

Gesunde oder ungesunde Lebensmittel ?

Mein Name ist Nora Veronese und ich bin zurzeit im zweiten Ausbildungsjahr als Erzieherin im AWO-Familienzentrum Havelstraße tätig.

Im Kita-Alltag konnte ich beobachten, dass die Kinder sich oft untereinander über den Unterschied zwischen Obst und Gemüse sowie gesunde und ungesunde Ernährung ausgetauscht haben.

Daraufhin haben wir uns gemeinsam mit den Kindern in den letzten zwei Monaten spielerisch und praktisch mit dem Thema „Gesunde Ernährung“ beschäftigt. In unserem Projekt haben wir mehrere Bildungsbereiche auf diverse Art und Weise aufgegriffen. Allerdings liegt der Schwerpunkt des Projektes im Bereich „Körper, Gesundheit und Ernährung“.

Als Einstieg zum Projektthema nutzten wir unsere Kooperationspartnerschaft mit der Stadtbücherei (Zweigstelle in Gerthe) und stellte den Kindern ein „Bilderbuchkino“ zum o. g. Thema („Der Junge mit dem Krokodil im Bauch“) vor. Zusätzlich erhielten wir von der Stadtbücherei eine Bücherkiste, rund um das Thema „Gesunde Ernährung“.



Zwischenzeitlich fanden zum Projekt zwei Elterncafés statt, welche gute Gelegenheiten boten, um die Eltern über das aktuelle und zugleich wichtige Thema zu informieren.

Im Bereich Bewegung und musisch-ästhetischer Bildung führten wir mit den Kindern ein neues Bewegungsspiel „Gemüse- und Obstsalat“ im Morgenkreis sowie neue Kinderlieder, Reime und Tischsprüche ein. Zudem haben die Kinder selbstständig ein „Obst und Gemüse-Memory“ gestaltet, sowie Plakate zum Thema „Obst und Gemüse nach Farben“ sortiert und die Darstellung einer „Lebensmittelampel“ erstellt. Bei diesen kreativen Tätigkeiten, konnten sich die Kinder viel Wissen zum Thema aneignen.



Wir führten mit den Kindern ein spannendes Experiment durch, bei denen sie ihre Sinneswahrnehmungen erproben konnten. Die Kinder sollten zum Beispiel mit der Augenbinde versuchen, verschiedene Obst- und Gemüsesorten zu ertasten, zu schmecken

und zu riechen. In dem nahe gelegenen Supermarkt konnten die Kinder eigenhändig Obst und Gemüse einkaufen und im Anschluss zu einem Salat zubereiten.



In einer Aktion bauten die Väter mit ihren Kinder Pflanzenkästen und bemalten diese, welche in einer nächsten Aktion von den Kindern und ihren Müttern mit Obst, Gemüse und Kräutern bepflanzt später werden sollen.

In Vorbereitung auf diese Pflanzenaktion, haben die Kinder verschiedene Sämereien in Joghurtbechern gesät. Nun können die Kinder gut beobachten, wie die Samen aufgehen und zu Pflänzchen heranwachsen.



Ich bedanke mich bei allen, die mich bei unserem Projekt unterstützt haben.

Nora Veronese