

Ziele	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kennenlernen von Lebensmitteln und ihren spezifischen Eigenschaften</li> <li>● spielerischer Umgang mit Lebensmitteln</li> <li>● Phantasie anregen</li> </ul>
Spieleranzahl	Großgruppe
Material	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Musik</li> <li>● großer Kochlöffel</li> </ul>
Organisation	In der Mitte der Halle wird ein „Topf“ aufgebaut oder markiert, in den die Kinder hineintanzen können.
Dauer	15 Min.
Geschichte	Ich, Alfredo der Meisterkoch, möchte heute Eintopf kochen. Ich bin nicht nur Meisterkoch, sondern auch sehr musikalisch und ich lasse das Gemüse zur Musik tanzen. Wie könnte das aussehen?
Beschreibung	<p>Der/die ÜL gibt als Meisterkoch vor, dass heute Eintopf gekocht wird, aber er/sie hat die Zutaten vergessen. In Gruppen eingeteilt stellen die Kinder das Gemüse dar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>lange Porree</i>: ganz gerade, mit eng anliegenden Armen, auf Zehenspitzen balancierend;</li> <li>● <i>Petersilie</i>: tanzend, wild mit den Armen gestikulierend, sich ständig die Haare raufend;</li> <li>● <i>dicke Kartoffel</i>: auf dem Boden kugelnd;</li> <li>● <i>Erbsen</i>: mit geschlossenen Beinen wild durcheinander hüpfend;</li> <li>● <i>Zwiebeln</i>: im Kreis drehend, laut weinend und schluchzend.</li> </ul> <p>Die Gruppen verteilen sich in der Halle. Wenn die Musik einsetzt, beginnen die Kinder zum Topf zu tanzen. Der Koch rührt sie kräftig in den Eintopf, aber auch dort wird noch weiter getanzt.</p>
Bemerkung	Die Darstellung der einzelnen Lebensmittel sollte vor Spielbeginn geübt werden.
Variante 1	Die Kinder stellen einen Eintopf nach ihrem Geschmack zusammen.
Variante 2	Man backt einen Kuchen oder stellt ein beliebiges Gericht zusammen.

# Haferkorn im Wind

ab 8

- spielerischer Umgang mit Lebensmitteln
- Reaktion und Konzentration schulen
- Phantasie anregen

Ziele

ab 10

Spieleranzahl

–

Material

10 Min.

Dauer

Die Kinder stehen im Kreis. Ein Kind in der Mitte zeigt auf eins der Kinder im Kreis und nennt einen Begriff, z.B. Haferkorn (siehe Erläuterung unten). Jetzt müssen drei Kinder gleichzeitig reagieren: das angesprochene Kind sowie seine Nachbarn rechts und links von ihm. Wenn eins der Kinder nicht richtig reagiert, wechselt es mit dem Kind aus der Mitte die Rolle.

Beschreibung

- *Haferkorn*: Das angesprochene Kind ist das Haferkorn im Wind. Die Nachbarn wiegen als Wind das Haferkorn hin und her.
- *Apfel*: Das angesprochene Kind beschreibt mit seinen Armen einen großen Kreis vor dem Bauch. Die Nachbarn gehen mit einem Arm als Wurm von unten durch diesen Kreis.
- *Bohne*: Alle drei Kinder machen sich zur dünnen Bohne, indem sie sich eng aneinander, die Arme nach oben gestreckt, auf die Zehenspitzen stellen.
- *Kartoffel*: Das angesprochene Kind plustert die Backen auf und macht sich rund. Die Nachbarn bilden die Augen der Kartoffel, indem sie Daumen und Zeigefinger zu Gucklöchern formen und vor die Augen des Kindes halten.

Die Begriffe und die dazugehörigen Bewegungen sollten vorher mit den Kindern besprochen bzw. geübt werden.

Bemerkung

Die Kinder erfinden neue Begriffe mit den dazugehörigen Gesten.

Variante 1

Die Kinder bewegen sich auf Musik durcheinander. Bei Musikstopp finden sich je drei Kinder zusammen und stellen den Begriff dar.

Variante 2

- Verstehen des Begriffs Lebensmittel
- Phantasie anregen
- Stärkung des Selbstbewusstseins
- Aufmerksamkeit, Reaktion und Konzentration schulen

Ziele

beliebig

Spieleranzahl

–

Material

10 Min.

Dauer

Ein Kind beschreibt ein Lebensmittel und die anderen sollen es erraten.

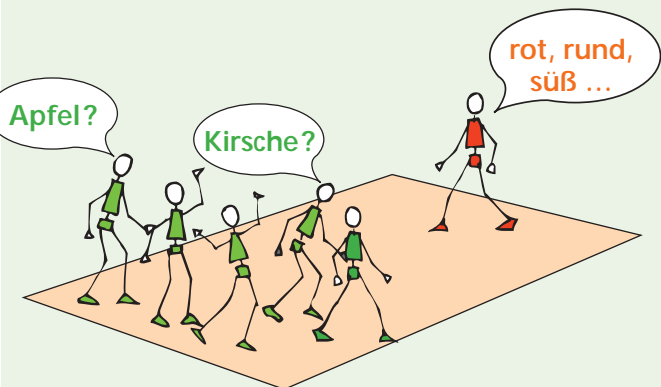
Beschreibung

Das Kind darf beim Beschreiben bestimmte Wörter nicht sagen.

Variante 1

Das Kind stellt das Lebensmittel pantomimisch dar.

Variante 2



- Kennenlernen von Lebensmittelgruppen
- Kennenlernen von Lebensmitteln und ihren spezifischen Eigenschaften
- Phantasie anregen

Ziele

Großgruppe

Spieleranzahl

- Karten mit Lebensmittelsymbolen

Material

Mehrere Kinder müssen kurz aus der Halle gehen.

Organisation

10 Min.

Dauer

Zwei bis vier Spieler werden ausgesucht, die kurz den Raum verlassen. Alle anderen Kinder bilden Paare wie beim Memoryspiel und suchen sich zu einem bestimmten Thema, z.B. Milch und Milchprodukte aus den Lebensmittelkarten ein Lebensmittel aus. Die Kinder verteilen sich in der Mitte der Halle und die Spieler werden hereingeholt. Zum Aufdecken einer „Karte“ ruft der Spieler den Namen eines Kindes; dieses nennt daraufhin sein Lebensmittel. Jetzt sucht der Spieler die zweite Karte. Findet ein Spieler ein Karten-Paar, setzen die jeweiligen Kinder sich zu ihm.

Beschreibung

Die Lebensmittel werden nur durch Bewegung oder Geräusche dargestellt.

Variante 1

Alle Kinder sammeln Kartenpaare. Dazu sehen sie sich die offenen auf dem Boden liegenden Karten an und prägen sie sich ein. Danach wird ein Kind nach dem anderen aufgefordert, ein Pärchen einzusammeln.

Variante 2

Die Karten liegen verdeckt und müssen nach dem Aufdecken wieder umgedreht werden, wenn sie nicht passen.

Variante 3

- Kennenlernen von Lebensmitteln und ihren spezifischen Eigenschaften
- Kennenlernen von Lebensmittelgruppen
- Phantasie anregen

Ziele

Großgruppe

Spieleranzahl

- jeweils 2 Karten mit dem selben Lebensmittelnamen oder -symbol

Material

10 Min.

Dauer

Jedes Kind zieht eine Karte und schaut sie sich verdeckt an. Alle Kinder machen sich lautlos auf den Weg und versuchen, ihr Lebensmittel pantomimisch darzustellen, z.B. die Banane lang und krumm, der Apfel knackig, die Zitrone säuerlich. Gleichzeitig halten sie Ausschau, welches andere Kind den selben Begriff spielt und finden so ihren Partner. Die spezifischen Eigenschaften der Lebensmittel sollten vor dem ersten Spiel mit den Kindern zusammen besprochen werden.

Beschreibung

Haben sich die Paare gefunden, suchen sie zusammen ihre Familie (z.B. Obst, Gemüse, Milchprodukte).

Variante

- Ziele**
- Kennenlernen des Wegs der Speisen durch den Körper
  - Phantasie anregen

**Spieleranzahl** Großgruppe

**Material** –

**Dauer** 5 Min.

**Beschreibung** Die Geschichte folgt dem Weg der Speisen durch den Körper und wird mit Worten und Gesten dargestellt.

Alle Kinder hocken im Kreis auf dem Boden. Mit den Händen klopfen sie auf die Oberschenkel und machen die Gesten des/der ÜL nach. Die Geschichte (kann je nach Belieben verändert werden).

**ÜL:** *„Wir machen heute eine Reise durch den Körper, und zwar so, wie das unser Essen auch tut. Was habt ihr heute gegessen?/Was wollen wir heute essen?“*

**Kinder:** zählen auf

**ÜL:** Greift eine Antwort auf und fängt an: *„Die Kartoffel wird in den Mund geschoben.“*

**Geste:** Hand zum Mund, Mund ganz weit auf

**ÜL:** *„Und die Kartoffel versucht, den Zähnen auszuweichen.“*

**Geste:** Kopf hin und her

**ÜL:** *„Doch der Speichel zerhackt sie mit in kleine Stücke, es wird Brei daraus und sie wird hinuntergeschluckt.“*

**Geste:** Schluckbewegungen, Schluckgeräusche

**ÜL:** *„Wo kommt die Kartoffel jetzt hin?“*

**Kinder:** *„In den Magen.“*

**ÜL:** *„Genau, Rutschpartie in den Magen.“*

**Geste:** Bewegungen, als ob man durch eine Röhre müsste. Hände nach vorne und Kopf zwischen den Händen.

## Beschreibung

**ÜL:** „Hier versucht der Kartoffelbrei, vor der Magensäure wegzulaufen.“

**Geste:** ganz schnell auf die Schenkel klopfen

**ÜL:** „Jetzt erst mal ausruhen und schlafen.“

**Geste:** schlafen und schnarchen, wieder aufwachen

**ÜL:** „Da ist der Magenpförtner, der Pylorus, der sagt: ‚Halt wer da? Wo willst du hin?‘“

**Kinder:** „Ich bin eine Kartoffel und will in den Darm.“

**ÜL:** „Im Dünndarm ist es ganz schön hügelig, da muss man sich in die Rechtskurve legen, in die Linkskurve ... Immer wieder stößt man an eine Dünndarmzotte an, da bleibt immer wieder was von der Kartoffel hängen, die Vitamine, die Mineralstoffe, der Zucker. Die Kartoffel wird immer kleiner.“

**Geste:** Rechtskurve, Linkskurve, den Nachbarn anstoßen

**ÜL:** „Weiterrutschen, plumps, reingefallen in den Blinddarm, schnell wieder rausklettern!“

**Geste:** aufstehen und Kletterbewegungen

**ÜL:** „Ab in den Dickdarm, da ist vom Kartoffelbrei nur noch das übrig, was unser Körper nicht braucht. Hier wird alles ordentlich durchgewalkt.“

**Geste:** jeder massiert seinem Nachbarn den Rücken

**ÜL:** „Und was passiert dann?“

**Kinder:** „Der ganze Abfall kommt unten raus. Ab aufs Klo. Tschüss.“

**Geste:** winken

Zusatz, wenn man die Geschichte als Ritual vor dem Essensbeginn nutzt:

**ÜL:** „Ja, und wir bekommen ordentlich Hunger und müssen wieder was essen! Guten Appetit!“

Kann regelmäßig vor Mahlzeitenbeginn als Ritual gespielt werden.

## Bemerkung

- Ziele**
- Verstehen des Begriffs Lebensmittel
  - Aufmerksamkeit, Reaktion und Konzentration schulen

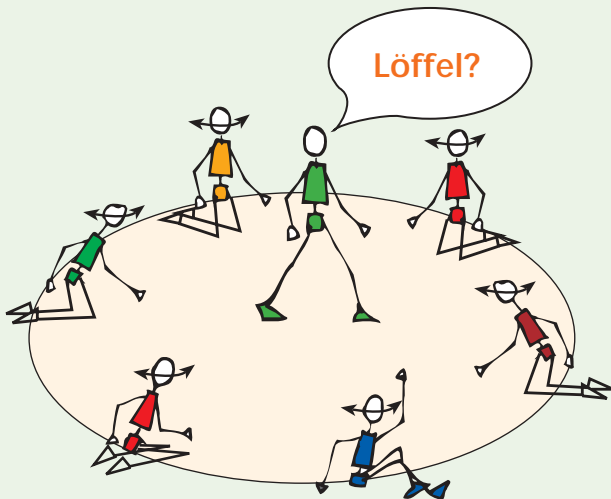
**Spieleranzahl** Großgruppe

**Material** –

**Dauer** 5 Min.

**Beschreibung** Alle Kinder sitzen im Kreis. Der/die ÜL nennt Begriffe, die Kinder müssen reagieren. Beschreibt der genannte Begriff ein Lebensmittel, reagieren sie mit Kaubewegungen, ansonsten mit Kopfschütteln.

**Variante** Nur bei Lebensmitteln einer bestimmten Gruppe, die vorher ausgesucht wurde, werden Kaubewegungen ausgeführt.





Ziele	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kennenlernen der Verarbeitung von Milch zu Joghurt</li> <li>● Phantasie anregen und umsetzen</li> </ul>
Spieleranzahl	ab 10
Material	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Geräte einer Einfachturnhalle             <ul style="list-style-type: none"> <li>■ eventuell 1 – 2 Rollbretter, Seilchen</li> </ul> </li> <li>● 3 Paar Haushaltshandschuhe</li> <li>● Krepp-Klebeband</li> <li>● Stecknadeln</li> <li>● Wasser</li> <li>● 1 Naturjoghurt und 1 Löffel pro Kind</li> <li>● frische Früchte</li> </ul>
Organisation	<i>Stationsbetrieb:</i> Die Kinder bauen vier Stationen auf und am Ende wieder ab.
Dauer	mindestens 45 Min., besser eine Doppelinheit
Geschichte	<p>„Auf dem Hof der Bäuerin Karla werden jeden Morgen im Stall die Kühe gemolken. Die Milch wird vom Sammelwagen bei ihr abgeholt und zur Molkerei gebracht. Dort wird geprüft, wie sauber die Rohmilch ist, wie sie riecht und schmeckt, wie fett sie ist und wie viele Liter es sind.</p> <p>Dann kommt die Milch in die Zentrifuge und wird dort schnell im Kreis gedreht. Das Fett schwimmt danach oben auf und wird abgeschöpft. Die Magermilch, die übrig bleibt, wird mit Milchsäurebakterien angereichert, das nennt man „fermentieren“. Dadurch wird die Milch dick und erhält den typisch säuerlichen Joghurtgeschmack.</p> <p>Für Fruchtjoghurt wird noch eine Fruchtmischung mit Aromastoffen und Zucker zugefügt. Leckerer und gesünder ist es, wenn man selbst Naturjoghurt mit frischem Obst mischt und sich so seinen eigenen Lieblingsjoghurt herstellt.“</p>

Die Kinder hören die Geschichte und entscheiden dann, welche Stationen sie mit welchen Geräten dazu aufbauen wollen. Wasser dient während des Spiels als Milchersatz. Der/Die ÜL berät und hilft beim Aufbau.

### *Stationsbeispiele:*

- eine Melkstation
- ein Sammelwagen
- ein Transportband
- eine Zentrifuge

### *Vorschlag zum Kuhmelken:*

Der Euter: Den Daumen eines Gummihandschuhs umschlagen und mit Kreppband festkleben. Die vier restlichen Handschuhfinger sind die Zitzen. In sie sticht man mit einer feinen Nadel Löcher. Danach wird der „Euter“ mit Wasser gefüllt und aufgehängt.

### *Vorschlag für die letzte Station:*

Naturjoghurt wird nach Wunsch mit frischen Früchten „verfeinert“ und gemeinsam genossen.