



Empfohlene Zielgruppe: Diese Kiste richtet sich an Kinder im Grundschulalter. (sechs bis elf Jahre)

Inhalt: Anleitung, Spiele (Apfelringe, Brottüten bemalen, kneten, Ernährungstagebuch, Zucker-Experiment, Obstsalatenspiel, Nudelketten, Obstmemory, Obst- und Gemüsesong, Zuordnungsspiel, Arbeitsbogen, Mandala, Obst und Gemüse ABC, Warum muss man sich gesund ernähren?, Ernährungspyramide erstellen, Getreide selber mahlen...), Mörser, Farben, Pinsel ...

Ziele: Eine Projektwoche zum Thema „Gesunde Ernährung“ → Schüler nachhaltig über gesunde Ernährung aufklären

- Wissensvermittlung
- Interesse an gesunder Ernährung entwickeln

Im Jahr 2013 waren 52% der Deutschen übergewichtig. Da diese Zahl stetig steigt, ist es besonders wichtig, die Menschen früh für eine gesunde Ernährung zu sensibilisieren.

Die Anzahl der übergewichtigen Kinder in Europa, ist in Deutschland am höchsten.

Eine gesunde Ernährung bedeutet sich ausgewogen zu ernähren. Dazu gehören Obst, Gemüse, fettarme Milchprodukte und Getreide. Eine falsche und dauerhaft ungesunde Ernährung erhöht das Risiko für Krankheiten wie Diabetes mellitus, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Krebs.

Neben den negativen Folgen für die Gesundheit, entwickelt sich insbesondere bei Kindern auch seelisches und psychisches Leid.

Die Kiste soll Kinder dabei unterstützen einen Blick für versteckten Zucker und Fette in Lebensmitteln zu bekommen. Des Weiteren werden die Kinder über gesunde Ernährung aufgeklärt und es wird ein Verständnis für die Entstehung von Krankheiten und die Funktionsweise des Organismus entwickelt.

Alle Produkte, die die Kinder verzehren sind vom Projektleiter selbst bereit zu stellen. In der Kiste befinden sich alle Hilfsmittel und Materialien, die neben den Nahrungsmitteln

Kisten zu den einzelnen Spielen



Ordner mit Spielen und Anleitungen

