

Einführungsgeschichte „Frühling“:

KRÜMEL UND KLECKSI BEIM BÄCKER



ABLAUF:

Bitte beziehen Sie die Kinder in die Geschichte ein:
Es gibt Fragen an die Kinder.

Immer wenn das Zeichen kommt, heißt das, die Kinder stehen auf und laufen wie Krümel und Klecksi, mit kleinen Tippelschritten wie Krümel oder hüpfen auf einem Bein wie Klecksi, einmal um den Stuhl herum. Die Krümel rufen dabei „Krr, krr“ und die Klecksis „Platsch, platsch“.

Info

VORBEREITUNG: Stuhl-/Sitzkreis

ANZAHL DER KINDER: Gesamt- und Kleingruppe

DAUER: 20 - 40 Minuten

LERNERFAHRUNGEN: Frühstücksgewohnheiten beschreiben, Brotsorten kennenlernen, nach einer Geschichte bestimmte Bewegungen ausführen

KRÜMEL UND KLECKSI BEIM BÄCKER

H „Hallooo Klecksi, steh endlich auf! Die Sonne scheint!“, ruft Krümel laut und macht krr krr. Er ist schon fertig angezogen und zieht dem Langschläfer Klecksi die Decke weg. Es ist jeden Morgen das Gleiche. Es dauert eine Weile bis Klecksi gewaschen und angezogen endlich in der Küche steht und mit Krümel den Frühstückstisch decken will. Klecksi öffnet noch etwas verschlafen den Kühlschrank und holt alles heraus, was er so gerne zum Frühstück isst.

Frage an die Kinder: Was kann das alles sein?
Was esst ihr denn gerne zum Frühstück?

Er stellt alles auf den Frühstückstisch. „Bevor wir den Tee kochen, lass uns schnell zu Frau Mehl gehen!“, bestimmt Klecksi. Frau Mehl ist die Frau in der Bäckerei am Ende der Straße. Sie redet immer etwas laut, hat eine riesige Goldbrille mit vielen kleinen funkelnden Steinen und ganz viele Haare, die sie zu einem hohen Turm auf ihrem Kopf zusammengesteckt hat. Die beiden mögen Frau Mehl.

„Mensch, ist das warm!“, ruft Klecksi aus, als sie die Straße zur Bäckerei heruntergehen. Nein, sie gehen eigentlich nicht. Krümel tippelt mit vielen kleinen Schritten und dabei macht es krr, krr. Klecksi hüpfet mit seinen langen Beinen und es macht platsch, platsch.

„Es wird endlich Frühling“, sagt Krümel „und in ein paar Wochen ist dann alles wieder grün.“ „Grün?“, fragt Klecksi. „Ja, alles ist doch dann grün!“, antwortet Krümel. „Oder gelb oder rot oder einfach bunt“, ruft Klecksi seinem Freund entgegen und macht noch mal kräftig platsch, platsch.

„Was redet ihr denn da für ein Durcheinander?“, fragt Frau Mehl, als die beiden die Türe aufstoßen und bereits im Laden stehen. „Es wird doch Frühling Frau Mehl, oder? Und dann wird alles grün, oder?“, fragt Krümel „Oder bunt?“, poltert Klecksi.





„Grün oder bunt, Hauptsache es wird warm!“, entgegnet Frau Mehl mit einem breiten Lachen. „Was wollt ihr denn heute? Wieder die Brötchen?“ Dabei zeigt sie auf die ganz Hellen. „Nein, heute wollen wir mal etwas Buntes“, ruft Klecksi. „Es wird ja jetzt Frühling!“ „Bunte Brötchen habe ich nicht, aber es gibt alle möglichen Sorten, dunkle, helle, ohne oder mit Körnern“, ruft Frau Mehl mit ihrer kräftigen Stimme in den Laden.



„Ja, stimmt!“, staunen die beiden und starren auf die vielen Kisten mit Brötchen. „Wie schmecken die denn?“, will Krümel gleich wissen. „Na, auf jeden Fall nicht langweilig“, entgegnet Frau Mehl und hält den beiden einen Teller mit klein geschnittenen dunkelbraunen, mittelbraunen und hellbraunen Brotstückchen vor die Nase.

„Riecht mal! Läuft euch nicht das Wasser im Mund zusammen? Probiert ruhig einmal! Und hier schaut mal, die Brötchen mit den Körnern oben darauf, die sind was für starke Krümel, wie Du einer bist, und diese hier mit den Körnern darin sind etwas für dich, Klecksi.“

Die beiden machen  krr, krr und platsch, platsch und rufen wie aus einem Mund: „Wir nehmen von jedem eins mit und probieren sie.“ Klecksi und Krümel nehmen die große Tüte mit Brötchen und rufen Frau Mehl von der Türe aus zu: „Wir erzählen Ihnen morgen, welche Brötchen uns am besten geschmeckt haben!“



Tipp

Brot und Brötchen können ganz unterschiedlich aussehen und schmecken. Machen Sie mit den Kindern einen Geschmackstest mit verschiedenen Brot- oder Brötchensorten (siehe Aktion „Brote schmecken“).

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern, für Bau
und Heimat

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Wahrnehmungsspiel und Vielfalt der Lebensmittel:

BROTE SCHMECKEN



ABLAUF:

Die Kinder betrachten die Auswahl und beschreiben wie die Brote aussehen. Jedes Kind probiert ein Stückchen von jeder Sorte. Fordern Sie die Kinder dabei auf, intensiv zu kauen und festzustellen, was im Mund passiert: Wie verändert sich der Geschmack des Brotes durch das intensive Kauen?

Die Kinder bewerten den Geschmack der verschiedenen Brotsorten mit Hilfe folgender Fragen: Wie sieht es aus? Wie riecht es? Wie schmeckt es? Wie ist die Beschaffenheit? Die Kinder nennen ihren Favoriten. Anschließend kosten die Kinder mit geschlossenen oder verbundenen Augen eine Brotsorte und versuchen zu erschmecken, welches Brot sie gegessen haben.

ANREGUNG FÜR DEN ABLAUF MIT JÜNGEREN KINDERN:

Die Kinder kosten alle Brotsorten, die angeboten werden und benennen ihren Favoriten.



Info

VORBEREITUNG: Es werden verschiedene Brot- bzw. Brötchensorten in kleine Stücke geschnitten und in Körben in Form einer „Brotbar“ angeboten.

ANZAHL DER KINDER: Gesamtgruppe

DAUER: 30 Minuten

ZUTATEN: Mindestens 3 verschiedene Brotsorten (z.B. Weißbrot oder Toast, Roggenvollkornbrot, Schwarzbrot)

LERNERFAHRUNGEN: Geschmacksunterschiede verschiedener Brotsorten kennenlernen, Geschmacksinn sensibilisieren



Tipp

- Das Brot schmeckt durch intensives Kauen süß, weil sich die Stärke im Getreide zu Glucose (Zuckermoleküle) verwandelt.
- Bei vielen Kindern sind Brote, die keine sichtbaren Körner enthalten, beliebter als die kauintensiveren Körnerbrote. Vollkornbrot ist immer aus dem ganzen Korn gebacken, ob das Korn fein oder grob gemahlen wurde spielt keine Rolle.
- Beim Backen von Brot, Plätzchen oder Pfannkuchen können Sie helles Mehl mit Vollkornmehl mischen und so eine leckere Alternative ausprobieren. Auch Nudeln können bunt gemischt werden, sodass der Vollkornanteil kaum auffällt.



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Experiment und Herkunft der Lebensmittel:

GETREIDE PFLANZEN



ABLAUF:

Anhand von Bildern und Getreideähren erklären Sie den Kindern was Getreide ist, wie es wächst, wie die Körner an der Ähre und als einzelne Körner aussehen. Mit Hilfe von Becherlupen nehmen sie die Körner selbst unter die Lupe.

Anschließend säen die Kinder Weizen in einem Blumentopf aus. Jedes Kind füllt den Blumentopf bis 3 cm unter den Rand mit Erde, streut die Weizenkörner auf die Erde und drückt sie etwas hinein. Die Weizenkörner werden nun mit etwas Erde bedeckt und mit Wasser befeuchtet. Mit einem Zeichen kennzeichnet jedes Kind seine Pflanze. Die Blumentöpfe werden an einem hellen, warmen Ort (z.B. auf der Fensterbank) aufbewahrt und feucht gehalten.

In den nächsten zwei Wochen beobachten die Kinder regelmäßig das Wachstum. Wenn 2 bis 3 Blätter gewachsen sind, können die Pflanzen im Freien in ein Beet oder in einen großen Topf gepflanzt werden. Gegossen werden sie nur, wenn die Erde trocken ist. Hat sich die grüne Ähre goldgelb gefärbt kann sie geerntet werden.



Info

VORBEREITUNG: Saatgut besorgen (beim Bauern, im Supermarkt, Reformhaus oder Bioladen), jedes Kind bringt ein Blumentöpfchen zum Anziehen der Pflanze mit, Blumenerde einkaufen, Raum zum Pflanzen vorbereiten

ANZAHL DER KINDER: Kleingruppen

DAUER: 30 Minuten, Wachstumsphase ca. 4 Monate, regelmäßige Pflege

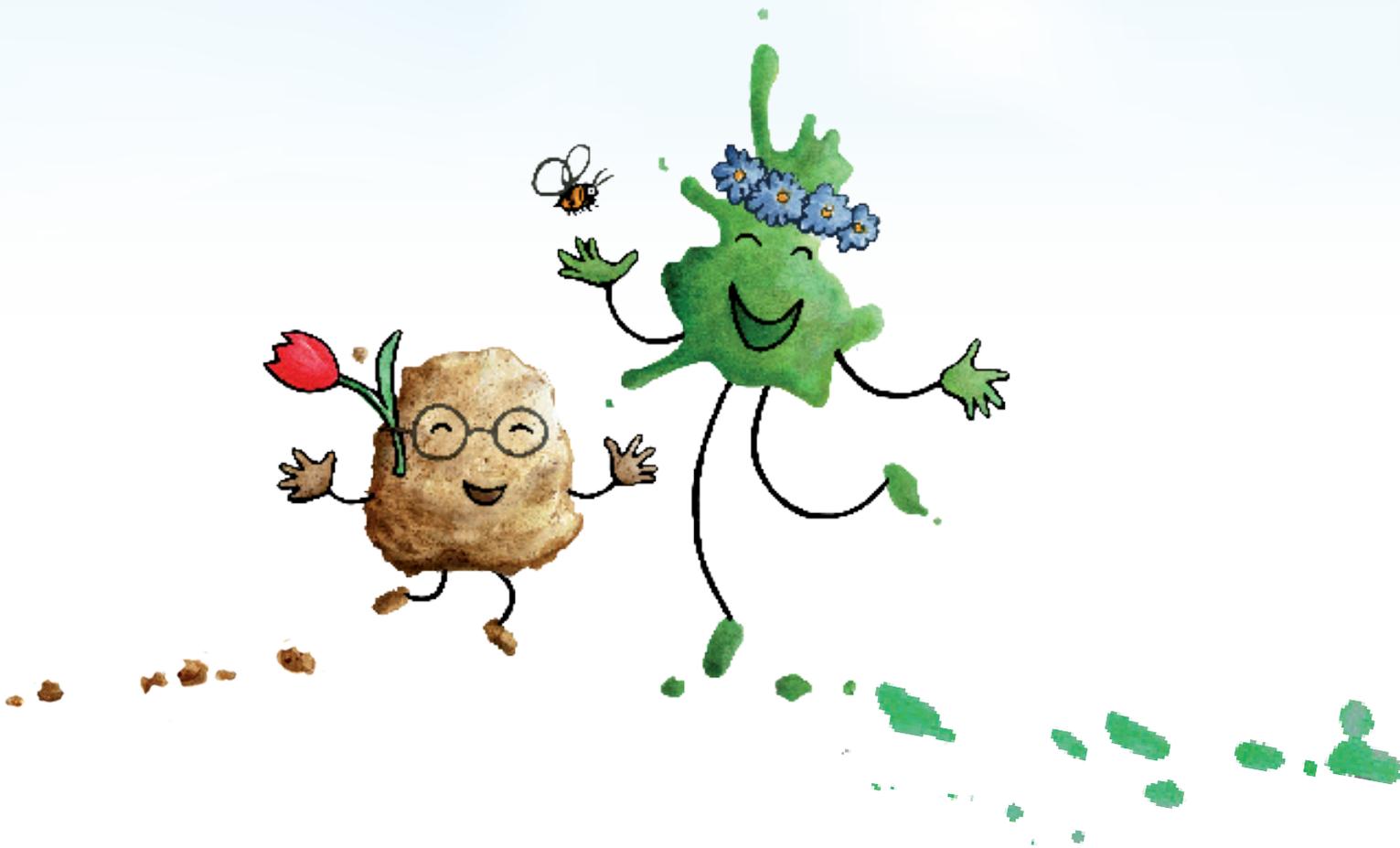
MATERIALEN: Getreideähren und/oder Bilder von Getreide, Zeitung oder Folie zum Auslegen, Schaufel, Blumentöpfe, Schere, Erde, Wasser, eine Handvoll Weizen, Stifte/Farbe zum Kennzeichnen

LERNERFAHRUNGEN: Wachstum beobachten, Pflege von Pflanzen, was benötigt sie zum Wachsen, woher kommen Brot und Brötchen

Tipp

- Die Kinder verarbeiten Getreide: z.B. Flocken quetschen, schroten oder mit Hilfe von Mühlen (Getreidemühle oder alte Kaffeemühle) Mehl mahlen. Dabei kann der Unterschied zwischen Vollkornmehl und Weißmehl erläutert werden.
- Besprechen Sie mit den Kindern, welche verschiedenen Lebensmittel aus Getreide hergestellt werden (Brot, Nudeln, Brei, Gebäck, Kuchen, Müsli) und welche verschiedenen Getreidearten es gibt (Gerste, Weizen, Roggen, Hafer, Hirse, Reis, Dinkel).
- Popkorn herstellen oder Amaranth poppen lassen ist sehr eindrucksvoll und macht Spaß. Gepopptes Amaranth ist lecker als Zutat im Müsli.





Gefördert durch:



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern, für Bau
und Heimat

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

verbraucherzentrale

Würfelspiel und Herkunft der Lebensmittel:

DIE KÖRNERREISE



ABLAUF:

Die Kinder bekommen jeweils eine Spielfigur zugeordnet und die jüngste Person beginnt.

Es wird die Augenzahl des Würfels vorgerückt. Kommt ein Kind auf ein blaues Spielfeld, so muss es eine kleine Aufgabe erfüllen. Lesen Sie die jeweilige Aufgabe vor.

Die Aufgaben sind:

Nr. 5: Im Frühjahr sät der Bauer das Getreide. Laufe einmal quer durch den Raum, und sähe aus einer Schüssel das Korn aus.

Nr. 8: Aus den Körnern wachsen Getreidekeime und später Ähren. Es dauert ein paar Monate: Setze eine Runde aus.

Nr. 12: Es ist Sommer und das Getreide leuchtet schon von Weitem gelb. Dir ist ganz warm. Laufe einmal quer durch den Raum und gieße das Korn mit deiner Phantasiegießkanne.

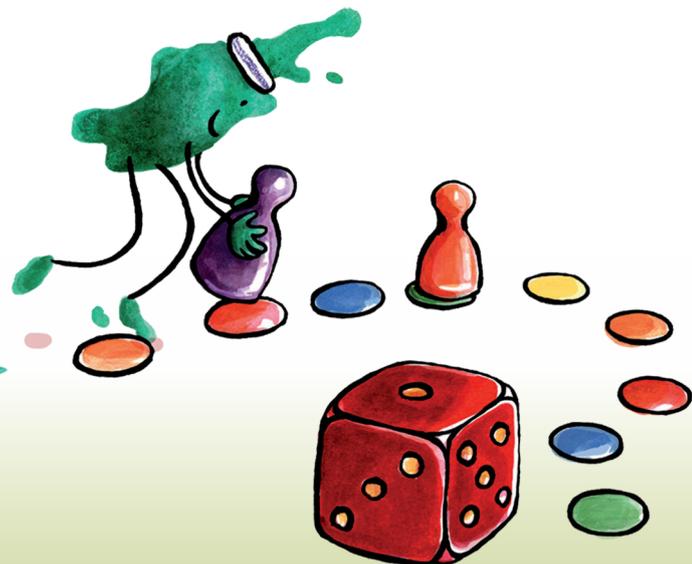
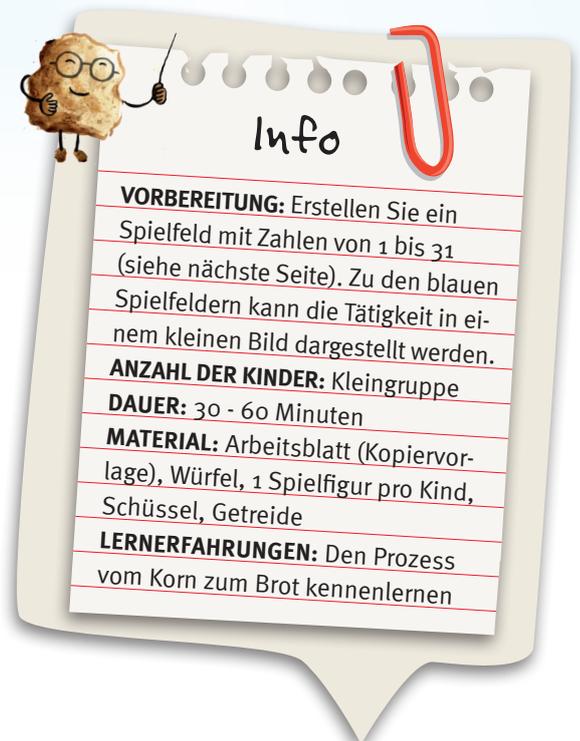
Nr. 16: Das Getreide wird geschnitten und anschließend gedroschen. Die Körner werden so aus der Ähre herausgelöst und in großen Säcken gesammelt. Früher gab es keine Maschinen, da wurde alles mit der Hand gemacht. Das ist schön anstrengend: Mache fünf Kniebeugen.

Nr. 22: Der Bauer hat die großen Säcke mit Körnern zur Mühle gebracht. Der Müller mahlt aus den Körnern Mehl. Deine Zähne malen auch wie Mühlsteine. Beiße einige Male aufeinander.

Nr. 25: Der Bäcker backt daraus Brot und viele andere Sachen. Erzähle, was ist dein Lieblingsbrot? Wie sieht es aus und wie schmeckt es?

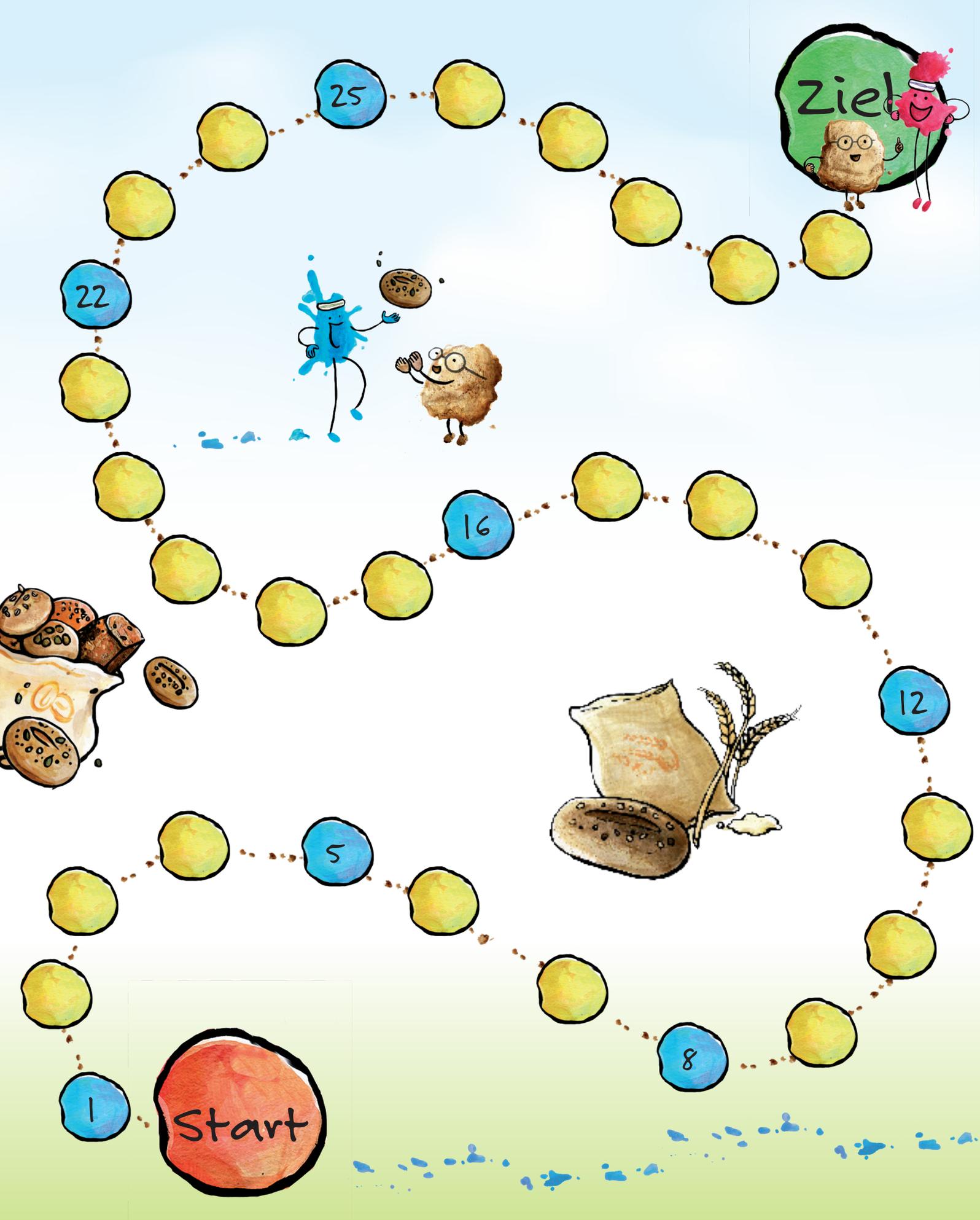
Nr. 31 Ziel: Du stehst in der Bäckerei. Dort gibt es Brot. Kennst du drei weitere Dinge, die man aus Mehl machen kann?

Wer zuerst ins Ziel kommt und die Aufgaben erfüllt hat, gewinnt.



Tipp

Spielfeld im Freien mit Kreide auf den Boden malen.
In einer Kleingruppe als Tischspiel und als Bewegungsspiel mit der Gesamtgruppe spielen.



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Quelle: Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung, www.bzfe.de

verbraucherzentrale

Frühstücksanregung und Mahlzeitenzubereitung:

BROTAUFSTRICHE – HERZHAFTE UND SÜSS



ABLAUF:

Für ein gemeinsames Frühstück können Sie mit den Kindern selbstgemachte Brotaufstriche zubereiten. Und so gehts:

Kräuterquark

- Quark und Joghurt zu einer glatten Masse verrühren.
- Kräuter waschen, klein schneiden oder hacken und unter den Quark geben.
- Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Quark in einer Schüssel anrichten.

Fruchtaufstrich

- Trockenfrüchte in Stücke schneiden.
- Mit dem Saft oder Wasser bedeckt ein paar Stunden quellen lassen.
- Pürieren.
- Nach Belieben mit frischen Früchten mischen.

ANREGUNG FÜR DEN ABLAUF MIT JÜNGEREN KINDERN:

Kräuter bereits im Vorfeld klein schneiden. Die Kinder fügen sie der Creme hinzu.

Info

VORBEREITUNG: Es werden verschiedene Brotsorten in kleine Stücke geschnitten und in Körben in Form einer „Brotbar“ angeboten.

ANZAHL DER KINDER: in Kleingruppen zubereiten

DAUER: Einweichen der Trockenfrüchte: einige Stunden, Zubereitung: 25 Minuten

MATERIAL: Rührschüsseln, Schneidebrett, Küchenmesser, Abfallschüssel, Schneebesen, Pürierstab, Teelöffel, kleine Schüssel, großer Löffel

LERNERFAHRUNGEN: Brotaufstrich selber zubereiten, in der Gemeinschaft essen

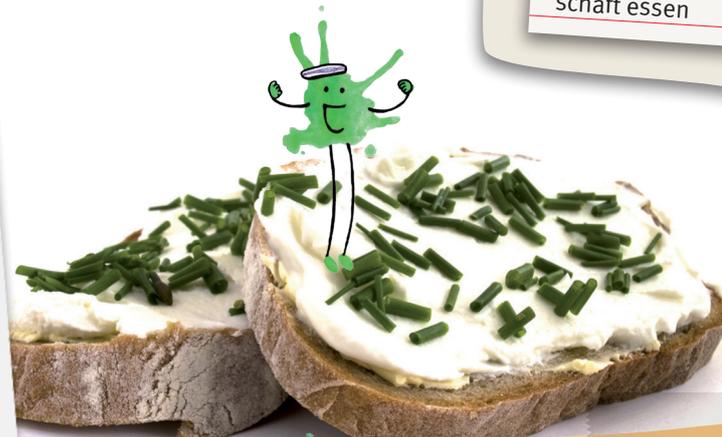
Zutaten:

Kräutercreme:

- 250 g Magerquark,
- 250 g Naturjoghurt,
- 1 Bund frische Kräuter wie Petersilie, Schnittlauch oder Dill
- 1 Prise Jodsalz, Pfeffer,

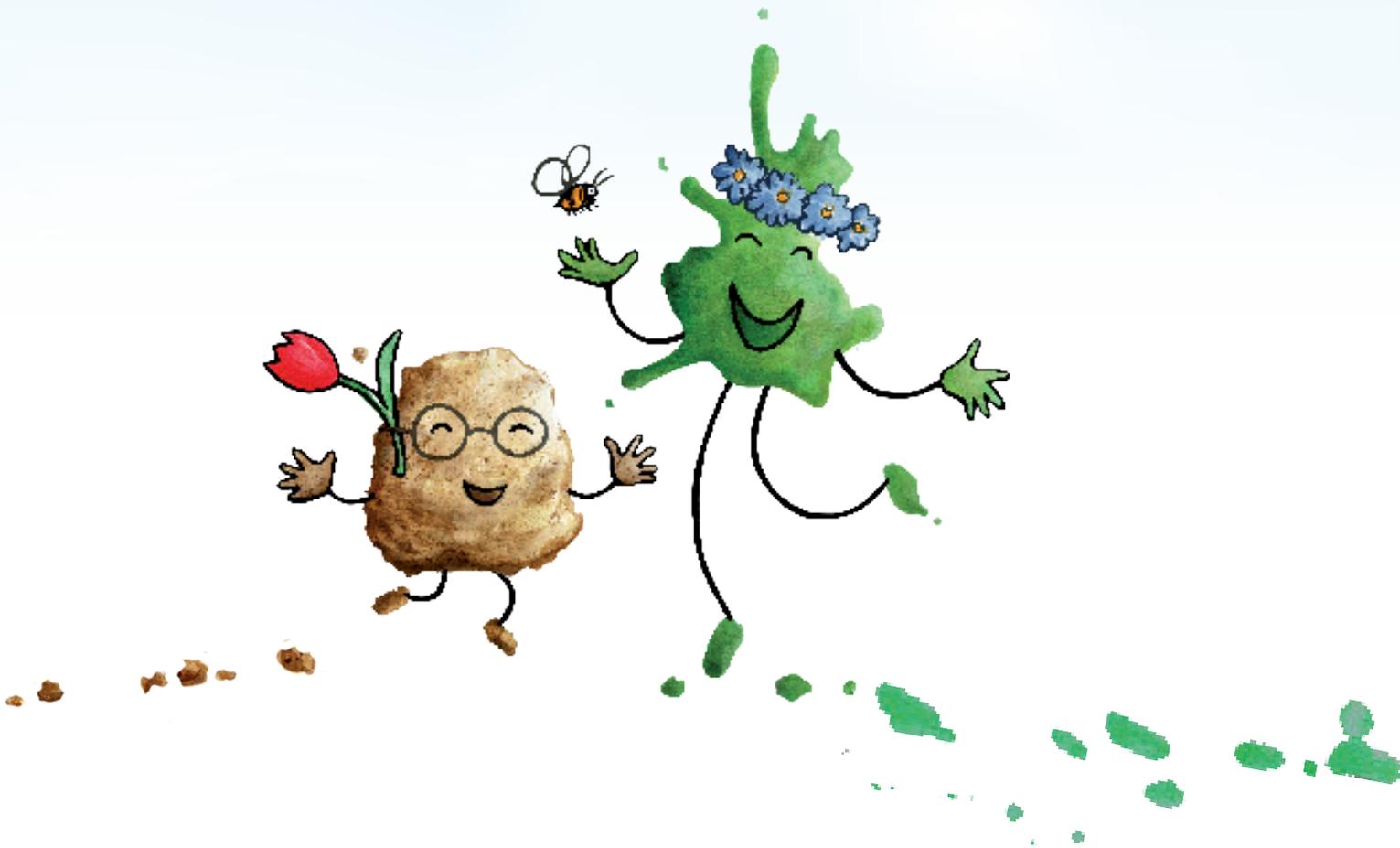
Fruchtaufstrich:

- 250 g Trockenfrüchte,
- 250 ml Fruchtsaft oder Wasser,
- evtl. frische Früchte



Tipps

- Besprechen Sie mit den Kindern die verwendeten Kräuter. Sie riechen an ihnen, zerreiben sie zwischen den Fingern und riechen wieder an Ihnen.
- Wenn Sie zur Herstellung des Fruchtaufstriches frische und getrocknete Früchte (z.B. Aprikosen) verwenden, erkunden Sie mit den Kindern die äußeren und geschmacklichen Unterschiede.
- [Hier](#) finden Sie weitere tolle Rezepte für herzhaft und süße Brotaufstriche



Gefördert durch:



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern, für Bau
und Heimat

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

verbraucherzentrale

Frühstücksanregung und Mahlzeitenzubereitung:

BUNTE BROTGESICHTER



ABLAUF:

Ein selbstgestaltetes Brotgesicht mit frischem Gemüse und Obst, ist eine ideale Abwechslung zum Frühstücksbrot. Und so gehts:

- Das Gemüse waschen, abtrocknen, in Streifen oder Scheiben schneiden und in Schüsseln geben.
- Eine Scheibe Brot mit Quark oder Frischkäse bestreichen und mit Käse belegen.
- Mit den Gemüsestreifen und -scheiben ein Gesicht mit Augen, Nase, Mund und Ohren auf die Brotscheibe legen.
- Zum Schluss mit Petersilie oder Schnittlauch Haare gestalten.

Vor dem Essen können alle Gesichter fotografiert werden und als Erinnerung auf einem Plakat im Flur oder Gruppenraum aufgehängt werden. Vielleicht fallen den Kindern lustige Namen für ihre Brotgesichter ein.

ANREGUNG FÜR DEN ABLAUF MIT JÜNGEREN KINDERN:

Beim Belegen der Brote können die älteren Kinder den kleineren helfen.

Info

VORBEREITUNG: Arbeitsplatz vorbereiten, Material bereitlegen

ANZAHL DER KINDER: Kleingruppen

DAUER: 30 Minuten

MATERIAL: Schneidebrett, Küchenmesser, Abfallschüssel, Sparschäler, Teller oder Schälchen, Messer, Küchenschere, großer Teller oder Platte

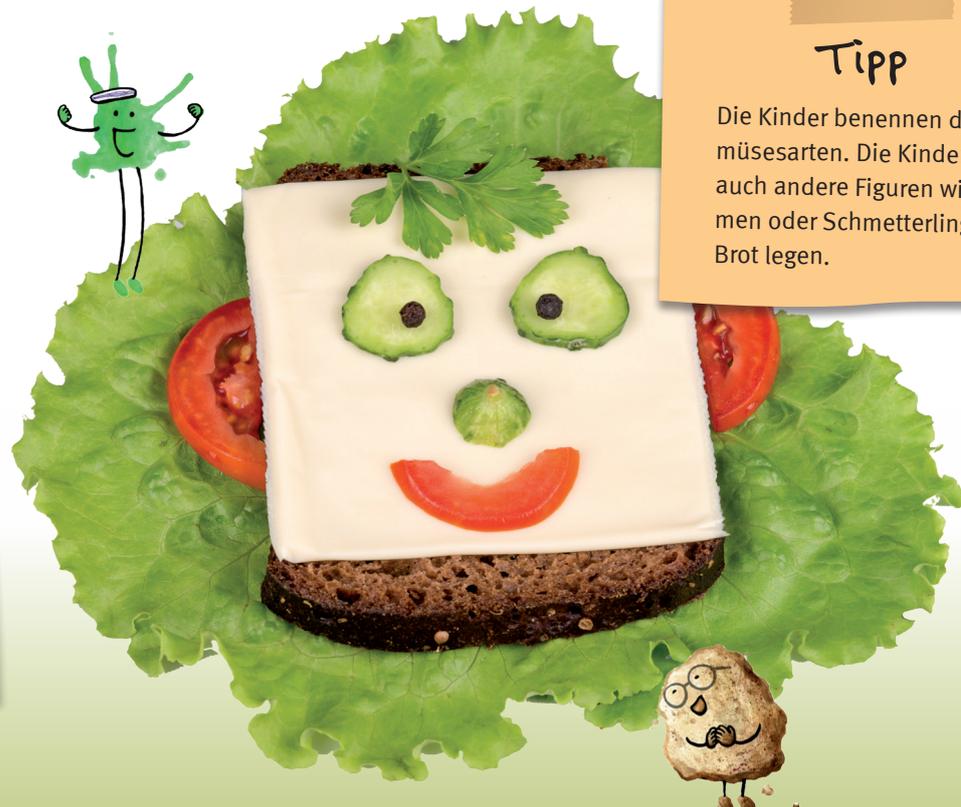
LERNERFAHRUNGEN: Kreative Pausenbrote aus verschiedenen Lebensmitteln zubereiten, in der Gemeinschaft essen

Tipp

Die Kinder benennen die Gemüsesorten. Die Kinder können auch andere Figuren wie Blumen oder Schmetterlinge aufs Brot legen.

Zutaten:

Verschiedene Vollkornbrotsorten, verschiedene Sorten Käse, Frischkäse und/oder selbst gemachten Kräuterquark, Möhren, Paprika, Salatgurke, Tomaten, Salat, Oliven, Schnittlauch, Petersilie





Gefördert durch:



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



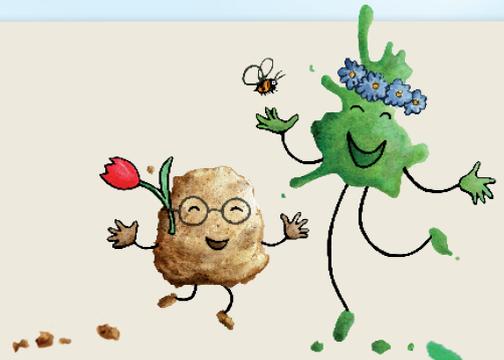
Bundesministerium
des Innern, für Bau
und Heimat

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

verbraucherzentrale

Frühstücksanregung und Mahlzeitenzubereitung:

FRÜHSTÜCKSSPIESSE



ABLAUF:

Frische Frühstücks-Spieße können die Kinder je nach Geschmack und Saison selber zusammenstellen. Und so gehts:

- Vollkornbrote mit Frischkäse bestreichen und zusammenklappen.
- Brot in Würfel schneiden.
- Gemüse putzen, waschen und in mundgerechte Stücke schneiden.
- Obst waschen, klein schneiden, mit etwas Zitronensaft beträufeln, damit es nicht braun wird.
- Käse würfeln.
- Brotwürfel, Obst- und Gemüsewürfel abwechselnd auf die Spieße stecken.

ANREGUNG FÜR DEN ABLAUF MIT JÜNGEREN KINDERN:

Gemüse und Brot bereits im Vorfeld schneiden. Die Kinder spießen je nach Belieben die Lebensmittel auf.

Info

VORBEREITUNG: Arbeitsplatz vorbereiten, Material bereitlegen

ANZAHL DER KINDER: Kleingruppen

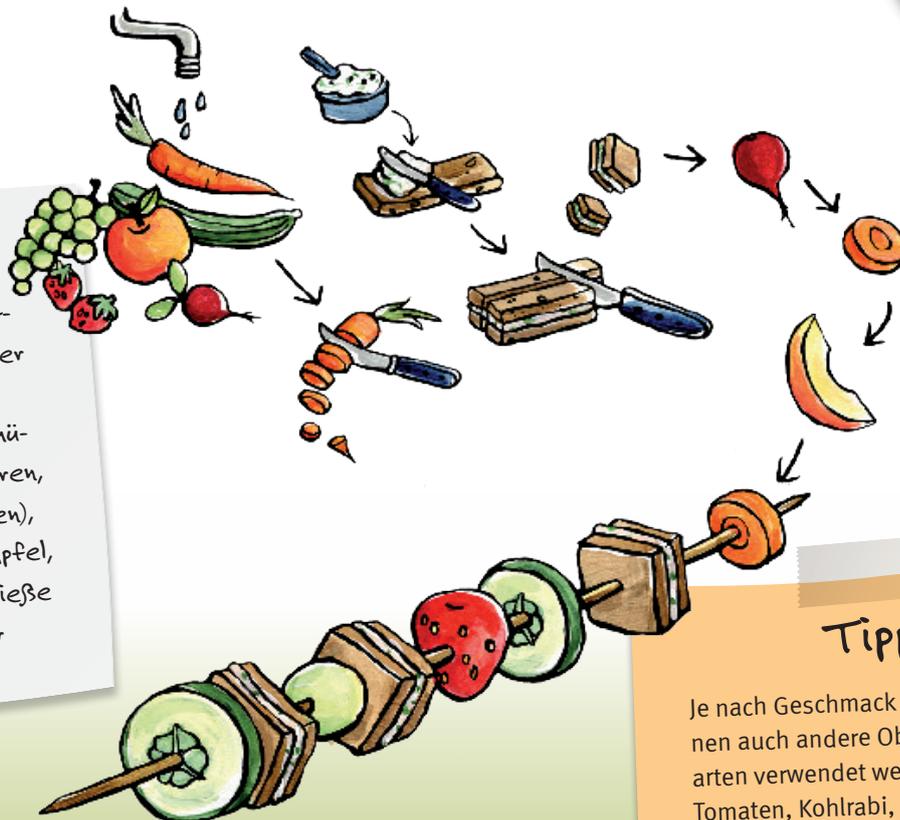
DAUER: 25 Minuten

MATERIAL: Schneidebrett, Küchenmesser, Abfallschüssel

LERNERFAHRUNGEN: Zubereitung eines Pausenspießes aus verschiedenen Lebensmitteln, in der Gemeinschaft essen

Zutaten:

Vollkornbrot, Schnittkäse, Frischkäse oder selbst gemachten Kräuterquark, Gemüse der Saison (Möhren, Radieschen, Gurken), Obst der Saison (Äpfel, Erdbeeren), Holzspieße oder Zahnstocher



Tipp

Je nach Geschmack und Saison können auch andere Obst- und Gemüsearten verwendet werden, z.B. kleine Tomaten, Kohlrabi, Paprika, Zucchini, Birnen, Beeren oder Melonen etc.





Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Frühstücksanregung und Mahlzeitenzubereitung:

MUNTERMACHER- MÜSLIBAR



ABLAUF:

Bereiten Sie mit den Kindern zur Abwechslung einmal eine Müslibar vor. Hier können sie nach Lust und Laune ihr eigenes Müsli zusammenstellen und neue Zutaten probieren.

- Obst in kleine Stücke schneiden und alle Zutaten in Schälchen verteilen.
- Die Kinder mischen ihr eigenes Müsli aus den drei wichtigsten Frühstückskomponenten: Getreide, Obst, Milch und/oder Milchprodukte.
- Sie können verschiedene Getreideflocken verwenden und die Kinder Geschmack, Geruch, Aussehen, usw. vergleichen lassen.
- Mit einer Flockenquetsche können sich die Kinder Nackthafer (besonders gut geeignet) selbst zu Flocken quetschen.
- Jedes Kind kann einzelne Müslibestandteile probieren und herausfinden, was es am liebsten mag.

ANREGUNG FÜR DEN ABLAUF MIT JÜNGEREN KINDERN:

Alle Zutaten sind bereits klein geschnitten. Die Kinder bauen das Buffet auf und mischen ihr Müsli je nach Geschmack.



Info

VORBEREITUNG: Lebensmittel einkaufen oder mitbringen lassen, evtl. Flockenquetsche besorgen, Schraubgläser für Müsli Mischung.
ANZAHL DER KINDER: Kleingruppen
DAUER: 40 Minuten
MATERIAL: Geschirr, Besteck, Servietten, Tischsets, Schneidebrett, Küchenmesser, Abfallschüssel, Schälchen
LERNERFAHRUNGEN: Zutaten eines Müsli kennenlernen und nach eigenem Geschmack auswählen



Zutaten:

Getreideflocken, Nackthafer, Milch, Joghurt oder Dickmilch, Quark, Obst nach Saison, Nüsse, Samen wie Sesam und Leinsamen, Kürbiskerne, Sonnenblumenkerne, ungeschwefeltes Trockenobst, Honig zum Süßen

Hinweis zum Mischungsverhältnis pro Kind:
 Getreide ca. 20 g, Obst ca. 100 g
 Milchprodukte ca. 100 g

Tipps

In der Gruppe eine eigene Müsli Mischung komponieren und in einer verzierten Dose aufheben. Als „Gruppenmüsli“ mit Obst und Milchprodukten gelegentlich zum Frühstück oder als Zwischenmahlzeit gemeinsam mit den Kindern essen.

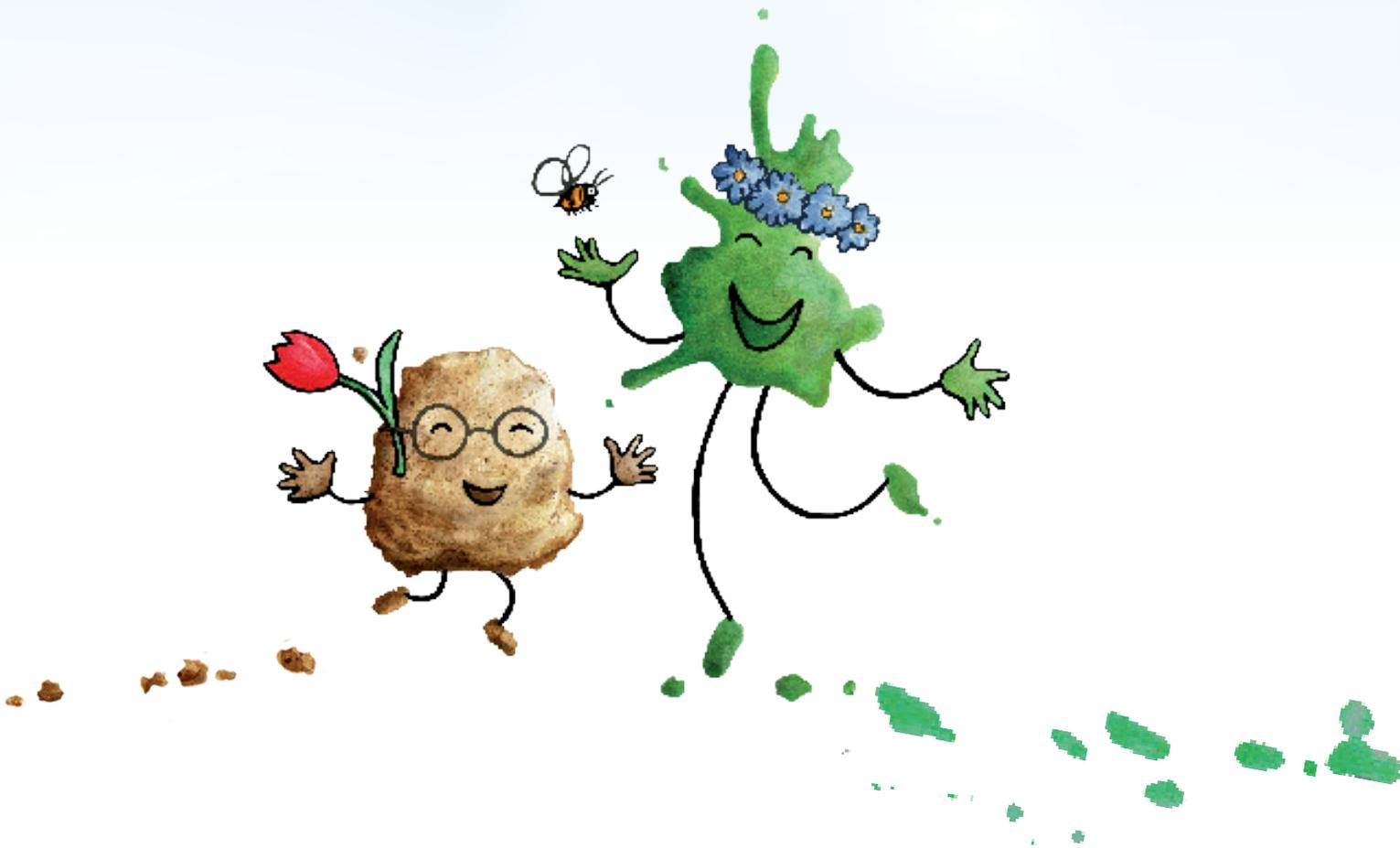
Müslivariationen:

Frucht-Müsli: geriebene Karotte, geriebenen Apfel unter das Müsli mischen und mit Joghurt anrühren.

Soft-Müsli: Müsli anstatt mit Milch oder Milchprodukten mit Orangensaft anrühren.

Knusper-Müsli: Cornflakes unter das Müsli mischen.





Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Ritual und Esskultur:

TISCHSITTEN



ABLAUF:

In der Geschichte werden die Kinder aufgefordert, Krümel zu helfen, sich am Tisch richtig zu verhalten.

Krümel: Hallo Kinder, ich bin Krümel und ich habe ein Problem. Ich bin bei Freunden eingeladen und weiß nicht, wie man sich am Tisch verhält. Mein Freund Peter hat mir verraten, dass heute in den Nachrichten etwas über das Essen gesagt wird. Ich bin ja schon so gespannt. Oh, ich glaube die Nachrichten fangen jetzt an.

Nachrichtensprecher: Guten Tag, meine Damen und Herren. Es ist 10 Uhr, und hier sind die aktuellen Nachrichten des Tages. Heute geht es unter anderem um die Bedeutung des Essens. Eine Mahlzeit ist immer etwas Besonderes. Beim Essen hat man Zeit zum Nachdenken, Zeit mit anderen Menschen zu sprechen oder einfach nur das Essen zu genießen. Damit das Essen für jeden so angenehm wie möglich abläuft, müssen Regeln eingehalten werden. Diese Regeln werden Tischsitten genannt. Morgen werden wir Sie über die Tischsitten informieren. Weiter geht es mit dem Wetter. Es wird morgen ...

Krümel: O.K., jetzt habe ich zwar erfahren, dass jede Mahlzeit etwas Besonderes ist und dass Tischsitten wichtige „Regeln“ sind, damit sich jeder am Tisch wohl fühlt. Aber ich weiß immer noch nicht, wie ich mich am Tisch verhalten soll. Lass mich mal überlegen ..., ach ja ..., genau ..., ich habe gehört, ihr kennt euch damit aus. Dann könnt ihr mir bestimmt helfen und mir einige Regeln bei Tisch erklären.

Kinder benennen Tischsitten ...

Krümel: Super, das war echt nett von euch. Jetzt weiß ich, wie ich mich richtig am Tisch verhalte und ihr könnt euch auch an diese Tischregeln halten – dann fühlt sich bei euch auch jeder wohl. Vielleicht könnt ihr jetzt für mich und meine Freunde noch den Tisch feierlich decken. Dankeschön ... und auf Wiedersehen!

Info

VORBEREITUNG: Der selbst gebastelte Fernsehapparat wird auf einen Tisch in einem Halbsitzkreis gestellt und die „Fernsehsprecherin“ stellt sich dahinter. (Alternative: Kaspertheater) Ein zweiter Erzähler mit einer Handspielpuppe mischt sich unter die Zuhörer.

ANZAHL DER KINDER: Gesamtgruppe

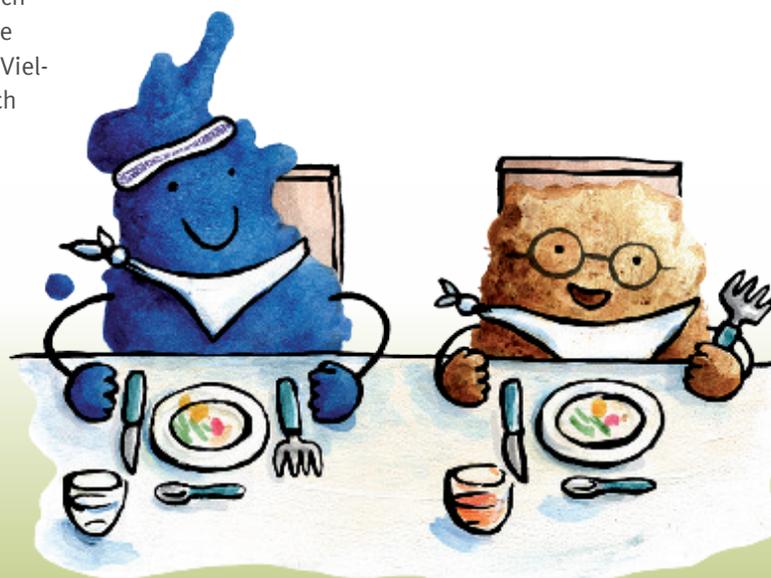
DAUER: 30 Minuten

MATERIAL: Handspielpuppe, selbst gebasteltes „Fernsehgerät“ oder Kaspertheater

LERNERFAHRUNGEN: Tischsitten kennenlernen, sich beim Essen wohl fühlen

Tipp

Krümel kann selbstverständlich durch jede andere Handpuppe, die Ihnen zur Verfügung steht, ausgetauscht werden.
Erarbeiten Sie mit den Kindern Regeln für das gemeinsame Essen in der Kita (siehe Winter-Aktion).





Gefördert durch:



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern, für Bau
und Heimat

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

verbraucherzentrale

Ausflug und Herkunft der Lebensmittel:

BESUCH EINES BAUERNHOFS



VORBEREITUNG:

Nach einem Bauernhof suchen, der zur Besichtigung in Frage kommt, Absprache mit dem Bauernhof: Was kann gezeigt werden? Welche Aktions-/Mitarbeitsmöglichkeiten gibt es für die Kinder? Welches Thema ist zu dem geplanten Zeitpunkt geeignet und realisierbar? Welche Getreidearten werden zum geplanten Zeitpunkt gesät bzw. geerntet?

ORGANISATION:

Anfahrt (Bus, Fahrer, Fahrkarten für öffentliche Verkehrsmittel); Eltern frühzeitig informieren: Welche Kleidung brauchen die Kinder? Kosten? Verpflegung? Begleitperson ansprechen; Schlechtwetterprogramm einplanen.

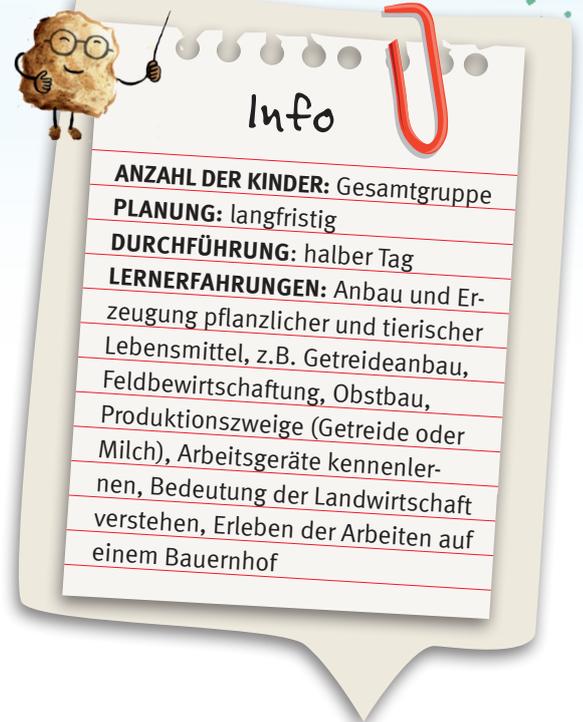
VOR ORT:

Die Kinder auf mögliche Gefahren und entsprechende Vorsichtsmaßnahmen hinweisen. Die Kinder machen einen Rundgang auf dem Bauernhof und erkunden:

- Welche Tiere und Pflanzen gibt es auf dem Bauernhof und/oder auf den Feldern?
- Was wird auf dem Bauernhof produziert?
- Was fressen die Tiere?
- Was ist auf dem Bauernhof alles zu tun?
- Wie sieht ein Arbeitstag auf einem Bauernhof aus?
- Wo kommen Milch, Eier, Korn ... her?
- Welche Maschinen gibt es auf einem Bauernhof?

ANREGUNG FÜR DEN ABLAUF MIT JÜNGEREN KINDERN:

Besuchsstationen eingrenzen. Die Kinder sollten ausreichend Zeit haben, sich mit dem einzelnen Schwerpunkt auseinanderzusetzen.



Tipp

Unter www.lernenaufdembauernhof.de finden Sie für Ihr Bundesland hilfreiche Adressen und Ansprechpartner bei der Suche nach einem geeigneten Betrieb und die Organisation eines Besuchs.



Gefördert durch:



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern, für Bau
und Heimat

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

verbraucherzentrale

Rätsel und Herkunft der Lebensmittel:

BAUERNHOFQUIZ



ABLAUF:

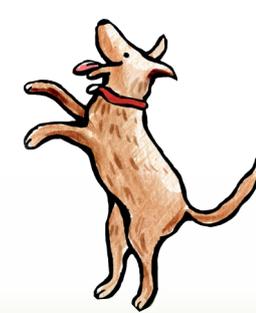
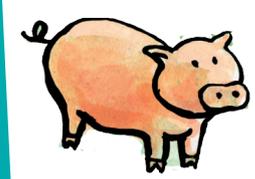
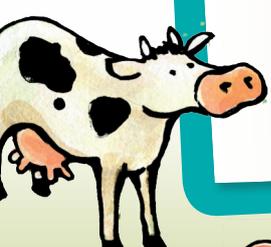
Die folgenden Rätsel werden nacheinander vorgelesen.
Die Kinder erraten, welcher Begriff gesucht wird.

RÄTSEL:

1. Rupft das Gras und legt sich nieder, kaut und kaut es immer wieder. (Kuh)
2. Legt ins Nest ein Ei und verlässt es mit Geschrei. (Huhn)
3. Ich steh, wo es am höchsten ist, ich stehe oben auf dem Mist. Ich bin der Chef vom Federvieh und schreie laut „Kikeriki“. (Hahn)
4. Schleicht leise durch das Haus, schleckt Milch und fängt die Maus. (Katze)
5. Ratet Kinder, was ich bin, hänge hoch im Baume drin. Habe rote Wangen, ein Stänglein auch und einen dicken roten Bauch. (Apfel)
6. Mein Schwanz ist klein und ringelig, da lacht ihr euch wohl kringelig. (Schwein)
7. Er ist es, der bei Tag und Nacht über Haus und Hofe wacht. (Hund)
8. Zog den Pflug und auch den Wagen, musste sich dabei gründlich plagen. Heute läuft es Galopp und Trab. Wenn's schneller geht, fällt der Reiter ab. (Pferd)
9. Es wächst auf dem Feld neben der Weide, man bäckt draus Brot, es ist das ... (Getreide).

Info

VORBEREITUNG: keine
ANZAHL DER KINDER: Gesamtgruppe
DAUER: 20 Minuten
LERNERFAHRUNGEN: Zuhören, Tiere und angebaute Lebensmittel auf dem Bauernhof an Eigenschaften erkennen





Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Quelle: aid Infodienst e. V., jetzt Bundesinformationszentrum Landwirtschaft (BZL) in der
Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung, Bonn

verbraucherzentrale

Experiment und Herkunft der Lebensmittel:

KARTOFFELN PFLANZEN



ABLAUF:

Sie benötigen keinen Garten, um Kartoffeln zu pflanzen. Füllen Sie mit den Kindern einen Pflanzbehälter zur Hälfte mit Erde. Legen Sie die vorgekeimten Kartoffeln (3-4 Stück) in diese Erdschicht und bedecken sie diese vollständig mit Erde. Lassen Sie die Kartoffeln an einem kühlen, hellen Ort keimen, z.B. auf der Terrasse. Sie sollten grundsätzlich frostfrei stehen. Sollte das nicht möglich sein, gelingt es auch im Innenraum.

Wenn die ersten Pflanzentriebe aus der Erde schauen, häufen Sie gerade so viel Erde an, bis die Spitzen bedeckt sind. Das wiederholen Sie so lange, bis die Erde den Gefäßrand erreicht. Das Anhäufen lockert den Boden, was sich positiv auf die Bildung von Knollen auswirkt. Bei warmem, trockenem Wetter sollten die Pflanzen regelmäßig gegossen werden. Zu feucht dürfen sie allerdings auch nicht stehen, da sich sonst Pilze an den Knollen ausbreiten können.

Wenn die Kartoffelpflanze blüht, beginnen die Knollen zu wachsen. Ist ihr Kraut welk und vertrocknet, dürfen die Kinder die nun reifen Tochterknollen ernten. Insgesamt dauert es rund 100 Tage, bis die Kartoffeln geerntet werden können.

Achtung giftig! Alle grünen Teile der Kartoffel sind giftig! Achten Sie unbedingt darauf, dass diese nicht von den Kindern gegessen werden.



VORBEREITUNG: Großen Blumentopf (ca. 10 Liter), Eimer oder Kiste besorgen, Blumenerde kaufen

ANZAHL DER KINDER: 3 - 8 Kinder

DAUER: Pflanzen: 20 Minuten

Wachstumszeit: ca. 100 Tage, regelmäßige Pflege

MATERIAL: 1 vorgekeimte Saatkartoffel (Keimlänge mind. 2 bis 3 Zentimeter), 1 großer Blumentopf (ca. 40 cm Durchmesser), Blumenerde

LERNERFAHRUNGEN: Wie werden Kartoffeln angebaut, Wachstum verfolgen, Lebenszyklus einer Pflanze erleben, Pflege von Pflanzen

Tipp

- Beziehen Sie die Kinder in das Pflanzen und die Pflege der Kartoffel mit ein. Unterhalten Sie sich nach dem Ernten über die Entstehung und das Wachstum der Kartoffel.
- Ersetzen Sie bei einer Holzkiste eine Seite durch eine Glasscheibe und decken diese mit einem Tuch ab. So lässt sich hin und wieder das Wachstum beobachten.





Gefördert durch:



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern, für Bau
und Heimat

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

verbraucherzentrale

Wahrnehmungsspiel und Sinneserfahrung:

HÖR-BAR



ABLAUF:

Die Kinder schütteln nacheinander die Dosen und versuchen gleiche Paare zu finden.

Variante: Alle Kinder schütteln jeweils eine Dose und versuchen herauszufinden, welches Kind das Gegenstück in der Hand hält. Am Ende können die Kinder die Dose öffnen und den Inhalt vergleichen.

ANREGUNG FÜR DEN ABLAUF MIT JÜNGEREN KINDERN:

Bei jüngeren Kindern können Sie besonders unterschiedliche Lebensmittel einsetzen oder nur mit zwei verschiedenen Lebensmitteln spielen.

Info

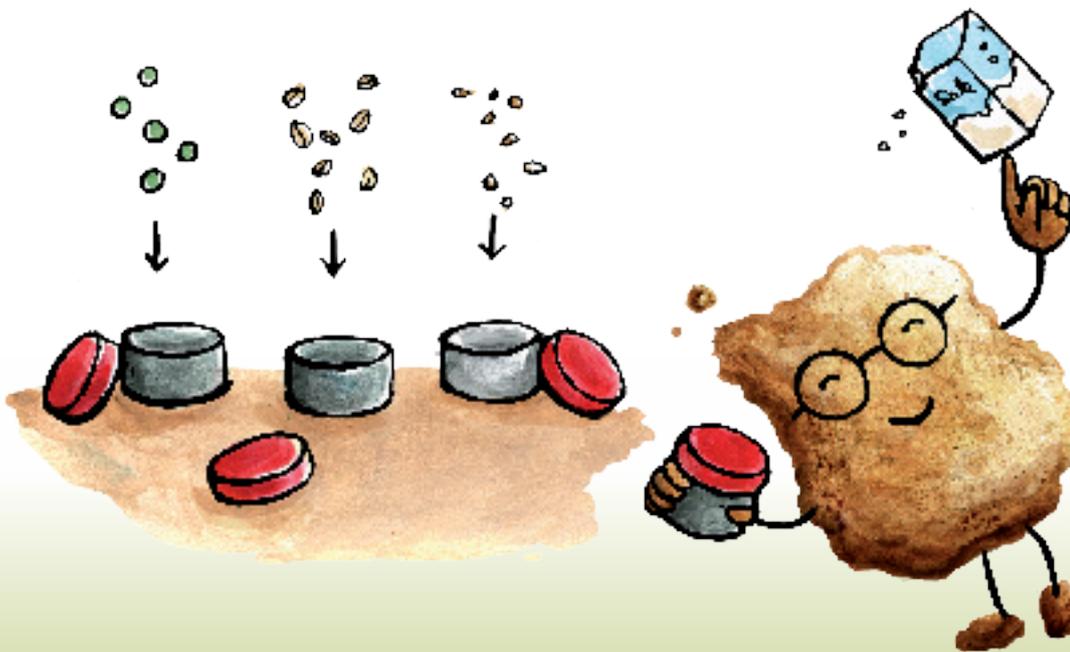
VORBEREITUNG: Befüllen Sie die Dosen mit den Lebensmitteln paarweise zu gleichen Mengen. Lassen Sie dabei genug Platz, um ausreichend laute Schüttelgeräusche erzeugen zu können. Zur Kontrolle können die Dosen mit farbigen Punkten gekennzeichnet werden.

ANZAHL DER KINDER: Kleingruppe

DAUER: 30 Minuten

MATERIAL: kleine Dosen, verschiedene Getreidekörner, Haferflocken, Erbsen, Bohnen, getrocknete Kräuter, Salz etc.

LERNERFAHRUNGEN: Bedeutung der Sinne, Hörsinn schärfen und schulen





Gefördert durch:



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern, für Bau
und Heimat

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

verbraucherzentrale

Bewegungsspiel und Herkunft der Lebensmittel:

APFELBÄUMCHEN WACHSE!



ABLAUF:

Jedes Kind sucht sich einen Platz, an dem es sich wohl fühlt und genügend Bewegungsfreiheit hat. Zur Unterstützung leise Musik laufen lassen. Sie bleiben im Hintergrund, lesen den Text vor und machen den Kindern die Bewegungsformen vor. Zwischen den einzelnen Textabschnitten sollte stets eine Pause eingelegt werden, damit die Kinder genügend Zeit für die Bewegungen haben (bis 20 oder 30 zählen).



Info

- VORBEREITUNG:** Ein großer Raum wird benötigt, in dem eine ruhige Atmosphäre herrscht.
- ANZAHL DER KINDER:** Gesamtgruppe
- DAUER:** 15 Minuten
- MATERIAL:** Musik (z. B. Love Duett von Paul McCartney)
- LERNERFAHRUNGEN:** Zuhören, zu einer Geschichte Bewegungen ausführen

APFELBÄUMCHEN WACHSE!

„Ich bin ein kleiner winziger Apfelkern, der in den Garten gepflanzt worden ist.“ Die Kinder sitzen auf dem Boden und umklammern mit ihren Armen die Beine. Der Kopf liegt auf den Knien.
„Die Erde ist schön weich, aber noch kalt.“ Mit dem ganzen Körper zittern.

„Allmählich spüre ich die ersten Sonnenstrahlen. Sie wärmen die Erde. Auch mir wird wohlig warm.“ Die Hände streicheln über Knie, Beine und Arme.

„Ich beginne mich in der Erde zu bewegen. Ich will wachsen!“ Mit dem ganzen Körper hin- und herschaukeln.

„Langsam bahne ich mir einen Weg durch die dunkle Erde nach oben. Ich kann die Sonnenstrahlen jetzt noch besser spüren.“ Die Ellenbogen aufeinander legen und mit den Armen senkrecht nach oben recken.

„Jetzt bin ich draußen! Ich kann das Licht sehen. Ich wachse und wachse.“ Der Körper richtet sich langsam auf, der Hals streckt sich, der Blick geht zur Decke.

„Meine Äste bilden sich aus und recken sich der Sonne entgegen. Auch Blätter beginnen zu wachsen und rascheln im Wind.“ Beide Arme mehrmals zu allen Seiten ausstrecken und auf und ab bewegen, dabei mit den Fingern wackeln.

„Der Stamm wird kräftiger und kräftiger und wiegt sich im Wind.“ Mit ausgestreckten Armen und gesamten Körper hin- und herwiegen.

„An meinen Ästen bilden sich neue Apfelblüten. Darüber freue ich mich so sehr, dass ich beginne, wild zu tanzen.“ Frei im Raum herumtanzen.





Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Quelle: Jung, Maggie: Kita aktiv: Projektmappe Ernährung. 6. Auflage, 2018.

verbraucherzentrale

Konzentrationsspiel und Herkunft der Lebensmittel:

LEBENSMITTEL- PAARE



ABLAUF:

Ein Kind deckt zwei Kärtchen auf. Ist auf einem Kärtchen ein Lebensmittel und auf dem zweiten sein Ursprung (wie Apfelsaft und Apfel oder Ei und Huhn) abgebildet, dann erhält der Spieler die beiden Karten und darf weitere zwei Kärtchen aufdecken. Zieht ein Kind zwei ungleiche Motive, dann ist das nächste Kind an der Reihe.

ANREGUNG FÜR DEN ABLAUF MIT JÜNGEREN KINDERN:

Je nach Entwicklungsstand der Kinder wenige und bekannte Lebensmittel auswählen und die Zuordnung mit den Kindern zunächst besprechen. Die aufgedeckten ungleichen Karten bleiben offen liegen.

Info

VORBEREITUNG: Die Lebensmittelkarten sollten je nach Lernerfahrungen der Kinder zusammengestellt werden.

ANZAHL DER KINDER: 3-6 Kinder

DAUER: 20 Minuten

MATERIAL: Lebensmittelspielkarten (Lebensmittel und Ursprung)

LERNERFAHRUNGEN: Kennenlernen von Lebensmitteln/Speisen und deren Ursprung, Zuordnen von Lebensmitteln



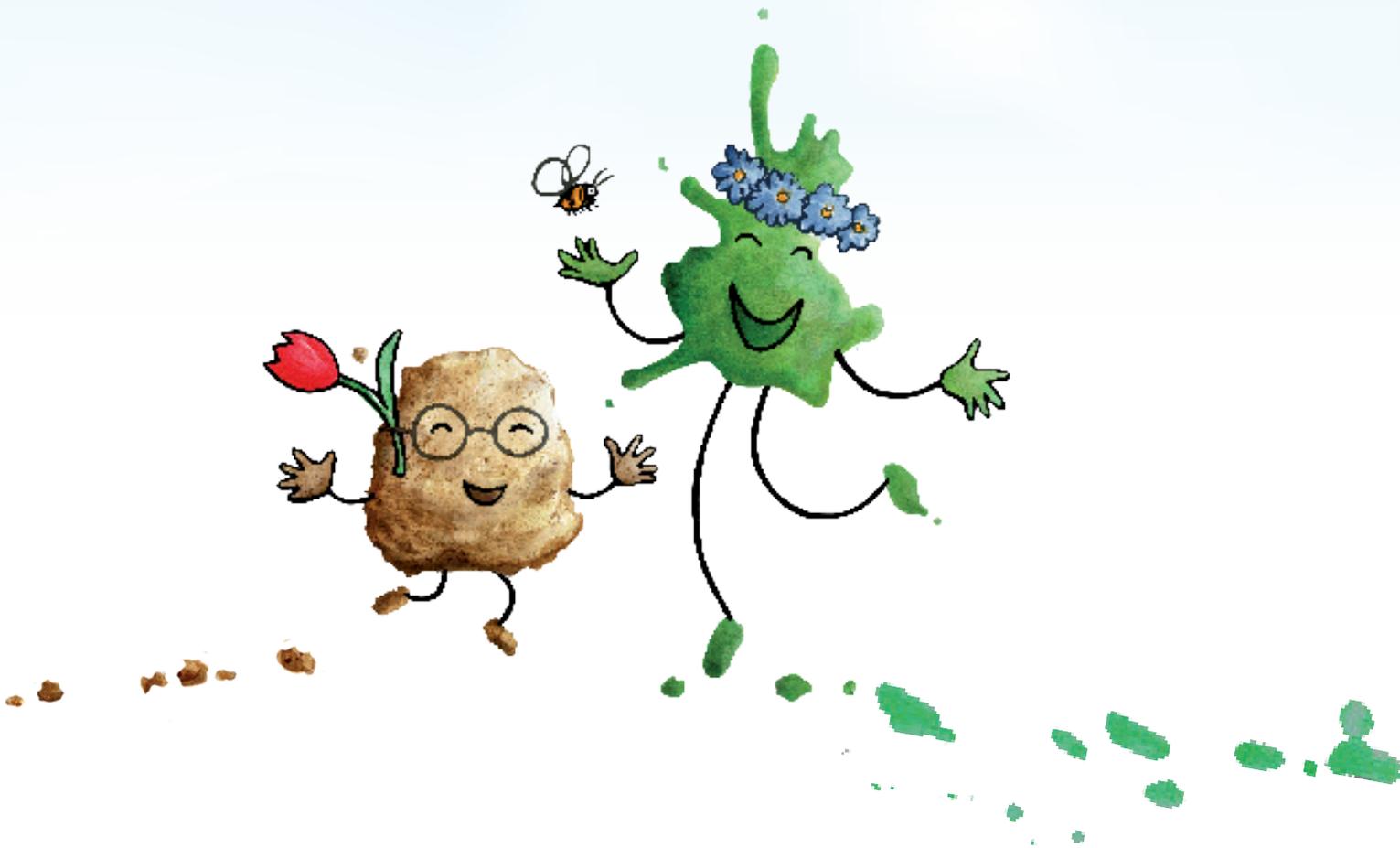
Tipp

Lebensmittelbildkarten können für eine Reihe von Übungen eingesetzt werden. Eine kleine Grundausstattung finden Sie [hier](#).

Weitere Lebensmittelkarten: Lebensmittelfotos zum Download beim Medienservice der Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung. www.ble-medienservice.de (Artikel - Nr. 0184)

Tipp

Die Kinder können eigene Karten mit ihrem Lieblingsgemüse und/oder Obst und dem entsprechenden Lieblingsgericht erstellen.



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Quelle: Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung, www.bzfe.de

verbraucherzentrale

Wahrnehmungsspiel und Vielfalt der Lebensmittel:

KRÄUTER- DUFTSTATION



ABLAUF:

Die Kinder versuchen, die Kräuter am Duft zu erkennen und den Kräutern in den Gläsern zuzuordnen.

Variante Duftmemory: In die Filmdöschen werden paarweise Kräuter gefüllt. Die Kinder öffnen reihum jeweils zwei Dosen und riechen mit geschlossenen Augen daran. Wenn sie denken zwei gleiche Düfte erkannt zu haben ordnen sie diese einander zu, bis alle Düfte ein Gegenstück gefunden haben. Zur Kontrolle werden die Dosen geöffnet und der Inhalt kontrolliert.

ANREGUNG FÜR DEN ABLAUF MIT JÜNGEREN KINDERN:

Die Kinder riechen an den Pflanzen. Zusätzlich wird ein Blatt zerrieben, sodass der Duft sich besser entfalten kann. Je öfter die Kinder mit den unterschiedlichen Düften üben, desto sicherer werden sie diese unterscheiden können.



Info

VORBEREITUNG: Die Kräuter werden in die Dosen gefüllt. Zusätzlich wird etwas Watte darauf verteilt, damit man die Kräuter und Gewürze nicht sehen kann. Zum Vergleich werden die Kräuter in die Gläser gefüllt und auf den Tisch gestellt.

ANZAHL DER KINDER: Kleingruppen

DAUER: 30 Minuten

MATERIAL: Kräuter und Gewürze (z.B. Pfefferminze, Kamille, Zitronenmelisse, Schnittlauch, Basilikum, Dill), kleine undurchsichtige Dosen, Watte, Gläser mit Schraubverschluss

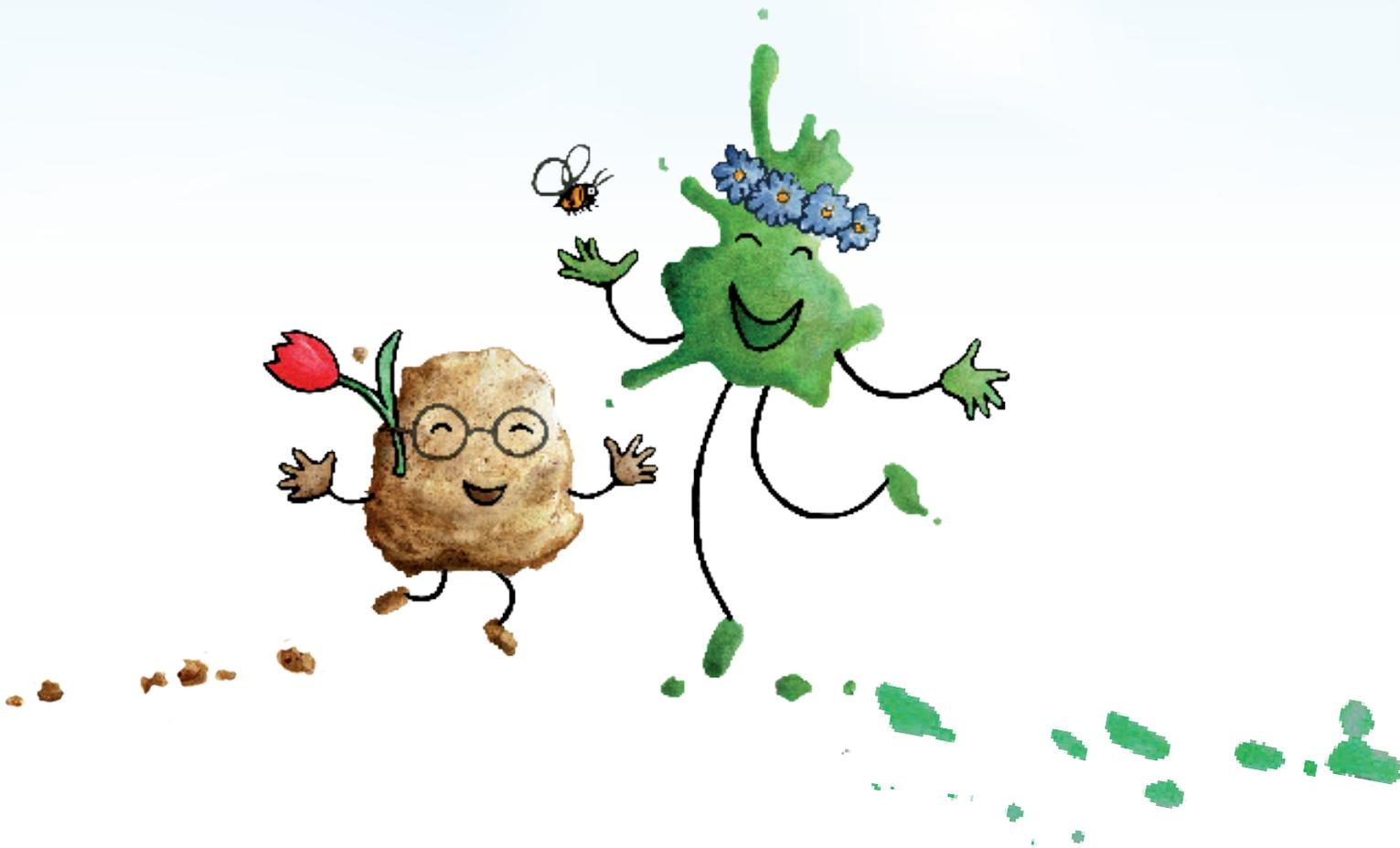
LERNERFAHRUNGEN: Bedeutung der Sinne, Kräuter kennenlernen, Geruchssinn schärfen und schulen, Düfte zuordnen



Tipp

Wenn Sie die Kräuter auch zum Würzen des gemeinsamen Essens benutzen, erleben die Kinder auf sinnliche Weise Möglichkeiten ihrer Verwendung. Stellen Sie z. B. gemeinsam einen Kräuterquark her oder peppen Sie Mineralwasser mit Zitronenmelisse auf.

In anderen Jahreszeiten eignen sich auch Gewürze wie Zimt, Nelken, Kümmel oder Vanille etc.



Gefördert durch:



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern, für Bau
und Heimat

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

verbraucherzentrale