

Nur nicht seinen Nebenmann ... *Neue Tischsprüche und -lieder*



JEDER ISST SO VIEL ER KANN, nur nicht seinen Nebenmann oder doch lieber die Raupe Nimmersatt? Falls Sie mal abwechseln möchten: Hier sind neue Tischsprüche, die Sie bestimmt noch nicht kennen.

■ von Tina Scherer

Lied zum Einsammeln der Kinder:

Drachen, Löwen und auch ich

- Melodie: Funkel, funkel, kleiner Stern (Sie können das Lied auch einfach als Spruch aufsagen)
- Besonderheit: langsam und einfach genug, damit die Kinder in Ruhe die Bewegungen mitmachen können
- *Bier ist spaßhaft gemeint, sie können es ersetzen durch Saft, Brot oder Ähnliches

Gulasch, Suppe oder Brei,
essen gibt's, kommt schnell herbei.
(*Winken/die Kinder herbeiwinken*)
Drachen, Löwen und auch ich,
möchten jetzt gern an den Tisch.
(*Laufen, zum Tisch oder auf der Stelle*)
Riesenhunger und auch Durst,
auf Pommes, Nudeln, Bier* und Wurst.
(*den Bauch reiben*)

Tischspruch bei Tisch:

Wer hat Hunger wie ein Bär?

- Besonderheit: kurz genug, damit auch jüngere Kinder mitsprechen können

Wer hat Hunger wie ein Bär?

(Kinder antworten lassen, beispielsweise laut „Ich!“ rufen, die Arme hochhalten)

Dann muss ganz schnell das Essen her.

Guten Appetit,
alle machen mit!

(alle geben sich die Hände und wünschen sich „Guten Appetit!“)

Tisch-Trommelspiel:

Falls das Essen mal auf sich warten lässt

Löwen kriechen durch Gras und Spinat,
am liebsten mögen sie Salat.

(mit den Händen auf dem Tisch laufen)

Schnecken lauern im Garten an Ecken,
lassen sich heute Braten schmecken.

(einen Finger über den Tisch ziehen)

Elefanten trippeln durch Blätter und Laub

Und fressen gern die Erdbeeren auf.

(mit den Fingerspitzen auf den Tisch klopfen)

Oder war das umgekehrt?

Egal, wir rufen: Essen her!

(laut auf dem Tisch trommeln)

In null komma nix:

Tischspruch für ganz wenig Zeit

Guten Appetit!

Alle essen mit.

Das Essen ist der Hit!

Rein damit!

Fünf hungrige Mäuse

Fingerspiel zum Hunger-Kriegen

Fünf Mäuse wollen gerne was fressen.

Laut rufen sie: „Her mit dem Essen!“

Die erste bindet ein Lätzchen um,
die zweite schlägt auf den Tisch: rum, bumbum.

Die dritte ruft: „Ich hätt Appetit!“

Die vierte meint, sie ist auch gerne mit.

Die fünfte ist schnell in die Küche geflitzt

Und hat sich ein Stückchen Käse stibitzt.

Warum Tischsprüche?

■ Zugegeben, manchmal kann es etwas ... nerven. Andererseits schaffen gerade gemeinsame Mahlzeiten Verbundenheit in der Gruppe. Mahlzeiten sind viel mehr als nur das Essen. Für Kinder unter drei Jahren erfüllen die Sprüchlein, Spiele oder Lieder eine wichtige weitere Funktion: Sie sind als kleine Rituale grundlegend für das Sicherheitsbedürfnis und das Selbstbewusstsein der Kinder. Durch die vielen Wiederholungen wirken sie beruhigend, suggerieren, dass alles in Ordnung und wie immer ist, verhelfen Kindern durch das baldige Selbst-Mitaufsagen-Können zu Selbstwirksamkeitserfahrungen und machen die Welt berechenbar. Wichtig ist darum, dass Sie einen Tischspruch oder ein Lied konkret auswählen und immer wieder und wieder verwenden – dieses und kein anderes, um diesen Effekt zu erreichen. Ändert sich die Zusammensetzung der Gruppe oder verlangen die Kinder selbst danach, könnte aber die Zeit für einen neuen oder weiteren Spruch gekommen sein.

