

Sinnesparcours - "Alle Sinne essen mit"

Mit dem Sinnesparcours "Alle Sinne Essen mit" soll das Thema "Ernährung" nicht aus der Sicht von Nährstoff- und Energieaufnahme betrachtet werden, sondern es soll die bewusste Wahrnehmung rund um's Essen und Trinken im Mittelpunkt stehen. Die Kinder sollen entdecken und erfahren wie es ist, wenn die Zunge tastet und schmeckt, die Nase riecht oder die Hände fühlen. Sie sollen sozusagen "Fühlen wie das Essen schmeckt".

Es soll die Aufmerksamkeit und der Forscherdrang der Kindergartenkinder für das alltägliche Essen und Trinken geweckt werden. Die Kinder können durch Auge, Hand, Nase und Zunge die Lebensmittel erfahren und zwar zusammen mit der Mutter oder Vater oder der Erzieherin, die sie durch den Parcours begleiten.

Der Sinnesparcours umfasst 5 Stationen mit den bekannten 5 Sinnen Sehen, Hören, Tasten, Riechen und Schmecken. Der Hintergrund jeder Station wird durch eine Stellwand gebildet, welche verschiedene Informationen zum jeweiligen "Sinn" enthält. Vor der Stellwand sind verschiedene Sinnesspiele aufgebaut. Die Stellwände sind ausklappbar und die Seitenwände können jeweils oben mit Haken fixiert werden. Die Materialien für die Sinnesspiele befinden sich in Materialboxen. Die Lebensmittel für die einzelnen Stationen müssen eingekauft werden.



Station "Sehen"



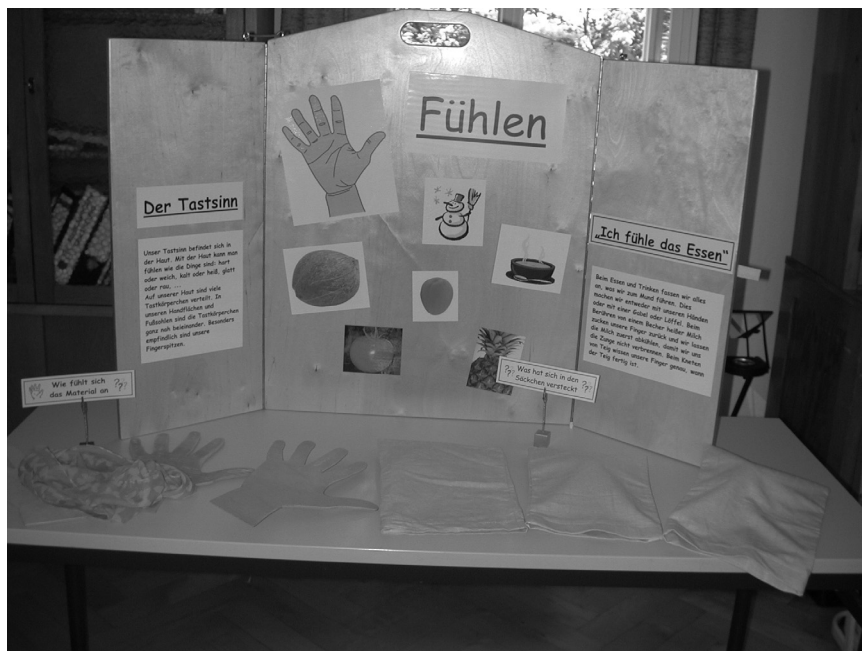
Material:

- ✓ Stellwand "Sehen"
- ✓ Kartenmemory: 6 Bildkarten (Zitrone, Apfel, Walnuss)
- ✓ 2 Brillen mit Farbfolie, ein Glas mit Milch, eine Banane
- ✓ 3 verschiedene Apfelsorten, Apfelsaft, Apfelmus, getrocknete Apfelringe
- ✓ 2 Karten mit Halter für die Aufgabenbeschreibung

Beschreibung:

Bei der Station sehen sollen die Kinder verschiedene Formen und Farben von Obst und Gemüse wahrnehmen. Das Wahrnehmen von Details soll durch Fotokarten geschult werden, bei denen Sie Bildausschnitte wie z.B. eine Grossaufnahme einer Walnussschale dem entsprechenden Lebensmittel, d.h. der Walnuss zuordnen sollen. Außerdem sollen die Kinder auch erkennen, dass ein Lebensmittel verschieden verarbeitet sein kann und so in verschiedenen Formen angeboten wird. Im Sinnesparcours wird dies am Beispiel eines Apfels aufgezeigt. Der Apfel wird einmal in seiner natürlichen Form, dann als Apfelsaft, als Apfelmus und getrocknet als Apfelringe dargestellt. Wie Farben das Aussehen eines Lebensmittels beeinflussen wird durch das Aufsetzen von Brillen mit Farbfolie mit denen sie Lebensmittel betrachten (Glas Milch und Banane), verdeutlicht. An der Stellwand wird aufgezeigt, dass Farben auch eine "Botschaft" haben. Z.B. sagt die Farbe etwas über die Reife einer Frucht aus, dass es gleiche Lebensmittel in verschiedenen Sorten gibt, die sich in der Farbe unterscheiden. Farben zeigen aber auch, ob ein Lebensmittel noch genießbar ist oder ob es schon verdorben ist. Bilder von verschiedenen Obst und Gemüsearten sollen verdeutlichen, dass es Obst und Gemüse in ganz unterschiedlichen Formen gibt.

Station "Fühlen"



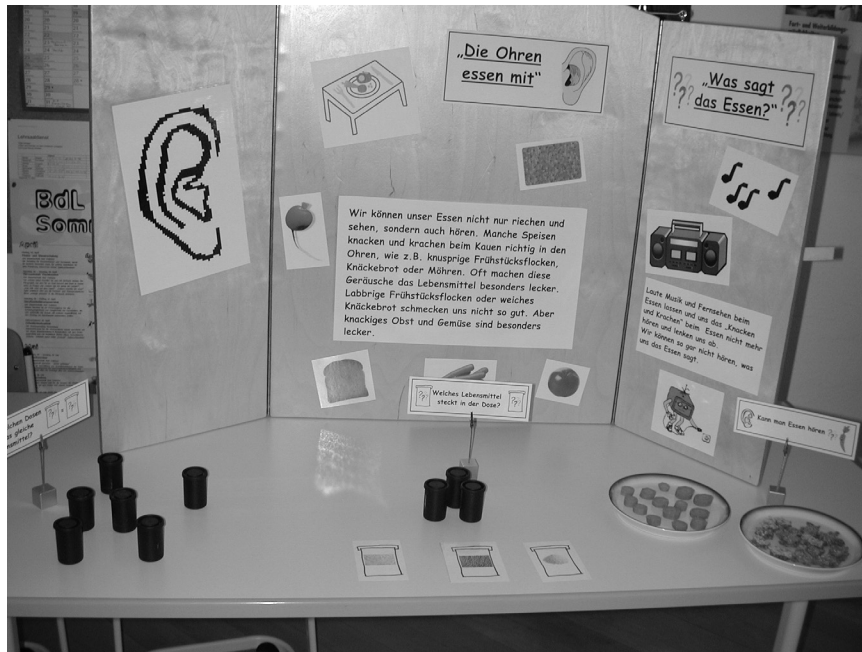
Material:

- ✓ Stellwand "Fühlen"
- ✓ 3 Hände aus Holz mit 3 verschiedenen Oberflächenstrukturen, Tuch
- ✓ 3 Stoffsäckchen mit 3 verschiedenen Lebensmitteln gefüllt (Zwiebel, Karotte, Kiwi)
- ✓ 2 Karten mit Halter für die Aufgabenbeschreibung

Beschreibung:

Mit den "Tasthänden" sollen verschiedene Oberflächenstrukturen mit verbundenen Augen erfühlt und beschrieben werden. Durch das Ausschalten des Sehsinns wird die Tastempfindung intensiver wahrgenommen. Als Beispiele dienen ein Fell für eine weiche Oberfläche, ein Stück Wellpappe für eine wellige Oberfläche und Schleifpapier für eine raue Oberfläche. In Fühlsäckchen können die Kinder dann 3 verschiedene Obst- oder Gemüsesorten ertasten. Die Kinder sollen verschiedene Lebensmittel durch Tasten erkennen und die Oberfläche eines Lebensmittel wahrnehmen. Hier sollten Sorten ausgewählt werden, die eine sehr unterschiedliche Oberflächenstruktur haben (glatt ò Zwiebel, wellig ò Karotte, stachlig ò Kiwi). Die Rückwand informiert einmal über den Tastsinn und über Bilder von verschiedenen Obst und Gemüse werden die unterschiedlichen Oberflächenstrukturen nochmals aufgezeigt.

Station "Hören"



Material:

- ✓ Stellwand "Hören"
- ✓ 6 Dosen mit jeweils 3 gleichen Lebensmitteln gefüllt (Mais, Salz, Reis)
- ✓ 3 Dosen mit 3 verschiedenen Lebensmitteln gefüllt (Erbsen, Mehl, Reis), 3 Karten mit Abbildungen der Lebensmittel
- ✓ 2 Teller mit Karottenscheiben und Knäckebrot
- ✓ 3 Karten mit Halter für die Aufgabenbeschreibung

Beschreibung:

Die Kinder sollen einmal vergleichendes Hören üben, indem sie erraten müssen, in welchen der 6 Dosen sich das gleiche Lebensmittel befindet. In drei weiteren Dosen sind drei verschiedene Lebensmittel, hier müssen sie erkennen, welches Lebensmittel in welcher Dose ist. Das differenzierte Hören soll geübt werden. Lebensmittel machen auch beim Abbeißen und Kauen Geräusche. Beim Kauen von Karotten und Knäckebrot sollen die Kinder die Geräusche bewusst wahrnehmen und beschreiben. An der Stellwand soll den Kindern aufgezeigt werden, dass Lärm z.B. durch Radio oder Fernsehen beim Essen stört und wir die Geräusche, die beim Kauen entstehen gar nicht wahrnehmen können. Weiter sind noch Lebensmittel dargestellt, die beim Kauen "laute Geräusche" verursachen.

Station "Riechen"



Material:

- ✓ Stellwand "Riechen"
- ✓ 3 Teller mit verschiedenen Lebensmitteln (Brot, Käse, Sellerie)
- ✓ 2 Dosen mit 2 verschiedenen Düften (Vanille, Pfefferminze)
- ✓ Schale mit gesalzene Erdnüsse
- ✓ 3 Karten mit Halter für die Aufgabenbeschreibung

Beschreibung:

Die Kinder sollen ihren Geruchssinn sensibilisieren. Durch Riechen an verschiedenen Lebensmitteln (Brot, Käse, Sellerie) soll mit geöffneten Augen bewusst der Geruch des Lebensmittels wahrgenommen werden und die Geruchseindrücke mit eigenen Worten beschrieben werden. In Dosen sind verschiedene Gerüche versteckt (Pfefferminze und Vanille). Diese Gerüche sollen die Kinder erschnuppern und nennen. Um aufzuzeigen, dass auch die Nase beim Essen mitschmeckt, dürfen die Kinder gesalzene Erdnüsse zuerst mit zugehaltener Nase kauen und dann während des Kauens die Nase öffnen. Der Unterschied im Geschmackseindruck, welcher mit geschlossener und geöffneter Nase wahrgenommen wurde, soll dann beschrieben werden.

Station "Schmecken"



Material:

- ✓ Stellwand "Schmecken"
- ✓ Zunge aus Stoff mit Geschmackszonen
- ✓ Zitronensaft und Zuckerlösung, Probierlöffel
- ✓ 2 Teller mit Lebensmittel (Bananenscheiben, Essiggurken), Zahnstocher
- ✓ 2 Lupen

Beschreibung:

Die Zunge aus Stoff soll zeigen, wo sich die sensiblen Bereiche für die vier Geschmacksqualitäten (süß, sauer, salzig, bitter) auf der Zunge befinden. Durch das Probieren von einer Zuckerlösung und Zitronensaft sollen die beiden Geschmacksqualitäten süß und sauer geschmeckt und beschrieben werden. Durch Probieren von Lebensmitteln (Essiggurken und Bananen) soll der Geschmackssinn weiter geschult werden. Hierbei sind die Lebensmittel zugedeckt und die Kinder sollen die Kinder mit geschlossenen Augen das Lebensmittel erschmecken. Mit Lupen können die Kinder gegenseitig die Oberfläche ihrer Zunge erkunden.