

## 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

Lebensmittel & Rezeptideen – Regionales Gemüse schmeckt und tut uns gut!

Autorin: Yvonne Wagner



#### 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](mailto:info@edidact.de) oder per Telefon 09221 / 949-204.

Ihr Team von eDidact



## Regionales Gemüse schmeckt und tut uns gut!

### Ziele:

### Förderschwerpunkte:

### Anspruch:

### Alter der Kinder:

### Anzahl der Kinder:

### Räumliche Voraussetzungen:

### Materialien:

### Kosten:

### Vorbereitung:

### Durchführungszeit:

- Lust auf gesundes Essen entwickeln
- Geschmackssinn trainieren
- Feinmotorik schulen
- Ernährung
- Selbstständigkeit
- Umweltbewusstsein
- mittel
- 3 bis 6 Jahre
- 6 bis 10 Kinder
- Küche oder Gruppenraum
- Taschen
- Sieb (Seier)
- 2 große Teller oder Tablett
- Brettchen
- scharfes Messer
- mehrere kleine Messer
- Sparschäler
- je zwei kleine Teller oder Schüsseln pro Kind
- ca. 10 Euro
- ca. 30 Minuten
- ca. 2 Stunden

### Vorbereitung:

Erkundigen Sie sich, wo in der Gegend regionales Gemüse zu kaufen ist, möglichst in Bioqualität. Vielleicht gibt es einen Bauernhof mit Hofladen oder einen Bioladen in der Nähe. Manche Supermärkte führen ebenfalls regionales Gemüse, wobei Sie hier genau hinsehen müssen. Außerdem benötigen Sie die Möglichkeit, bei einem Discounter oder Supermarkt einzukaufen.



### Hinweis:

Regionales Gemüse ist immer anderem Gemüse vorzuziehen, da es keine weiten Wege zurücklegen muss. So wird dafür kein CO<sub>2</sub> freigesetzt, um es zu transportieren, es muss nicht besonders verpackt werden und es sind keine Chemikalien nötig, um es besser haltbar zu machen, damit es die Wege übersteht. Es ist daher auch frischer und kann reif geerntet werden, statt in Lagerstätten nachzureifen. Der Einkauf regionalen Gemüses fördert die Landwirtschaft in der Gegend.



Wenn Sie zudem auf Bioqualität achten, werden auch beim Anbau keine Pestizide und andere Giftstoffe eingesetzt, die sowohl der Natur als auch dem Menschen schaden. Regionales Gemüse ist daher gesünder als Gemüse, das erst von weit her importiert wird.

### Einstimmung:

Setzen Sie sich mit den Kindern in einen Sitzkreis und zeigen Sie Bilder von Gemüse, das in der Gegend wachsen kann (z. B. Äpfel, Kartoffeln, Gurken). Lassen Sie die Kinder selbst benennen, was sie sehen.

Fragen Sie nach, ob die Kinder wissen, woher das Gemüse kommt.

Wer hat selbst einen Garten zu Hause? Was wächst da?  
Wer war schon einmal bei einem Hofladen einkaufen?

Schlagen Sie vor, zusammen Gemüse aus der Gegend einzukaufen und zuzubereiten, um es dann zu essen. Ziel ist, herauszufinden, ob und wie es schmeckt. Außerdem sollen die Kinder in Erfahrung bringen, was besser schmeckt: regionales Gemüse oder importiertes aus dem Discounter (wobei es dort auch gelegentlich Gemüse aus der Region geben kann).

### Durchführung und Umsetzung:

Ziehen Sie gemeinsam mit den Kindern los, um regional einzukaufen. Je nachdem, wo sich eine Möglichkeit findet, müssen Sie dafür etwas mehr planen und benötigen evtl. Fahrgeld und Personal zur Aufsicht. Nehmen Sie Taschen oder Körbe bzw. Rucksäcke mit, um die Einkäufe zu transportieren.



#### Tipp:

Gibt es keinen Hofladen oder Bioladen in der Nähe, dürfen Sie vielleicht mit den Kindern einen Privatgarten besuchen und etwas ernten. Fragen Sie unter den Eltern und Großeltern der Kinder oder rufen Sie beim örtlichen Schrebergartenverein an.

Ist Ihnen der Aufwand zu groß, zusammen mit den Kindern einzukaufen, besorgen Sie das Gemüse selbst oder bitten Sie darum, dass einige Eltern, möglichst aus dem eigenen Garten oder eben aus regionalem Anbau, etwas besorgen. Auch die Einkäufe aus dem „konventionellen“ Supermarkt können evtl. Eltern für Sie übernehmen.