

## 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 16

Meine Gesundheit ist wertvoll

Mathematik – Ernährung hält mich fit – Ein Spiel

Anja Mohr



#### 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 / 949-410.

Ihr Team von eDidact

## Ernährung hält mich fit – Ein Spiel

Anja Mohr

### Ziele:

### Förderschwerpunkte:

### Anspruch:

### Alter der Kinder:

### Anzahl der Kinder:

### Räumliche Voraussetzungen:

### Materialien:

### Kosten:

### Vorbereitung:

### Durchführungszeit:

- Vermittlung von Sachwissen zum Thema Gesundheit
- Vermittlung von Sachwissen zu Lebensmitteln
- Feinmotorik fördern
- Förderung von Zahlen- und Mengenverständnis
- Spielfreude anregen
- mittel
- ab 4 Jahren
- 2–6 Kinder
- keine
- die Kopiervorlage „Figur“ auf Seite 34
- weißer Tonkarton im Format DIN A2
- zwei Farben Papier
- Farbstifte, Schere, Kleber
- Prospekte mit Lebensmitteln
- Zahlenwürfel
- vier bis sechs Korken
- für Papier
- keine
- Herstellung: 20–30 Minuten
- Spiel: 10–20 Minuten

Bei der Herstellung des Spiels wirken die Kinder aktiv mit. Schon während der Herstellung wird gesunde Ernährung thematisiert und durch das Spielen wird vertieft, dass gesundes Essen für unseren Körper gut und wichtig ist.

### Vorbereitung:

Schneiden Sie gemeinsam mit den Kindern Lebensmittel aus den Prospekten aus.



### Hinweis:

Achten Sie darauf, dass die Kinder Gesundes, wie Obst und Gemüse sowie ungesunde Lebensmittel, wie Süßigkeiten, ausschneiden.

Schneiden Sie anschließend aus dem weißen Tonkarton ca. 25 quadratische Kärtchen mit den Maßen 10x10 cm zurecht. Verwenden Sie für die Kärtchen eine einheitliche Farbe.

Für den Spielplan schneiden Sie aus den beiden unterschiedlichen Papierfarben Kreise aus – von der einen Farbe ca. 20 und von der anderen ca. 10.

Malen Sie die Vorlage „Figur“ bunt an. Die Korke, die als Spielfiguren dienen sollen, bekleben Sie auf der Oberseite mit buntem Papier.

### Einstimmung:

Laden Sie die Kinder zu einem Sitzkreis ein, um die ausgeschnittenen Lebensmittel zu besprechen und gemeinsam auf die Spielkarten zu kleben.

Wir haben ganz viele Lebensmittel aus den Prospekten ausgeschnitten. Einige von diesen Lebensmitteln sind gut für unseren Körper. Sie halten uns gesund und schenken unserem Körper Kraft. Andere aber sind nicht so gut für unseren Körper.

Gehen Sie mit den Kindern alle Lebensmittel durch und diskutieren Sie, welche davon gesund sind und welche davon ungesund sind. Lassen Sie die Kinder die Lebensmittel nach der Diskussion auf die quadratischen Kärtchen kleben.



© Adono/redgreystock – stock.adobe.com

### Durchführung und Umsetzung:

Mit einer Kleingruppe von bis zu sechs Kindern stellen Sie im nächsten Schritt den Spielplan her. Legen Sie dazu den weißen Tonkarton in Hochformat vor die Kinder.

Auf diesem großen Papier möchte ich gerne ein Spiel mit euch gestalten, bei dem es um gesundes Essen geht. Denn wir haben ja besprochen, dass gesundes Essen unserem Körper gut tut.