

Projekt zum Thema Ernährung

Heute haben wir uns mit dem Thema **Ernährung** befasst. An diesem freiwilligen Angebot konnten Kinder zwischen vier und sechs Jahren aus allen Gruppen teilnehmen. Zunächst haben wir in einer Erzählrunde über das heutige Frühstück der Kinder gesprochen und jedes Kind durfte sein Frühstück anhand von drei Smileys in die Kategorien „gesund“, „teilweise gesund“ und „ungesund“, einordnen.

Im Anschluss konnten alle Kinder aus Prospekten Lebensmittel ausschneiden. Diese konnten dann dem jeweiligen „gesunden“ oder „ungesunden“ Kind, welches auf Tapetenrolle vorgezeichnet war, zuordnen. Die Wahrnehmung der Kinder war hierbei überwiegend sehr realitätsnah und richtig (siehe Tapete). Im Anschluss durften die Kinder auch einige gesunde Lebensmittel durch ungesunde Lebensmittel ersetzen und es wurde gemeinsam darüber diskutiert, ob dies dem gesunden Kind bereits schadet.

Zum Abschluss haben wir uns gemeinsam eine Ernährungspyramide angeschaut und betrachtet welche Lebensmittel wir in großen Mengen zu uns nehmen können und sollten und welche Lebensmittel lieber in geringeren Mengen verzehrt werden.

Das Angebot hat uns allen viel Spaß gemacht und wir werden das Thema Ernährung weiterhin näher betrachten.

