

Neuweiler, den 14.11.2019

## Die Ernährungsexperten der katholischen Kita St. Hildegard in Neuweiler

In den vergangenen Wochen fand in der katholischen Kindertagesstätte St. Hildegard in Neuweiler ein Projekt zum Thema „Gesunde Ernährung - rund um den Apfel“ statt. Über mehrere Wochen haben sich die Kinder einer kleinen Projektgruppe, die sich die „Ernährungsexperten“ nennen, und ihre Erzieherin, Mandy Kliemas, ein bis zwei Mal in der Woche getroffen. Besonders wichtig war dabei, dass die Kinder spielerisch möglichst viel über gesunde Ernährung erfahren. Zu Beginn des Projektes wurden die Kinder durch eine Geschichte vom kleinen Erdmännchen und dem klugen Pinguin über die Folgen von ungesunder und süßer Ernährung informiert, das kleine Erdmännchen liebt nämlich Süßigkeiten! Um dem kleinen Erdmännchen zu helfen, damit es sich besser ernähren kann, haben die Kindern ihm anhand einer Ernährungssampel gezeigt, von welchen Lebensmitteln es mehr und von welchen Lebensmitteln es besser weniger essen sollte. Dabei haben natürlich auch die Kinder viel gelernt. Außerdem haben sie verschiedenes Gemüse und Obst intensiver angeschaut und konnten auch verschiedene Sorten probieren.

Der Schwerpunkt des Projektes lag jedoch auf dem Thema „Apfel“, die Projektgruppe hat sich sehr intensiv mit dem Apfel beschäftigt. Die Kinder haben gelernt, wie aus einem kleinen Apfelkern ein großer und starker Apfelbaum wird und haben gemeinsam leckere Apfelmuffins gebacken. Außerdem haben die Kinder Äpfel gebastelt, ein neues Fingerspiel dazu gelernt und eine Mitmachgeschichte vom „kleinen Apfelkern“ erlebt.



Abschluss des Projektes war ein gemeinsamer Eltern–Kind–Nachmittag. Dieser war für die Kinder etwas ganz Besonderes, da sie an diesem Nachmittag ihren Eltern zeigen konnten, was sie in den letzten Wochen alles gehört, gesehen, geschmeckt und gelernt haben.

Ein Highlight an diesem Nachmittag war eine Urkunde und ein Apfel, den jedes Kind zum Abschluss bekommen hat.



(Mandy Kliemas)