

ÜK „Mit Kindern essen und haushalten“

Mit allen Sinnen essen




Bildquelle: <https://danielawolff.com/ernaehrungstipps/essen-fuer-alle-sinne/>

Auftrag: Du gestaltest in Form eines Leporellos (A4 oder A3) eine Anleitung, warum und wie das Thema Essen mit allen Sinnen in der Kita oder Tagesschule thematisiert und umgesetzt werden soll/kann. Weiter hast du ein Elfchengedicht zum Thema Essen und Sinne verfasst. Anleitung Leporello (Link) und Elfchengedicht im Anhang des Auftrags.

Zielsetzung:

- Du hast dich damit auseinandergesetzt, dass unsere Sinne beim Essen/der Nahrungsaufnahme eine wichtige Rolle spielen. Du kannst wichtige Merkmale nennen.
- Du hast dich mit den einzelnen Sinnen beschäftigt.
- Du hast einzelne Nahrungsmittel mit deinen Sinnen «getestet».
- Du hast deine Erkenntnisse als Anleitung in einem Leporello kurz, klar und knackig festgehalten.
- Du hast ein Elfchengedicht zum Thema verfasst und damit das Thema noch sprachlich aufgenommen.

Vorgehen: *Diese Schritte liefern dir viele Informationen auf dem Weg zur Lösung deines Auftrags. Du kannst die Abfolge der Schritte selber auswählen.*

<p>Mit allen Sinnen essen Lesetext</p> 	<p>Lies im Skript auf S. 30 den Lesetext. Beantworte für dich die Fragen im Text und die darunter stehenden Fragen. Notiere für dich wichtige Erkenntnisse und deine Antworten auf die Fragen, die aus deiner Sicht wichtig sein können für den Inhalt deiner Anleitung.</p>
---	--

Ausprobieren



Du wählst zwischen 5 und 10 Nahrungsmittel aus, die du mit all deinen Sinnen testest. Notiere deine Sinneseindrücke als weitere Grundlage für die Anleitung.

Sehen: du schaust dir jedes Nahrungsmittel genau an, welche Farbe hat es genau, verändert sich die Farbe?

Tasten: du schliesst die Augen, nimmst jedes Nahrungsmittel in deine Hände und spürst, wie es sich anfühlt. Weich, hart, schleimig usw.

Riechen: Du riechst an jedem Nahrungsmittel. Das geht auch am besten mit geschlossenen Augen.

Schmecken: Du verkostest jedes Nahrungsmittel, indem du ein Stück davon in den Mund nimmst. Schliesse wieder die Augen dabei.

Erst fühlst du in der Mundhöhle und mit der Zunge dem Geschmack nach. Schmeckt das Nahrungsmittel unterschiedlich, je nach dem wo es im Mund ist und oder mit welchem Teil der Zunge du es schmeckst?

Verändert sich der Geschmack, wenn du das Nahrungsmittel länger im Mund behältst? Was passiert, wenn du dir beim Schmecken die Nase zuhältst?

Verändert sich der Geschmack, wenn du das Nahrungsmittel kausst?

Hören: Augen wieder geschlossen. Tönt oder wie tönt das Nahrungsmittel, wenn du ein Stück davon abbeisst? Hörst du Töne, wenn du es kausst? Was passiert, wenn du dir beim Kauen die Ohren zuhältst.

Essen und Wahrnehmung






Klicke folgenden Link an:

<https://www.wissenschaft.de/gesundheit-medizin/essen-und-wahrnehmung/>

Scrolle bis unter das Bild mit dem Koch.

Klicke auf den grünen Pfeil und lass dir den Artikel vorlesen.



<p>Weitere Links mit allgemeinen Infos zum Thema</p> 	<p>Forsche weiter nach, wenn du noch Infos für deine Anleitung brauchst:</p> <p>https://danielawolff.com/ernaehrungstipps/essen-fuer-alle-sinne/</p> <p>https://www.openscience.or.at/hungryforscienceblog/schmecken-mit-allen-fuenf-sinnen/</p>
<p>SinnExperimente</p>  <p>Bundeszentrum für Ernährung</p>	<p>Dieser Link liefert dir weitere Infos zum Thema</p> <p>https://www.bzfe.de/inhalt/sinnesbildung-1581.html</p>
<p>Gewürze und Blumen</p> 	<p>Bei diesem Link findest du Anregungen für deine Anleitung.</p> <p>https://www.goethe.de/resources/files/pdf96/5clil-module-zum-riechen-schmecken.pdf</p>

Anhänge

Eine Anleitung und Umsetzungsmöglichkeit für das Leporello findest du unter:
<https://www.minibooks.ch/>

Anleitung Eifchengedicht

Das Eifchen besteht aus **fünf Versen/Zeilen** mit **jeweils einer bestimmten Anzahl an Wörtern**. Ein Eifchen hat folgende Form und enthält insgesamt elf Wörter:

```

_____
_____
_____
_____
_____

```

1. Zeile: 1 Wort

Adjektiv zu einer Farbe oder einem Gefühl (z.B. grün / fröhlich)
oder **Gegenstand, Thema, Stimmung**

2. Zeile: 2 Wörter

Die 2. Zeile beschreibt die 1. Zeile etwas genauer: z.B. Beschreibung, Gegenstand, ein Ort oder eine Person, welche mit dem Thema zu tun haben.

3. Zeile: 3 Wörter

In der 3. Zeile beschreiben wir das erste Wort nun weiter

4. Zeile: 4 Wörter

Die 4. Zeile: entweder ein Gedanke dazu schreiben oder 4 Worte, die zum Thema passen

5. Zeile: 1 Wort

Das letzte Wort soll das Elfchen abrunden.

Beispiel: Elfchen zu den Sinnen

*Sinne
Fünf davon
Lassen uns wahrnehmen
Ob riechen, schmecken, sehen
Essen*

Elfchen über eat-the-world

*Lecker
Die Kostproben
Unserer kulinarischen Partner
Auf unseren besonderen Touren
eat-the-world*

Quelle: <https://www.eat-the-world.com/blog/elfchen-schreiben-das-kurze-gedicht/>

Hilfsmittel: Eigene Erfahrungen, Reflexion, Skript, Lehrmittel BFF,
Internetrecherche
Zeit: 8 Stunden

Dieser Auftrag wurde von Brigitte Rychen, Fachstellenleitung PEP und ÜK-Berufsbildnerin für den Fernunterricht ÜK FABE K "Mit Kindern essen und haushalten" Kanton Bern im März 2020 erstellt.