! —

Fritz beugt den Rumpf nach vorn, so dass er mit dem Kopf an Elsbeths Rücken anstößt. Alsdann setzt sich klein Margrit auf Fritzens Rücken. Ein Zielpunkt wird gewählt und die Fahrt geht mit obigem Reim unter vergnügter Freude los.

### Pinguinchenreise.



Pinguinchen laufen  
langsam nur,  
Ganz unbeholfen so,  
Drum ist der Schneemann  
auf der Spur  
Und holt sie ein  
recht froh! —



Eine Schar Kinder sind Pinguinchen, während ein einzelnes Skimann ist. Die Kinder ahmen den Pinguinchengang nach und laufen, die Füße nach auswärts gerichtet, langsam so, als wären ihnen die Beine gebunden. Der Skimann aber macht lange Skischritte und sucht die Pinguinchen zu fangen und in sein Versteck zu bringen.

Jedes Kind zeichnet sich einen Kreis auf den Boden, der mindestens zwei Meter vom andern entfernt sein muss. Dieser Kreis ist seine Pinguinchenwohnung. Fünf Meter vom Pinguinchen-dorf ist das Versteck des Skimanns.

Hat jedes Pinguinchen seine sichere Wohnung, so verlässt der Skimann sein Versteck und singt:

Pinguinchen laufen langsam nur,  
Ganz unbeholfen so — — —

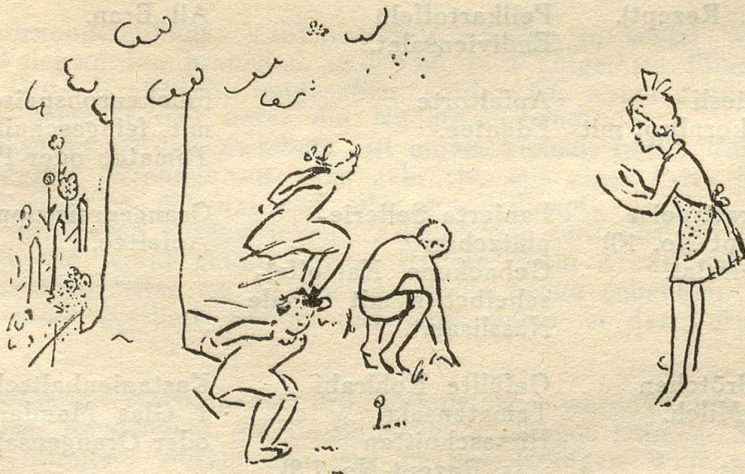
er ahmt dabei den Gang der Pinguinchen nach und diese müssen, sobald er zu singen beginnt, im gleichen Schritt ihre Wohnung verlassen. Keines darf am gleichen Platze bleiben.

Sobald der Skimann singt:

Drum ist der Skimann auf der Spur  
Und holt sie ein recht froh! —

eilt er in raschem Skilauf auf die Pinguinchen los und wenn er eines ausser dem Kreise erwischen kann, muss es als Gefangenes mit in sein Versteck. Es darf in einer Pinguinchenwohnung nie mehr als ein Pinguinchen sein. Das Spiel wiederholt sich so lange, bis nur noch ein Pinguinchen übrig bleibt. Dieses hat das Spiel gewonnen und darf Skimann sein.

### *Froschhüpfen.*



«Quack, quack, quack,  
Fröschelein hüpfet ab!»



Die Mitspielenden stellen sich in gerader Reihe auf einen Baumstamm oder einer Bank auf. Eines steht als Preisrichter abseits, klatscht in die Hände und singt:

«Quack, quack, quack,  
Fröschelein hüpfet ab!»

Die Fröschelein machen sich zum Sprunge bereit und hüpfen, sobald das Lied beendet ist, miteinander auf den Boden. Der Preisrichter stellt fest, wer am weitesten gesprungen ist und dieser tritt nun an seine Stelle und das Spiel beginnt von neuem.



Anleitung zu vegetarischer Halbrohkosternährung für eine Woche im Januar und Februar.

Morgenessen:	Mittagessen:	Nachtessen:
1. 1 Glas Mandarinchensaft u. Flockenmüesli Vollkornbrot u. Honig.	Vollkornnudelaufwurf Tomaten und Bohnensalat.	Gerstenpudding Orangencrème.
2. Eingeweichte Feigen Knäckebrot u. Nussa.	Kastanien in der Schale mit Rahm Apfelmüesli.	Vollreis mit Tomatenpulver Gemischte Salatplatte.
3. Eingeweichte Dörrobananen und Corn-Flakes (s. Rezept).	Gefüllte Tomaten mit Mayonnaise ohne Ei Pellkartoffeln Endiviensalat.	Fruchtsalat mit Mandelmilchsauce All Bran.
4. Birchermüesli Nussavollkornbrot mit Honig.	Apfeltorte Edentee.	Flockenrohspeise mit feingeschnittenen Tomaten oder Pilzen.
5. Flockenkraftspeise (s. Rezept No. 10) und Apfelsalat.	Panierte Sellerieplätzchen Gebackene Kartoffelscheibchen mit Schale Nüsslisalat.	Orangenreissuppe Apfeltee.
6. Belegte Brötchen 1 Tasse Milch.	Gefüllte Kohlrabi Tomatensalat Hirschnitten (s. Rezept No. 7/8).	Kastanienkaltschale 1 Glas Mandarinchens- oder Orangensaft.
7. Eingeweichte Kumpflaumen Pinienkernen Knäckebrot.	Datteltorte Hagenbuttentee.	Eingeweichte Aprikosen mit Kokosnussraspel und Haferbiskuits oder Vollkornzwieback.