

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 – Gesundes aus dem Glas:
Winter- und Frühlingssprossen

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 oder per Telefon 09221 / 949-204.

Ihr Team von eDidact



Gesundes aus dem Glas: Winter- und Frühlingsprossen

Ziele:

Förderschwerpunkte:

Anspruch:

Alter der Kinder:

Anzahl der Kinder:

Räumliche Voraussetzungen:

Materialien:

Kosten:

Vorbereitung:

Durchführungszeit:

- Lust auf gesundes Essen entwickeln
- Geschmackssinn trainieren
- Pflanzen und ihre Entwicklung kennenlernen
- Feinmotorik schulen
- Ernährung
- Selbstständigkeit
- Umweltbewusstsein
- mittel
- 4 bis 6 Jahre
- 4 bis 6 Kinder
- Küche oder Gruppenraum
- Gläser (z. B. von Marmelade)
- Klebeetiketten
- Stift
- feines Netz (z. B. Gaze, Fliegengitter)
- kleine Schüsseln
- Gummiringe oder Schnur und Schere
- Samen (s. u.)
- Schüsseln
- Löffel
- Essig
- Öl
- ca. 3 Euro
- ca. 15 Minuten
- täglich 2- bis 3-mal ca. 2 Minuten, Zubereitung ca. 10 Minuten

Vorbereitung:

Bitten Sie die Kinder, bzw. ihre Eltern, jeweils ein Glas und eine Tüte Bio-Gemüsesamen mitzubringen. Geben Sie ihnen dafür die untenstehende Liste mit Samen mit oder schreiben Sie jedem Kind auf, welche Samen es mitbringen soll (dann haben Sie eine große Auswahl). Natürlich können Sie auch alles selbst besorgen und für die Kinder bereitstellen.

Besorgen Sie Klebeetiketten, die gut auf den Boden der Gläser passen, das Netz und Gummiringe oder Schnur (z. B. dünnes Baumwollgarn). Außerdem benötigen Sie auch für sich bzw. für Kinder,



die nichts mitbringen, einige Gläser und Samen. Kaufen Sie auch Radieschensamen. So viele, dass jedes Kind mindestens fünf Stück haben kann.

Beschriften Sie die Klebeetiketten mit den Namen der Samen und ggf. jetzt schon mit den Namen der Kinder. Falls noch offen ist, wer welche Samen mitbringt, können Sie die Beschriftung auch bei der Durchführung nachholen.

Einstimmung:

Versammeln Sie die Kinder in einem Sitzkreis. Zeigen Sie die Samen der Radieschen.

Wer weiß, was das ist?

Wenn die Kinder wissen, dass es Samen von Radieschen sind, geben Sie jedem Kind einige Samen (ca. 5). Da müssen alle gut aufpassen, denn die sind sehr klein. Die Kinder dürfen daran riechen und wer mag, darf auch drauf beißen.

Wie sehen die Samenkörner aus?
Wie riechen sie?
Wie schmecken sie?

Die Kinder bemerken bestenfalls einen würzigen Geruch und einen leicht scharfen Geschmack. Unterhalten Sie sich, was man damit machen kann. Lassen Sie die Kinder selbst erzählen und ergründen, wie aus dem Samen eine Pflanze werden kann (Nährstoffe, Nährboden, Wasser, Licht). Schlagen Sie vor, Sprossen zu ziehen. So nennt man das erste Stadium der Keimlinge, also der Jungpflanzen, bevor sie Blätter herausbilden.

Durchführung und Umsetzung:

Falls Sie es noch nicht getan haben, beschriften Sie zuerst die Gläser mit den Namen der Kinder und der Samen, die in die Gläser kommen werden.

Geeignete Samen für Sprossen:

Es eignen sich grundsätzlich alle roh essbaren Bio-Gemüsesamen für Sprossen. Bohnen müssen vor dem Verzehr gegart werden. Ihre Sprossen benötigen dafür nur eine kurze Überbrühung mit heißem Wasser. Zur Sicherheit sollten Sie jedoch auf Bohnen verzichten. Außerdem eignen sich nicht Kartoffeln und Tomaten.