

## Arbeitsmaterialien für Erzieherinnen und Erzieher

Kinder spielend fördern, Wissen spannend vermitteln! – Kreative Ideen und Materialien für Krippe, Kindergarten, Kita und Hort

Thema: Religion & Ethik, Ausgabe: 20

Titel: Riechen und Schmecken - Mit allen Sinnen die Welt entdecken (21 S.)

### Produktinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Printausgabe aus dem Programm »Kindergärten/Kita« der Mediengruppe Oberfranken.\* (Originalquelle siehe Fußzeile des Beitrags)

- ▶ Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie [hier](#).

Seit über 15 Jahren entwickeln erfahrenen Pädagoginnen und Pädagogen unsere fertig ausgearbeiteten Materialien mit vielfältigen Anleitungen, Kopiervorlagen, Liedern, Geschichten, Experimenten, Bastelideen, Exkursionen und Spielvorschlägen für alle Bildungsbereiche sowie für Kinder unter 3.

- ▶ Informationen zu den Print-Ausgaben finden Sie [hier](#).

\* Ausgaben bis zum Jahr 2016 erschienen bei OLZOG Verlag GmbH, München

### Beitrag bestellen

- ▶ Klicken Sie auf die Schaltfläche **Dokument bestellen** am oberen Seitenrand.
- ▶ Alternativ finden Sie eine Volltextsuche unter [www.edidact.de/kita](http://www.edidact.de/kita).

### Piktogramme

In den Beiträgen werden – je nach Fachbereich und Thema – unterschiedliche Piktogramme verwendet. Eine Übersicht der verwendeten Piktogramme finden Sie [hier](#).

### Nutzungsbedingungen

Die Arbeitsmaterialien dürfen nur persönlich für Ihre eigenen Zwecke genutzt und nicht an Dritte weitergegeben bzw. Dritten zugänglich gemacht werden. Sie sind berechtigt, für Ihren eigenen Bedarf (in Gruppengröße) Fotokopien zu ziehen bzw. Ausdrucke zu erstellen. Jede gewerbliche Weitergabe oder Veröffentlichung der Arbeitsmaterialien ist unzulässig.

- ▶ Die vollständigen Nutzungsbedingungen finden Sie [hier](#).

### Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

[Kontaktformular](#) | ✉ Mail: [service@edidact.de](mailto:service@edidact.de)

✉ Post: Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG  
E.-C.-Baumann-Straße 5 | 95326 Kulmbach

☎ Tel.: +49 (0)9221 / 949-204 | 📠 Fax: +49 (0)9221 / 949-377

<http://www.edidact.de> | <https://bildung.mgo-fachverlage.de>



# Riechen und Schmecken – Mit allen Sinnen die Welt entdecken

## Inhaltsverzeichnis

### Wissenswertes für die Erzieherin

- Warum das Thema „Riechen und Schmecken – Mit allen Sinnen die Welt entdecken“? 1
- Inhaltliche Informationen 2
- Praktische Umsetzung 3
- Im Blickwinkel – Hinschauen und nachdenken 3
- Buchtipps 4

### Plauderstündchen – Erzähl mir was!

- Mit kostbarem Öl gesalbt 5
- Das Märchen vom Pfannkuchen 8

### Liederkiste – Sing mit!

- Ich will Pfannkuchen 10

### Gebete – Mit Gott auf Du und Du!

- Dank- und Tischgebete 12

### Spielmobil – Jetzt wird's spannend!

- Spiele zum aufmerksamen Riechen und Schmecken 13

### Aktion – Gemeinsam etwas erleben!

- Badesalz selbst herstellen 15
- Eine Kräuterspirale (Kräuterschnecke) bauen 16

### Von Haus zu Haus – Elterngespräche

- Damit das Essen Leib und Seele guttut 18

## Warum das Thema „Riechen und Schmecken – Mit allen Sinnen die Welt entdecken“?

„Den (oder die) kann ich nicht riechen!“, sagen wir manchmal, wenn wir Abneigung gegenüber einer anderen Person zum Ausdruck bringen. „Das schmeckt mir jetzt überhaupt nicht“, heißt auch: Diese Angelegenheit findet nicht meine Zustimmung, passt mir nicht in den Kram. Redewendungen mit ihrem übertragenen Sinn weisen oft auf bedeutungsvolle Ursprünge hin – so auch hier. Im Riechen und Schmecken sind wir ganz bei unserem Körper und bei elementaren Beziehungen zur umgebenden Welt – in der Zuneigung wie auch in der Ablehnung. Beim Riechen und Schmecken nehmen wir Äußeres ganz leibhaftig in uns auf. Es ist etwas, das viel unmittelbarer zu uns kommt als beispielsweise durch Medien in Ton und Bild vermittelt. Da will gut bedacht sein, was uns guttut und was nicht.

Unter den Sinneswahrnehmungen stehen das Hören und das Sehen an erster Stelle. Sie ermöglichen vielfältigen Kontakt mit der Umwelt und wurden bereits in Ausgabe 18 („Hörst du mich? – Wie das Ohr Wege nach innen eröffnet“) und Ausgabe 19 („Mit offenen Augen – Sehen, schauen, staunen“) thematisiert. Mit Recht wird viel für Blinde und Gehörlose getan, damit sie möglichst gut am öffentlichen Leben teilnehmen können. Aufmerksames Hinsehen und Hinhören ermöglicht Lernprozesse, schließt uns die Welt auf.

Wie verhält es sich demgegenüber mit dem Riechen und Schmecken? Über Menschen, die in dieser Hinsicht eingeschränkt sind, hört man wenig. Bei diesen Sinnen geht es offensichtlich weniger um das Überleben als um den Lebensgenuss, den angenehme Düfte und leckere Speisen bieten.

Riechen und Schmecken geschieht – mehr als die Wahrnehmung mit anderen Sinnen – in uns selbst. Und so geht es beim lustvoll verfeinerten Geruchs- und Geschmackssinn auch um Selbstbestimmung und Selbstvergewisserung, um eigene Entscheidungen – wer ich bin und wer ich sein will, was ich riechen und schmecken möchte.

Am Anfang unseres Lebens stehen Riechen und Schmecken in der lebensspendenden Beziehung zur Mutter. Der Geruch ihres Körpers und das Schmecken der Milch verbürgen das Leben und stiften grundlegendes Vertrauen. „Die Brust, die stillt, riecht, fühlt sich in einer bestimmten Weise an, hat einen bestimmten Geschmack, eine Temperatur, verbindet sich mit einer Wahrnehmung des eigenen Körpers, der in einer bestimmten Weise gehalten wird.“ (Gerd Schäfer) Diese frühen Erfahrungen gilt es im Blick zu behalten, wenn sich in den weiteren Lebensjahren die Sinneseindrücke differenzieren. Was haben diese Erfahrungen mit der späteren Persönlichkeitsentwicklung zu tun? Gerade der Blick auf die Anfänge macht uns auch auf religiöse Bezüge aufmerksam: Wir fragen, inwiefern das Verhältnis zu Gott mit Riechen und Schmecken zu tun hat und inwieweit es dabei um das Selbstverständnis des Menschen geht – um das, was ihn als Person auszeichnet.

Den Bildungsplänen entspricht das Thema in verschiedenen Bereichen:

- Kinder machen sich bewusst, wie sehr ihr Lebensgefühl auch von Gerüchen und Geschmack bestimmt ist.
- Kinder nehmen sorgfältig wahr, was sie als angenehm und als unangenehm empfinden.
- Kinder bringen im Riechen und Schmecken zum Ausdruck, wer sie selbst sind und wer sie sein wollen, was zu ihnen passt.
- Kinder nehmen wahr, inwiefern Riechen und Schmecken auch für die Glaubensbeziehung von Bedeutung ist.
- Eltern machen sich bewusst, wie sehr Riechen und Schmecken für das Selbstwertgefühl ihrer Kinder bedeutsam sind.

## Inhaltliche Informationen

Riechen und Schmecken sind chemische Sinnestätigkeiten – im Unterschied zu den physikalischen des Hörens, Sehens und Tastens. Beim Riechen werden gasförmige Duftmoleküle, die in der Atemluft enthalten sind, zum Riechepithel im oberen Nasengang geführt. Dies kann durch „Schnüffeln“ aktiv verstärkt werden. In der Nasenschleimhaut werden die Gasmoleküle in Feuchtigkeit gelöst und benetzen so die Riechzellen, deren Signale an das Gehirn weitergeleitet werden.

Beim Schmecken werden feste oder flüssige Stoffe im Speichel gelöst, von den Geschmacksknospen auf der Zunge registriert und so wieder über die entsprechenden Nerven weitergeleitet. Säuglinge haben etwa 10.000 solcher Geschmacksknospen – mit zunehmendem Alter können die sich bis auf die Hälfte reduzieren.

Der Geschmackssinn war aus genetischer Sicht wichtig für das Überleben, denn die vier Geschmacksqualitäten senden entsprechende Signale aus: Süßes ist unbedenklich, zeigt Kohlehydratreiches, Nährstoffhaltiges an. Bitteres warnt vor möglicherweise Giftigem. Saures signalisiert vermutlich Unreifes, und mit Salzigen wird der lebenswichtige Salzspiegel im Körper konstant gehalten. Alle weiteren Geschmacksdifferenzierungen werden erlernt.

Demgegenüber ist der Geruchssinn mit 104 Geruchsqualitäten viel differenzierter. Etwa 80 % des Geschmackseindrucks beim Essen werden über den Geruchssinn vermittelt! Für den, der unter einem eingeschränkten Geruchssinn leidet, schmeckt auch das Essen schal. Im Vergleich zu den ursprünglich lebenswichtigen Geschmacksqualitäten hat der Geruchssinn eher den Charakter eines „Luxusorgans“. Lockstoffe in der Pflanzen- und Tierwelt steuern die Fortpflanzung. Beim Menschen sorgen sie darüber hinaus für ein gehobenes Lebensgefühl, vor allem in der Abgrenzung vom schlechten Geruch – wobei die Unterscheidung hier durchaus subjektiv und auch erlernt ist: So vergegenwärtigt das „Schnuffeltuch“ die abwesende Bezugsperson und darf deshalb nicht in die Waschmaschine gesteckt werden. Das Bewusstsein der eigenen Körperhaftigkeit und Selbstständigkeit drückt sich auch in den Gerüchen aus, mit denen wir uns gerne umgeben, dem guten Duft an uns, der Atmosphäre in bestimmten Räumen. Ätherische Öle sorgen für Entspannung und steigern unser Wohlgefühl. Das gilt entsprechend für die angeeigneten Geschmacksgewohnheiten bei der Auswahl der Speisen, mit denen wir unsere Individualität zum Ausdruck bringen.

Vergewisserung der eigenen Person, Selbstwertgefühl, aktives Aufnehmen der uns umgebenden Wirklichkeit und deren eigentätiges Gestalten – das geschieht beileibe nicht nur mit den Fähigkeiten des Denkens, sondern mit allen Sinnen, auch dem Riechen und Schmecken. Und so geht es im Bildungsgeschehen auch darum, die Vielseitigkeit der Sinnesaktivitäten zu fördern. Es gilt, der Dominanz des Sehens und Hörens samt deren Steuerung durch Medien entgegenzuwirken und die Bedeutung der anderen Sinne in ihrer Differenziertheit zu bestärken. Eine Bildung in diesem Sinne ist immer auch ganzheitliche, reich differenzierte körperliche Bildung, zu der die Aktivitäten von Mund und Nase dazugehören.

Inwiefern geht es auch in religiösen Traditionen um Riechen und Schmecken? Gleich am Anfang der Bibel wird vom Reiz einer verbotenen Frucht erzählt, von der wohl gut zu essen wäre (1. Mose 3). Das Bewusstsein für die Notwendigkeit von Grenzen, die uns gesetzt sind, wird hier also über das Schmecken von Verbotenem vermittelt. Das heißt aber keineswegs, dass Geschmack und Geruch aus den religiösen Bezügen ausgeklammert bleiben sollen. Bei den im Alten Testament überlieferten Opfermahlfeiern wird sowohl Gott geehrt als auch in der Gemeinschaft der Feiernden viel vom Geopferten verzehrt. „Schmecket und sehet, wie freundlich der Herr ist!“ – mit diesen Worten (Ps. 34,9) wird zu solchem Feiern eingeladen.

Besondere Wertschätzung kommt auch dem Wohlgeruch zu. Im Matthäusevangelium des Neuen Testaments wird Jesus zu Beginn seines Lebens und vor seinem Leidensweg mit Wohlgeruch ge-

ehrt. Zuerst ist es das Geschenk des Weihrauchs von den drei Weisen, dann die Frau, die ihn als Zeichen besonderer Verehrung mit kostbarem Öl salbt (Matthäus 26). Im Alten Testament wird von der Salbung des jungen David zum künftigen König Israels erzählt (siehe S. 5 ff.). In orthodoxen und katholischen Gottesdiensten macht Weihrauch auch heute auf das Besondere der gefeierten Gottesbeziehung aufmerksam.

Und dann ist es vor allem das Brauchtum der Feste, bei denen es immer auch um Wohlgerüche und angenehm Schmeckendes geht. Erinnerungen an die Advents- und Weihnachtszeit verbinden sich mit den Gerüchen in diesen Wochen, nach Kerzenwachs und Tannengrün, nach Äpfeln und Orangen, nach Räuchermännchen und Lebkuchen. Wer etwas auf sich hielt, füllte die Weihnachtsteller mit Plätzchen der unterschiedlichsten Geschmacksnoten.

Ausflüge in die Welt der anderen Religionen führen uns entsprechend zu den Speisekostbarkeiten der jeweiligen Feste, die auch je nach den örtlichen Gegebenheiten und Traditionen große Vielfalt zeigen.

## Praktische Umsetzung

Religiöse Bezüge werden in diesem Kapitel mit einer biblischen Erzählung, Anregungen zum weiterführenden Gespräch und mit Gebetsvorschlägen, auch für Tischgebete, aufgenommen. Dazu kommt das bekannte Märchen vom Pfannkuchen. Zum achtsamen Wahrnehmen mit Nase und Mund bieten sich allerlei spielerische Übungen an. Weiterführende Aktionen können das eigene Herstellen von Badesalz und das Anlegen einer Kräuterschnecke sein. Auch bei diesem Thema sollen die Eltern mit in den Blick genommen werden – in der Beschäftigung mit Ernährungsfragen ebenso wie im Bewusstsein, dass das Gestalten der Mahlzeiten in der Einrichtung viel mit Bildungsprozessen, nämlich der Förderung von Basiskompetenzen, zu tun hat.

Wir wünschen Ihnen viele gute Gelegenheiten, bei denen sich den Kindern durch bewusstes Riechen und Schmecken interessante und neue Zugänge zu der sie umgebenden Welt auftun.

(FH)

## Im Blickwinkel – Hinschauen und nachdenken

Wer in einem Haus arbeitet, das ein warmes Mittagessen für die Kinder anbietet, hat sicher schon mehr als einmal die Beobachtung gemacht, dass Kinder immer öfter und immer mehr ganze Gerichte oder einzelne Zutaten – hauptsächlich Salate und Gemüsesorten – verweigern. Und Beobachtungen legen nahe, dass diese Verweigerungshaltung in den letzten Jahren zugenommen hat. Jeder Mensch zeigt gegen bestimmte Speisen eine Abneigung. Das ist normal und kann auch bei Kindern akzeptiert werden. Aber warum haben etliche Kinder täglich am Essen etwas auszusetzen? Nicht zum ersten Mal habe ich die Vermutung, dass diese Probleme hausgemacht sind. In wie vielen Familien wird denn das Essen selbst zubereitet und gemeinsam an einem Tisch eingenommen? Selbst wenn noch gekocht wird, dann oft mit den praktischen „Fertigsoßen-Tüten“, die mit ihrem Glutamat-Anteil jegliche Differenzierung der Geschmacksempfindung erschweren.

Der Geschmack eines Kindes durchläuft wie seine gesamte Entwicklung mehrere Stufen. Schon das Kind im Mutterleib verfügt über Geschmacksknospen. Und je nachdem, was die werdende Mutter zu sich nimmt, verändert das den Geschmack des Fruchtwassers, das das Ungeborene aufnimmt. Doch auch später werden Vorlieben durch die Vorbildhaltung der Eltern beeinflusst: Eltern kochen ja vorwiegend das, was sie selbst bevorzugen, und geben dies an ihre Kinder weiter.