

Arbeitsmaterialien für Erzieherinnen und Erzieher

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

Kreative Ideenbörse Kindergarten – Ausgabe 1

Naturwissenschaften – Woher nimmt unser Körper seine Energie?

Autorin: Nicole Borgmann



Produkthinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Printausgabe aus der „Kreativen Ideenbörse Kindergarten“ der Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage (Originalquelle siehe Fußzeile des Beitrags)

► Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie hier.



Piktogramme

In den Beiträgen werden – je nach Fachbereich und Thema – unterschiedliche Piktogramme verwendet.

► Eine Übersicht der verwendeten Piktogramme finden Sie hier.



Haben Sie noch Fragen?

Unser Kundenservice hilft Ihnen gerne weiter:

Schreiben Sie an info@edidact.de oder per Telefon 09221 / 949-204.

Ihr Team von eDidact



Woher nimmt unser Körper seine Energie?

Ziele:

- Ausprägung des eigenen Selbstbildes
- positives Körpergefühl entwickeln
- Gesundheitsbewusstsein aufbauen
- Ausdrucksformen des menschlichen Körpers kennenlernen

Förderschwerpunkte:

- Wahrnehmung
- Wissen über die Leistungsfähigkeit des Körpers
- gemeinsames Philosophieren über mögliche Erklärungen

Anspruch:

Alter der Kinder:

Anzahl der Kinder:

Räumliche Voraussetzungen:

Materialien:

Kosten:

Vorbereitung:

Durchführungszeit:

- mittel
- 2 bis 6 Jahre
- 6 bis 8 Kinder
- Gruppenraum, Turnhalle, Küche
- sind in den jeweiligen Versuchen angegeben
- gering, die Materialien sind im Alltag der Kita vorhanden
- 20 Minuten
- 1 Stunde

Egal ob mit oder ohne sportliche Betätigung – der menschliche Körper verbraucht Energie. Unser Herzschlag, unsere Atmung und auch das Denken würden ohne sie nicht funktionieren. Unsere Nahrung liefert verschiedene Nährstoffe: Kohlenhydrate, Fette und Eiweiße. Kohlenhydrate und Fette werden von unserem Körper zur Energiegewinnung verwendet. Eiweiße dienen vorrangig als Baustoffe. Aber wie erfolgt die Umwandlung von Nährstoffen in Energie genau? Dieser Frage gehen wir nach.

Einstimmung:

Benötigte Materialien:

- Traubenzucker

Damit Kinder wissen, was Energie eigentlich ist, müssen sie erst einmal erkennen, wie es sich anfühlt, wenn sie keine Energie mehr haben. Dazu eignet sich folgendes Experiment.

- Heute werden wir uns erst mal ein bisschen bewegen. Zuerst machen wir Hampel-männer, 20 Stück. Schafft ihr das? Los geht's.
- Als Nächstes machen wir Kniebeugen, wieder 20 Wiederholungen.



- Jetzt machen wir noch ein Wettrennen. Auf los geht's los.
 - Das war schon richtig gut. Aber das Ganze könnt ihr bestimmt noch schneller, oder?
- Wie fühlt ihr euch jetzt? Fit oder eher ausgepowert?
Was könnten wir machen, damit ihr wieder fit werdet?

Die Kinder kommen sehr schnell darauf, dass man sich ausruhen oder etwas essen muss, um wieder fit zu werden. Im nächsten Schritt wird an jedes Kind ein Traubenzucker verteilt.

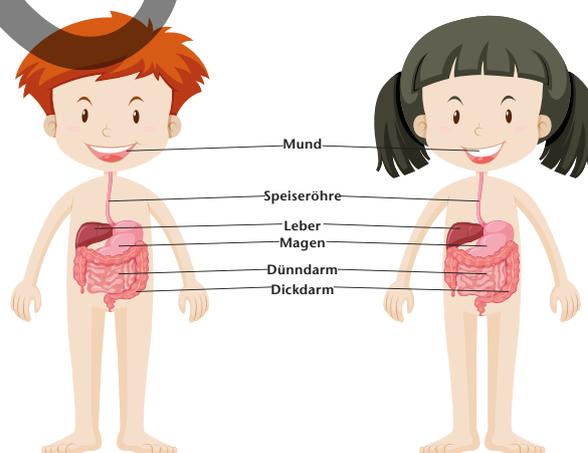
Was macht das Stück Traubenzucker mit euch?

Die Kinder werden erzählen, dass der Traubenzucker wieder fit macht. Aber wie funktioniert das? Um diese Frage zu klären, nutzen wir unser nächstes Experiment.

Durchführung und Umsetzung:

Du nimmst die Nährstoffe über die Nahrung auf und im Mund, Magen und Darm werden sie direkt zur Energiegewinnung in kleine Bauteilchen umgewandelt und stehen dann zur Nutzung bereit. Aber wie kommt die Nahrung vom Mund in den Magen? Habt ihr eine Idee?
Auf dem Bild sieht es aus, als ob die Nahrung vom Mund direkt in den Magen fällt, aber ganz so einfach ist es nicht.

Antwort: Das Essen fällt nicht einfach durch die Speiseröhre nach unten in den Magen hinein, um im Magen anzukommen sind noch viele Muskeln miteingebunden.



© bluringmedia – stock.adobe.com

