

Aktionsideen für zwischendurch



Viele Kinder frühstücken morgens in der Kita oder in der Schule. Ein Welt-Frühstück mit typischen Frühstückszutaten aus anderen Ländern ist eine tolle Aktionsmöglichkeit, um über den Tellerrand zu schauen.

Kinderlieder, Tischlieder

Mit Musik geht alles besser, auch das Vermitteln von Lerninhalten! Lieder können die in der Aktionsmappe vorgeschlagenen Aktionsideen begleiten. So können die Kinder beispielsweise sagen, welche der in den Liedern vorkommenden Lebensmittel sie kennen und welche nicht. Dies kann ein Einstieg in die Aktion sein.

Es gibt einige Volks- und Kinderlieder, die den Themenkomplex „Essen, Trinken, Kochen, Backen“ aufgreifen – und zwar nicht nur die Klassiker „Backe, backe Kuchen“ und „Tomatensalat“. Diese und weitere Lieder finden Sie im Internet, zum Beispiel unter folgenden Links:

- www.lieder-archiv.de
- www.kinder-wollen-singen.de
- www.volksliederarchiv.de/essen-und-trinken

Die CD „Abenteuer Ernährung – Kinderlieder zum Mitsingen“ bietet Wissenswertes über das Thema Ernährung und lädt ein zum Singen, Lernen und Erleben.

Welt-Frühstück

Veranstalten Sie mit Ihren Kindern einmal ein internationales Frühstück. Dabei kann man nicht nur leckere und gesunde Frühstücksvarianten ausprobieren, sondern auch etwas über die Lebensgewohnheiten von Kindern in fernen Ländern erfahren.

Frühstücksbeispiele

- Argentinien: Hier wird morgens eine leckere Süßspeise gegessen.
- Brasilien: Die Brasilianer und Brasilianerinnen genießen oft Fruchtiges – nicht nur zum Frühstück.
- Schweden: In diesem Land gibt es zum Beispiel Knäcke-
brot, Käse und Wurst
- Großbritannien und Irland: Hier gibt es Porridge, zubereitet aus Haferflocken und Wasser oder Milch.
- Mexiko: In Mexiko gibt es Bohnen und Tortillas zum Frühstück, eine sehr deftige Variante. Frisches Obst gehört auch dazu.
- Tansania: Gebrüht wird ein Pfannkuchen Chapati oder frittierte Teigbällchen Mandazi.

Mehr Informationen dazu finden Sie im Internet unter, zum Beispiel
→ www.jungekueche.de

Umsetzen

- Suchen und zeigen Sie auf einer großen Karte die Länder, aus denen die verschiedenen Frühstücksvarianten kommen.
- Vielleicht sind die Kinder schon einmal verreist und haben vor Ort anders gefrühstückt? Wenn ja, wie?
- Erarbeiten Sie mit den Kindern etwas zur Lebenssituation der Kinder in diesen Ländern. (Materialien bei Brot für die Welt)
- Stellen Sie die Frühstückszutaten vor: Was kennen die Kinder, was nicht? Was ist wohl gesund und warum?
- Dann essen Sie gemeinsam.

Essen und Trinken in der Bibel

In der Bibel spielen die Themen „Mahl-gemeinschaft“ und „Essen und Trinken“ eine wichtige Rolle. Erarbeiten Sie mit den Kindern biblische Geschichten und kochen Sie biblische Rezepte nach. Überlegen Sie gemeinsam, welche Lebensmittel verarbeitet werden. Wachsen diese Lebensmittel auch bei uns? Wenn nein, warum nicht? Welche Nahrungsmittel sind gesund, welche nicht?

Informationen und Kochrezepte finden sich unter: → www.kirchenweb.at/kochrezepte/service/bibelrezepte.htm



Das Essen für die Kinder im Kindergarten in Sao Lorenzo (Brasilien) stammt zu 90 % aus regionalen Kooperativen.