

GRUNDSCHULE ERNÄHRUNGSHelden

Das Gorilla-Ernährungstheater widmet sich in der Grundschule mit dem Programm "ERNÄHRUNGSHelden" inhaltlich drei Themenfeldern und orientiert sich dabei eng an den Ernährungsrichtlinien der Deutschen Gesellschaft für Ernährung.



Erklärung der 5 Nährstoffe In welchen Lebensmitteln sind sie enthalten?

Die Kinder lernen die Superhelden Carbo, Proti, Fatso, Vita-Man und Minerata kennen. Sie sind die Nährstoffe in unserem Essen. Beim "Fernsehduell zur Wahl des nächsten Nährstoffhelden" treten sie gegeneinander an, indem sie für ihre wichtigsten Funktionen werben.

Essverhalten

Die Ernährungspyramide

Um alle Nährstoffe ausgewogen zu uns zu nehmen, ist auch das richtige Mengenverhältnis wichtig. In einer Theaterszene muss davon auch der berühmte und große Pharao Tut Anch Vital überzeugt werden. Dieser war ein großer Herrscher in Ägypten zu einer Zeit, in der es dort noch keine einzige Pyramide gab...



Der Zucker-Song

Süßes füttern ist lecker und verführerisch. Im "Zucker, Zucker, Zucker"-Song battlen zwei Hip-Hopper auf einen coolen Beat für ihre Überzeugung.

Ernährung und Umwelt

Welche Lebensmittel sind gesund und gleichzeitig "menschenfreundlich", "tierfreundlich" und "klimafreundlich"? Diese Frage stellt sich ein Kind bei seinem Einkauf im Supermarkt und begegnet dabei den Aufschriften Bio, Regional und Fairtrade. Wir schaffen eine erste Orientierung im Dschungel der Lebensmittel-Labels.



Wir beraten Sie gerne – kontaktieren Sie uns!

Gorilla-Ernährungstheater

Giesbert & Heinen GbR

Mathildenstraße 72, 50679 Köln
www.gorilla-ernaehrungstheater.de
info@gorilla-ernaehrungstheater.de
Telefon: 0221-16841442

Wir freuen uns, unsere Printprodukte klimaneutral auf 100 % Recycling-Papier mit Bio-Farben und erneuerbaren Energien zu drucken! Garantiert durch dieUmwelt-Druckerei.



www.dieUmweltDruckerei.de

GORILLA ERNÄHRUNGSTHEATER

HINTERGRUND & ANGEBOT

Das Gorilla-Ernährungstheater

Wir möchten Kinder mit unseren lebendigen Theaterprogrammen schon früh für das Thema Ernährung begeistern. „Versorgt mit allen Stoffen kannst du oben auch mal naschen!“ lautet eine Zeile aus unserem theaterigenen Hip-Hop-Song. Mit „oben“ ist die Spitze der Ernährungspyramide gemeint. Wenn wir von der Basis her mit allen Stoffen versorgt sind, können wir viel mehr als oben auch mal naschen: Muskelarbeit, Gehirnaktivität, Verdauung, die Überwindung von Infekten und vieles mehr funktioniert dann einfach besser.

Der Gorilla als unser Namensgeber steht für die Stärke und den Mut zur ausgewogenen Ernährung. Denn erst durch die richtigen Lebensmittel können wir uns kraftvoll bewegen und aktiv am Leben teilnehmen.

KINDERGARTEN DAS GEHEIMNIS DER GEMÜSESUPPE

Für wen?	Max. 25 Kinder von 3 bis 6 Jahren
Methoden:	Interaktionen, Schauspielenszenen mit Handpuppe, Kochvorbereitung
Dauer:	40 - 45 Minuten
Kontext:	Vorbereitung Mittagessen
Platzbedarf:	1 Gruppenraum

GRUNDSCHULE ERNÄHRUNGSHelden

Für wen?	Max. 70 Kinder der 3. und 4. Klasse
Methoden:	Interaktionen, Schauspiel, Musik
Dauer:	70 Minuten / 1 Doppelstunde
Kontext:	Ergänzung zum Unterricht
Platzbedarf:	1 Klassen- oder Mehrzweckraum
Was noch?	Vor- und Nachbereitungsmaterial

KONZEPT & ZIELE

Das theaterpädagogische Konzept

Bei unseren Aufführungen verwandeln wir das Klassenzimmer/den Gruppenraum in ein kleines Theater. Ein spannendes und spielerisches, aber auch nahbares Erlebnis ist uns dabei wichtig. In der Grundschule lernen uns die Kinder daher zuerst als reale Personen kennen, bevor wir in verschiedene Rollen schlüpfen. Neben der künstlerischen und abwechslungsreichen Darstellung der Themen beziehen wir die Kinder in die Programme ein und sprechen mit ihnen über ihre Alltagssituationen und Erfahrungen in Bezug auf Essen und Trinken – ohne erhobenen Zeigefinger. Aus diesem Grund richten wir unsere Theaterstücke gern an kleine Gruppen, in der Grundschule an max. 70 Kinder und im Kindergarten an max. 25 Kinder.

Die Lernziele

Das Thema Ernährung hat ökologische, ökonomische, soziale und kulturelle Dimensionen und ist deshalb auch besonders komplex. Kinder können ihr eigenes Ess- und Konsumverhalten jedoch erst verstehen und reflektieren, wenn sie wissen, wo die Lebensmittel wachsen und herkommen, welche Nährstoffe es gibt, in welchen Lebensmitteln sie enthalten sind und welchen Nutzen sie haben. Das Gorilla-Ernährungstheater vermittelt deshalb zu diesen Themen praktische Strategien und motiviert die Kinder zu einem bewussten und selbstbestimmten Umgang mit Lebensmitteln.

Die Zugabe

Für die Grundschule stellen wir gern unsere Unterrichtsmaterialien als optionale Ergänzung zur Vor- und Nachbereitung zur Verfügung: Zu jedem Teil des Theaterstücks gibt es Vorschläge zur Unterrichtsgestaltung sowie Kopiervorlagen und zahlreiche Arbeitsblätter – zum Erinnern und Weiterdenken, mit Rätseln und Quiz, Mal- und Gestaltungsvorlagen, Spiel- und Experimentiervorschlägen. Eltern und Kinder können mit vorhandenen Briefvorlagen über den Besuch des Gorilla-Ernährungstheaters informiert und eingestimmt werden.

KINDERGARTEN DAS GEHEIMNIS DER GEMÜSESUPPE

Torben ist Koch. Serge ist ein kleiner Gorilla und wohnt in einem Kochtopf. Das trifft sich gut, denn die beiden sind beste Freunde und kochen gerne gemeinsam für Kinder. Heute möchten sie eine köstliche Gemüsesuppe kochen. Dafür hat Torben viele leckere Dinge mitgebracht. Darunter auch eine strenggeheim Zutat! Leider ist Serge eine ziemliche Schlafmütze und für seinen Einsatz kaum wach zu kriegen. Denn nachts ist er wach, um an neuen Rezepten zu feilen. Doch Torben kann auf seine Hilfe unmöglich verzichten...



In "Das Geheimnis der Gemüsesuppe" schauen die Kinder dem Koch Torben über die Schulter. Auf unterhaltsame Weise erfahren sie, welches Gemüse er für die Suppe eingekauft hat, wo es wächst und herkommt. Die Kinder erleben die Zubereitung des Mittagessens als ein Erlebnis, das Spaß macht. Hierzu gehört natürlich auch das Planen, Einkaufen, Waschen und Schneiden des Gemüses. Im Anschluss an das Theaterstück essen alle gemeinsam die im Kindergarten fertigestellte Gemüsesuppe.