

Projekt zu Gesundheit, Ernährung und Bewegung in der Kita „Bünder Straße“

Gemüsemuffel Feinschmecker

ENGER (WB). Alle kennen sie: die sprichwörtlichen Gemüsemuffel und unersättlichen Naschkatzen. Kinder, die am liebsten immer nur Pizza, Pommes oder Spaghetti verlangen. „Es ist uns eine Herzensangelegenheit, den Kindern eine gesunde, ausgewogene Ernährung anzubieten, die täglich von einer Hauswirtschaftskraft frisch

zubereitet wird“, berichtet Corinna Schünemann, Leiterin von der evangelischen Kita und dem Familienzentrum „Bünder Straße“.

In der Kindertageseinrichtung werden Mädchen und Jungen nach Alter und Fähigkeiten in die Zubereitung der Speisen mit einbezogen, sodass schon eine Menge Basiswissen über das Thema

„Gesundheit, Ernährung und Bewegung“ bei den Fünf- und Sechsjährigen vorhanden ist.

Schünemann: „Zur weiteren Vertiefung haben wir über mehrere Wochen ein Projekt durchgeführt. Unter Anleitung von Regine Steinfort vom Workshop-Team Reinhard Stükerjürgen konnten die Kinder spiele-

risch anhand von vielen praktischen Beispielen erfahren, wie gesunde und vielfältige Ernährung aussehen soll.“ Die Osthushenrich-Stiftung unterstützte finanziell die Durchführung des Projektes in Enger.

„Wir haben aus Kartoffeln und Zwiebeln eine Pyramide gebaut. Das war ganz schön schwierig“, erzählt beispielsweise der fünfjährige Dean. Mit geschlossenen Augen herausschmecken, um welches Obst oder Gemüse es sich handelt, war auch für die fünfjährige Klea eine echte Herausforderung, der sie sich bravourös gestellt hat. Außerdem ging es für alle in die Turnhalle der Kita, wo Bewegungs- und Balancierbaustellen aufgebaut waren. Dabei ist einmal die fünfjährige Emma mit dem Fuß abgerutscht, als sie den Ball aufheben wollte. „Aber das macht nichts, einmal ist keinmal“, erzählte das Mädchen lächelnd und spielte weiter.

Corinna Schünemann zieht ein positives Fazit aus dem Projekt. „Die Jungen und Mädchen haben mit großer Begeisterung erfahren, dass Ernährung und Bewegung im Einklang miteinander und dem Körper guttut und äußerst wichtig ist für das eigene Wohlbefinden“, so die Kita-Leiterin.



Konzentriert und mit großer Begeisterung beteiligten sich die kleinen Kinder an dem Projekt in ihrer Kindertagesstätte.