



## Gesunde Jause + Ausgehtage

Im Kindergarten Kumberg steht nach der gesunden Jause ein Spaziergang am Programm.

Einmal in der Woche gestalten die Kinder ihre gesunde Jause selbst, indem sie gesunde Lebensmittel von zuhause für das Buffet mitnehmen.

Beim gemeinsamen Essen haben die Kindergartenkinder dann die Möglichkeit, selbst zu entscheiden was auf ihren Teller kommt. Mit dieser Aktion wird einerseits die gesunde Ernährung nähergebracht und andererseits die Selbstständigkeit gefördert.

Anschließend findet ein „Verdauungsspaziergang“ statt, der immer an verschiedene Orte führt. Mal geht es in den Wald, mal auf den Spielplatz und ein anderes Mal an den See. Neben der Bewegung wird dabei auch die Verantwortung gefördert und die Straßenverkehrsregeln geübt.

Dieser besondere Tag bereitet den Kindern eine große Freude und bringt Abwechslung in den Kindergartenalltag. Bei jedem Ausflug wird etwas Neues erlebt und sie lernen Verantwortung für sich und andere zu übernehmen.

### Welche Bildungsbereiche wurden berührt?

- X Ästhetik und Gestaltung
- X Bewegung & Gesundheit
- X Emotionen und soziale Beziehungen
- X Ernährung



X Ethik und Gesellschaft



X Natur und Technik



X Sprache und Kommunikation

