

# NEWSLETTER JUNI 2007

## JUNGE SACHSEN GENIEßEN Fit mit Genuss in Kita und Schule

Kampagne zur Förderung der Ernährungs- und Verbraucherbildung in Kitas und Schulen  
– unterstützt durch das Online-Lernportal

[www.lernportal-sachsen-geniessen.de](http://www.lernportal-sachsen-geniessen.de)



In den Workshops der Auftaktveranstaltung wurde Ihnen das Grundwerkzeug für die Einordnung Ihrer Projekte in die Gesamtstruktur vermittelt. Sie haben nun in Ihrer Einrichtung einen ersten Stand erarbeitet und möchten im Ergebnis das ein oder andere Thema intensiver bearbeiten oder sich neu erschließen. Um Sie dabei zu unterstützen, werden wir Ihnen in den folgenden Newslettern, die einzelnen Themenbereiche mit Ihren Inhalten noch einmal vorstellen.

Die für Ihre Arbeit wichtigen Bezüge, Projektvorschläge und Materialien finden Sie im Online-Lernportal „Junge Sachsen genießen“ [www.lernportal-sachsen-geniessen.de](http://www.lernportal-sachsen-geniessen.de).

### ESSEN – SINNESWAHRNEHMUNG, KÖRPERBILDER, EIGENVERANTWORTUNG

... bildet den thematischen Grundbaustein des Europäischen Kerncurriculums für die (vor-)schulische Ernährungs- und Verbraucherbildung und somit den Einstieg in unsere Newsletter-Serie.

Warum? Wenn wir uns die Entwicklung des Menschen beginnend beim Säugling anschauen, wissen wir, dass der Säugling seine Umwelt als erstes über seine Sinne und somit über Sinnesreize wahrnimmt. Das heißt, jeder Mensch lernt Essen über verschiedene Sinnesreize.

In der heutigen Zeit ist es jedoch schwierig Essen **mit allen Sinnen** zu genießen. Denn es bedeutet u.a. sein Essen bzw. seine Nahrung beim Einkauf zu ertasten, daran zu riechen etc.. Aber wie erriecht man bspw. Tiefkühlkost oder das verpackte Kartoffelpüreepulver? Wie sollen Kinder und Jugendliche ihre Sinne fordern und

verfeinern, wenn ihnen schon hier, bei der ersten Begegnung mit dem Essen, Grenzen gesetzt werden? Man bedenke,  $\frac{3}{4}$  unserer Nahrungsmittel sind nur verpackt erhältlich.

Hat man erst einmal einkauft, sind in der Einkaufstasche meist die Lieblings Speisen eines jeden zu finden. Aber warum entscheiden wir uns für dieses oder jenes oder gar für unsere Lieblings Speisen? Vor allem in den ersten Lebensjahren werden **Essensvorlieben** geprägt. Kinder beobachten bei Eltern, Freunden oder anderen Vertrauten, was und wie gegessen wird. Sie sind bereit neue Nahrungsmittel zu probieren und somit ihre Palette an akzeptablen Nahrungsmitteln zu erweitern. Auch sich verändernde Geschmacksvorlieben – z.B. Aversionen gegen bittere und saure Lebensmittel werden abgemildert – tragen zu einer Vervielfachung bei.



© CMA 2007

Essen mit allen Sinnen, heißt auch, sich der Umgebung beim Essen bewusst sein. Wird an einem schön gedeckten Tisch oder wieder einmal im Stehen gegessen? Essen Kinder/Jugendliche allein oder gemeinsam mit der Familie oder Freunden?

### JUNGE SACHSEN GENIEßEN

- ein Projekt der Sächsischen Arbeitsstelle für Schule und Jugendhilfe e.V.,  
gefördert durch die Sächsischen Staatsministerien für Umwelt und Landwirtschaft, Soziales und Kultus.

Natürlich geht es in diesem Prozess nicht nur um Sinneswahrnehmung, sondern es geht auch um **Eigenverantwortung**. Kinder und Jugendliche sollen befähigt werden eigenverantwortlich zu handeln. In der ersten Stufe sollen die Kinder lernen selbstständig zu essen. Aufbauend sollen Kinder und Jugendliche ein Bewusstsein dafür entwickeln, dass sie Taschengeld für Essen ausgeben und dass sie dabei selbst für ihre Essensauswahl verantwortlich sind.



© 26. Grundschule Dresden

Für die Umsetzung des Themas finden Sie im Lernportal Projektvorschläge, z.B. den Sinnes-Parcours für die Altersgruppe 4–7, das Milchprodukte – Sinnesbüfett für die 8 bis 10-Jährigen oder auch Scharfe Sinne – Kreatives Küchenstudio für die 11 bis 18-Jährigen. Des Weiteren sind themenspezifische Bildungs- und Lehrplanbezüge und umfangreiche Materialien vorhanden.

Sie haben Fragen oder Anregungen zu diesem Thema? Schreiben Sie uns per Email [kampagne@sasj.de](mailto:kampagne@sasj.de) oder stellen Sie Ihre Fragen im Forum des Lernportals.

---

## LERNPORTAL – PROJEKTE

**HERZLICHEN DANK AN ALLE TEILNEHMER, DIE UNS IHRE PROJEKTEMPFEHLUNGEN ZUR VERFÜGUNG GESTELLT HABEN!**

Wir haben diese überarbeitet und als PDF-Dateien im Lernportal bereitgestellt. Je nach inhaltlicher Gewichtung wurden sie den entsprechenden Themen und Schwerpunkten zugeordnet und sind unter → *Projekte* → *1. Projektideen und -vorschläge* zu finden.

Des Weiteren wurde das Menü *Projekte* um neue Projektpartner und neue Angebote erweitert (→ *Projekte* → *II. Sächsische Projektpartner und ihre Angebote*).

---

## LERNPORTAL – FORUM

Auf Grund der aufgerufenen Seiten im Lernportal stellen wir fest, dass Sie grundsätzlich an einem Erfahrungsaustausch interessiert sind. Vielleicht ist Ihnen der Austausch über ein Forum noch nicht so vertraut oder Sie haben sich mit den Themen nicht angesprochen gefühlt. Wenn Sie Fragen oder Themenvorschläge für das Forum haben, können Sie diese auch gern per E-Mail an uns senden ([kampagne@sasj.de](mailto:kampagne@sasj.de)) oder uns anrufen (0351/490 68 67).

Da es viele Fragen gibt, die nicht nur eine Kita oder eine Schule betreffen, werden wir diese zur Diskussion ins Forum einstellen.

---

## AUSBLICK

Schwerpunkt des nächsten Newsletters ist das Thema „Essgewohnheiten und Einflüsse“. Wenn Sie ein Projekt zum Thema durchgeführt haben oder ein empfehlenswertes Material kennen und es den anderen Teilnehmern vorstellen möchten, dann melden Sie sich bitte bis zum 13. Juli 2007 per E-Mail [kampagne@sasj.de](mailto:kampagne@sasj.de) bei uns.



---

### JUNGE SACHSEN GENIEßEN

- ein Projekt der Sächsischen Arbeitsstelle für Schule und Jugendhilfe e.V.,  
gefördert durch die Sächsischen Staatsministerien für Umwelt und Landwirtschaft, Soziales und Kultus.