Skript Ferien am Ort 2010

„Selber Machen“

Inhaltsverzeichnis

1. Hintergrund des Themas „Selber Machen“

2. Ideensammlung

3. Literaturtipps

1. Hintergrund des Themas „Selber Machen“

Eigentlich kann man alles selber machen. Oder vielleicht doch nur fast alles. Keiner schnitzt sich wohl seinen Computer selbst. Obwohl? Jedenfalls hat der Mensch, als er die Weltbühne betrat, zunächst mal alles selber machen müssen. Die frühen Menschen waren Universalisten und mussten es sein.

Nach und nach kam es dann zu den ersten Spezialisierungen. Nicht jeder konnte Höhlen so schön ausmalen, wie die unbekannten Künstler von Lascaux oder Altamira vor 15.000 Jahren. Klar, jeder hat so seine Talente. Die Eine ist eine gute Jägerin, der Andere ein besserer Sammler. Der Eine kann aus einem Stück Holz ein schöneres Regal bauen, als Andere, die wiederum einen Garten viel besser zum Blühen bringen können, als sonst irgendwer.

Als die Stadt dann erfunden worden war, wurde alles nur noch von Handwerkern und anderen Spezialisten gemacht: Den Schmieden, Tischlern und Spielleuten, den Wirtinnen und Badern und wie sie alle hießen. Die konnten das Alles am Besten! Die umliegenden Bauern und Bäuerinnen schafften für die vielen hungrigen Mägen der Städter was zum Futtern herbei und tauschten auf dem Markt dafür ein, was sie sonst noch brauchten. Keiner machte mehr alles selbst, und so ist es bis heute geblieben.

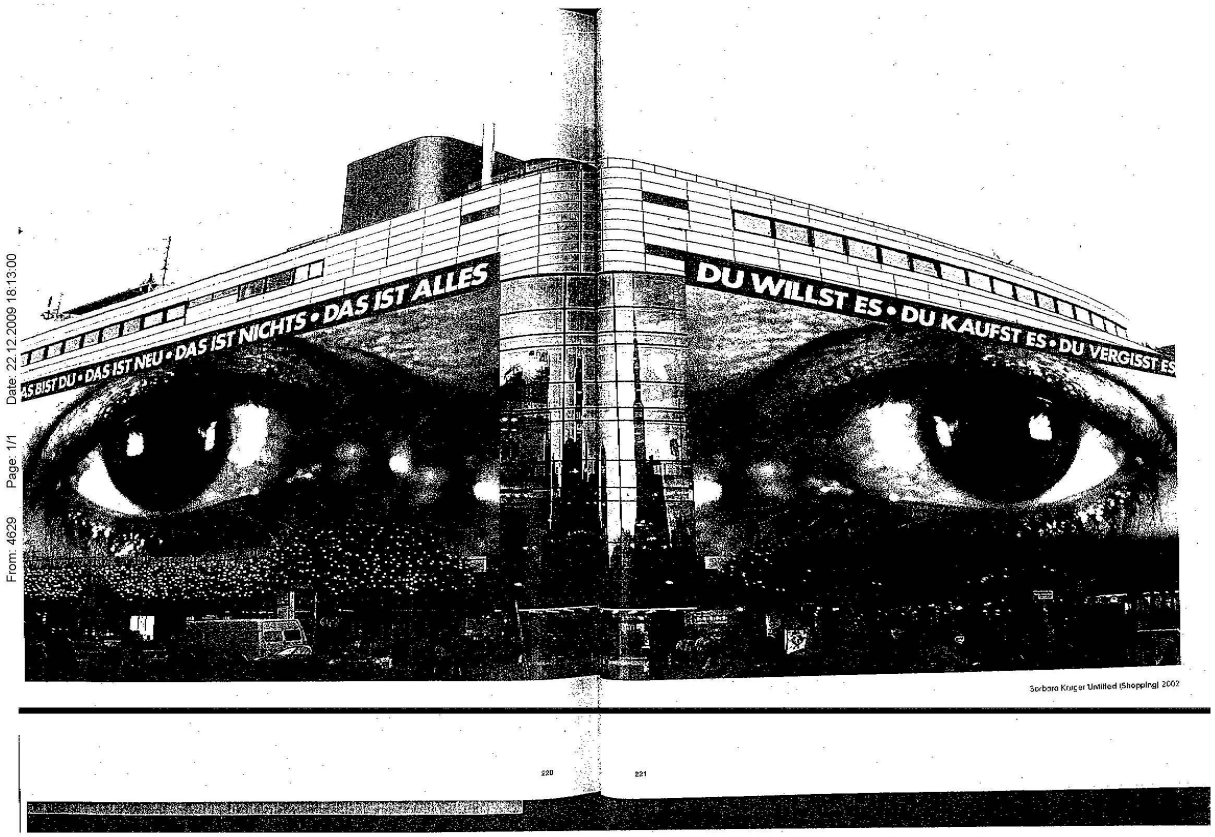
Beziehungsweise: Ein bisschen anders ist es seither schon geworden. Was wussten die früher von Atomkraftwerken, ICEs, H&M und was es heute sonst noch alles gibt? Die Tischler, Schmiede und Spielleute früher haben alles noch selbst gemacht. Heute machen das Industrieroboter, Prozessleitsysteme und Fernseher. Früher haben die Leute ihre Angehörigen selbst beerdigt, heute gibt es dafür Institute.

Eigentlich muss man gar nichts mehr selber machen. Alles gibt es zu kaufen, man braucht nur Geld genug! Und man muss natürlich auch in dem überbordenden Angebot etwas finden, <u>das</u> finden, das Seinige, Unverwechselbare, geschichtsfähige Eigene, und damit sind wir eigentlich wieder beim Selbermachen.

Selbermachen ist das Beste, was man machen kann. Natürlich ist das leicht gesagt, Essen, Wohnen, Mobilität, Freizeitgestaltung, all die Bedürfnisse, die wir haben, selber machen? Geht das überhaupt? Man muss es mal durchdeklinieren:

- **Essen selber machen:** *(siehe Ferien am Ort Schwerpunkt „Ernährung“)* Brot backen, Marmelade kochen, Essiggurken einlegen, Kräuteressig ansetzen etc.
- **Wohnen:** Mit etwas Hilfe kann überall billig eine schöne Hütte entstehen, für alles Mögliche. Zeltlagermobiliar lässt sich prima selber bauen, Bänke, Tische, ein Grill, eine Wasserstelle …. Geschirr töpfern, Löffelschnitzen…, mit den Kindern einen schönen Garten anlegen und möblieren;

- **Mobilität:** *(siehe Ferien am Ort Schwerpunkt „Mobilität“)* Rad statt Elterntaxe, Kanu- statt Dampfer fahren, ???
- **Klamotten:** *(siehe Ferien am Ort Schwerpunkt „Mode, Style, Trends“)* Stricken, Häkeln, Nähen, Schneidern, ein eigenes Modelabel entwickeln.
- **Freizeitgestaltung:**
  Theater spielen und Filme oder Hörspiele selber machen, statt Kino
  Musik machen, statt CDs kaufen, Tänze erfinden
  Musikinstrumente bauen und gemeinsam ausprobieren
  eigene Modenschau statt DSDS
  Spiele selber machen oder neue erfinden; Brettspiele …
  Sportgeräte selber bauen, Pfeil und Bogen …



Nachhaltigkeit hat sehr viel mit mehr Selbermachen zu tun:

- Was man selber gemacht hat, benutzt man viel länger. Man hängt daran einfach viel mehr, als an irgendetwas nebenbei beim Shopping Gekauftem. Das selbst gemalte Bild, das Original, ist einfach viel wertvoller, als der gekaufte Kunstdruck, das Plagiat. Selbermachen ist das Gegenteil von einfach Kaufen.
- Man geht viel bewusster und schonender mit Material um, wenn man alles selbst besorgen und verarbeiten muss. Man bekommt dann das Gefühl dafür,

wie viel Gramm Feldsalat man für 7 Personen braucht oder wie viel für Spargel satt. Dann bleibt auch nach dem Festschmaus nicht die Hälfte übrig und verdirbt, obwohl alle richtig satt sind.

- Selbermachen hilft auch, regionale Wertschöpfungskreisläufe neu zu etablieren und auszubauen. Zum Beispiel, wenn bei der Schulverpflegung gilt: Futtern wie bei Muttern statt Catering von „Apetito“. Lokale Ressourcen zu nutzen ist besonders nachhaltig. Reparieren und Aufpeppen statt Abwracken auch.

Selbermachen heißt, den Löffel in der Hand behalten und nicht gefüttert werden müssen. Selbermachen können kann schnell wieder zur Schlüsselqualifikation werden. Auf den Dörfern spürt man es bereits: Wenn die letzte Wirtschaft zugemacht hat, muss man eben wieder selber ausschenken, wenn die Leute zusammenkommen sollen. Es ist immer von Vorteil, viel selbst zu können. Solche Dörfer leben und entwickeln sich.

Ein gutes Beispiel ist „Ferien am Ort“. Ein so attraktives Ferienprogramm auf die Beine zu stellen, heißt vor allem es selber machen. Ohne die kreativen und tatkräftigen Aktiven und deren Engagement wäre in manchen Ferien nix mehr los. Ehrenamt heißt Selbermachen.

Jedenfalls: Selbermachen ist das Beste, was man selber machen kann: Es ist ungeheuer lehrreich, herrlich kreativ, Todfeind der Langeweile, gut für den Geldbeutel, noch besser für unseren ökologischen Fußabdruck auf unserer Erde und wirklich etwas ganz Eigenes, auf das man stolz sein kann, wenn das Werk gelingt.

Vor allem heißt selber machen sich selbst erfahren, entwickeln und wertschätzen. Eben: Das habe ich selber gemacht! Das ist echt! Das bin Ich! Das ist von mir!

2. Ideensammlung

Essen und Trinken

- Verkehrsschilder-Toast (mit Frischkäse und Himbeermark „bemalen“)
- Klassiker wie Ketchup mit natürlichen Zutaten selbst herstellen
- Milchshakes oder Früchteeis selbst machen

Spaß und Kreativität

- Musikinstrumente selbst basteln (z.B. Trommeln, Flaschenxylophon, Nussrassel)
- Schmuck oder Bilderrahmen basteln
- Seifen herstellen
- Modische Kleidung selbst bemalen

Natur erleben

- basteln mit Naturmaterialien
- einen Barfußpfad gestalten

Sport und Spiel

- Stelzen bauen (Dosenstelzen oder große Holzstelzen)
- ein Schattenspiel basteln
- Pustespiel *(s. Beispielsammlung)*
- Murmelspiele / Murmelbahnen
- ein Tastmemory mit verschiedenen, gut tastbaren Materialien basteln

Ausführliche Beispiele:

Trommeln selbst bauen

In Namibia ist die Trommel ein wichtiges Instrument. Sie wird zwar nicht mehr für die Nachrichtenübermittlung benötigt, jedoch viel bei Musik und Gesang. Die Trommeln sind aus Holz und oft kunstvoll geschnitzt. Wie ihr eine Trommel ganz einfach selber basteln könnt, ist hier beschrieben:

Material:

1 Blumentopf aus Ton (je größer der Topf desto besser der Klang)
1 Stück Leder (z.B. Fensterleder, Lederreste o.ä.)

Schnur oder dicke Wolle (eventuell farbig)
Schere
Locher oder Lochzange

So wird´s gemacht:

Zeichne auf das Leder einen Kreis, der so groß ist, wie die Öffnung des Blumentopfes plus ca. 5 cm Zugabe rundherum.
Mit dem Locher locht man am Rand das Leder in regelmäßigem Abstand (etwa alle 4 cm).
Achtung! das Leder nicht zu weit außen lochen, sonst reißt es beim Spannen ein.
Jetzt feuchtet man das Leder mit Wasser an und spannt es über den Blumentopf mit der Schnur.

Idee von http://www.heimwerker.de/heimwerker/service-lexika/bauplan-archiv/spiel-sport-und-freizeit/musikinstrumente.html

Pustespiel

Kräftiger Atem und Geschick sind erforderlich, um den Ball durch den Irrgarten ins Ziel zu bringen. Bastelt man zwei gleiche Spiele, kann man auf Kommando um die Wette pusten.

Material:

Umzugskarton, etwa 35x35 cm
Reste von Wellpappe, Papierreste, dünner Karton
Papierrollen (von Klopapier)
Bleistift
Lineal
Bastelmesser, Schere
Klebstoff
Farben (Plaka-, Cromar-, Wasserfarben)
Tischtennisball

So wird´s gemacht:

Wir schneiden mit dem Bastelmesser den Boden des Kartons ab und lassen dabei ringsherum die Seitenwände 5cm hoch stehen. Dann skizzieren wir das Labyrinth auf den Karton. Mit den Papp- und Papierresten werden dann verschiedene „Hindernisse“ aufgeklebt.

Sockentiere

Mit alten Socken und Filzresten kann man tolle Sockentiere basteln und mit diesen kleine Theaterstücke aufführen.

Bilderrahmen

Damit niemand aus dem Rahmen fällt…

Material pro Kind:

6 Holzspateln (gibt es in der Apotheke)
Klebstoff
Farben zum Anmalen

So wird´s gemacht:

Wir kleben die Spateln als Rahmen zusammen. Fotografien oder Bilder können nun von der Seite her in den Rahmen geschoben und jederzeit wieder ausgetauscht werden. Jedes Kind darf seinen Rahmen bemalen und gegebenenfalls noch lackieren.

Hanteln im Eigenbau

Material:

2 alte Tennisbälle
4 Tassen Gips
Wasser
einen dicken Ast
ein Messer

So wird´s gemacht:

Mit dem Messer werden in die beiden Tennisbälle 2 Löcher geschnitten, die etwas kleiner sein sollten als der Ast dick ist. Nun rührt ihr 2 Tassen Gips an und füllt diese in die Öffnung von Tennisball Nr. 1. Jetzt schnell den Ast in Tennisball Nr. 1 drücken. Wenn der Gips in Tennisball Nr.1 hart ist, rührt ihr den anderen 2 Tassen Gips an und füllt diesen in Tennisball Nr. 2. , schnell den Ast mit Tennisball Nr.1 kopfüber in Tennisball Nr. 2 stecken. Viel Spaß beim Training. Übrigens kann man zur Not auch Puddingbecher statt der Tennisbälle nehmen. Natürlich reicht es auch Bücher zu stemmen, oder Mutter beim Einkauf zu helfen, oder...

Idee von http://www.kidsweb.de/basteln/hanteln.htm

Schneller Tzatziki-Quark

Zutaten für 4 Portionen:
250 g Quark / Magerquark
150 g Naturjoghurt
25 g Sahne
Salz und Pfeffer
3 Zehen Knoblauch
2 Gewürzgurken
200 g Salatgurken
Schnittlauch / Dill (tiefgekühlt oder frisch)
Knoblauchpulver

Zubereitung:
Quark mit dem Naturjoghurt, der Sahne und den Gewürzen verrühren. Knoblauch pressen und zu dem Quark geben. Gewürzgurken sehr fein hacken und untermischen. Salatgurke schälen, halbieren, Kerne herausschaben und die Gurke raspeln. Unter den Quark ziehen. Kräuter untermischen. Eventuell noch mal mit Pfeffer und Knoblauch abschmecken.

Zubereitungszeit: ca. 15 Min.

www.chefkoch.de

Thunfisch-Dip

Zutaten für 4 Portionen:
1 gr. Dose Thunfisch
1 Pck. Frischkäse
etwas Pfeffer

Zubereitung:
Den Thunfisch abtropfen lassen und mit dem Frischkäse verrühren. Mit Pfeffer noch abschmecken, fertig ist der Party-Dip.

Zubereitungszeit: ca. 10 Min.

www.chefkoch.de

Dip „Bombay“

Zutaten:
2 mittelgroße Äpfel
2 Becher (je 150 ml) Creme fraîche
4 EL Milch
2 TL Currypulver
etwas Salz
gemahlener Pfeffer

Zubereitung:
Äpfel schälen, vierteln, entkernen und auf einer Reibe fein raspeln. Mit Creme fraîche, Milch und Currypulver vermischen. Zum Schluss mit ganz wenig Salz und etwas Pfeffer abschmecken.

Cremiger Tomaten-Dip

Zutaten für 10 Portionen:
300 g Frischkäse mit Kräutern
250 g Kräuterquark
1 Tube Tomatenmark
½ Packung Tomaten, gestückelt
2 Zehen Knoblauch, gedrückt, oder 2 TL Knoblauchpulver

1 EL italienische Kräuter bzw. Pizzagewürz oder frisches Basilikum und Oregano
1 TL Salz
¼ TL Pfeffer
n.B. Zucker
etwas Sahne oder Milch bzw. Mineralwasser
einige geröstete Pinienkerne zum Dekorieren

Zubereitung:
Den Kräuterfrischkäse mit Kräuterquark und Tomatenmark cremig rühren. Alle Kräuter und Gewürze zugeben und kräftig abschmecken. Nach Belieben die Konsistenz der Creme noch mit einem Schuss Sahne oder Milch bzw. Mineralwasser anpassen. Mit Pinienkernen dekoriert servieren. Sofort zum Verspeisen geeignet, kann man aber auch problemlos ca. 4-5 Stunden vorher zubereiten. Dazu Brot oder Gemüse zum Dippen reichen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Min.

3. Literaturtipps

Spielen und lernen in Kindergarten und Familie
Velber Verlag 1999 ISBN 3-473-35349-3

Kochen ist keine Zauberei
Christine Keil, Bernhardt Link, Loewe Verlag
ISBN 978-3-7855-5991-8

Koch's nochmal Mama
Cornelia Trischberger, GU Verlag ISBN 3-7742-6630-1

Der große Ravensburger Bastelschatz
2008 Ravensburger Buchverlag ISBN 978-3-473-55643-4

Das neue große farbige Bastelbuch
Vehling Verlag ISBN

Naturwerkstatt Landart
Andreas Güthler, Kathrin Lacher, 2005 AT Verlag Baden und München
ISBN 978-3-85502-883-2

Den Wald erleben mit Kindern
Rudi Nützel, Südwest Verlag GmbH München
ISBN 3-517-07650-3

Heut bau ich einen Hampelmann
Brigitte Höfler, Petra Simm, Delphin Verlag ISBN 3-625-20253-0

Basteln für Groß und Klein
Christophorus im Herder Verlag, ISBN 3-419-53284-9

Mit Schere, Kleister und Papier
Edition Aktuell GmbH
ISBN 3-924456-83-6

Stoffmalideen für Kinder
Martina Schröder, Marion Vogel, frechverlag Stttgart
ISBN 978-3-7724-3700-7

Falten und Spielen
Susanne Stöcklin-Meier
ISBN 978-3-466-30750-0

Das große farbige Bastel- und Werkbuch
Dieter Rex, Falken Verlag

!!! Auf www.sportjugend.de findet ihr unter der Rubrik „Downloads > Ferien am Ort" zahlreiche Informationen zu Organisatorischem und zu den Modulen !!!