

Mit allen Sinnen! - Spiele für die Faschingsfeier

Mit folgenden gesundheitsfördernden Partyspielen können Tast-, Riech-, Geschmack- und Sehsinn angeregt werden. Dies kann zu einem besseren Verständnis von richtiger Ernährung beitragen.

1) Blindverkostung (Geschmackssinn):

Material: verschiedene Speisehäppchen (Apfel-, Schokostücke) und Getränkeproben (Himbeersaft, Zitronenwasser), Tücher zum Verbinden der Augen.

Ablauf: Den Kindern werden mit den Tüchern die Augen verbunden. Ein Erwachsener füttert nun mit diversen Speiseproben. Wer erkennt, was er das isst und trinkt? Das Kind mit den meisten Antworten hat gewonnen.

2) Schnüffel-Nase (Riechsinn):

Material: Plastikbecher, verschiedene Gewürze und Kräuter (Zimt, Schnittlauch), Backpapier, Gummiringerl.

Ablauf: Plastikbecher mit jeweils einem Gewürz oder mit einem Kraut befüllen und mit Backpapier und einem Gummiringerl zudecken. Dann kleine Löcher hineinstecken. Die Kinder riechen und raten lassen.

3) Tastbox (Tastsinn):

Material: eine Schuhschachtel, Obst- und Gemüse, ein Tuch.

Ablauf: In die Schachtel Obst und Gemüse geben und ein Tuch darüber legen. Die Kinder sollen in die Box greifen und ein Lebensmittel in die Hand nehmen. Sie müssen das Obst oder Gemüse jedoch in der Schachtel lassen. Danach geben sie einen Tipp ab und ziehen das Lebensmittel hervor.

4) Süßigkeiten-Memory (Sehsinn):

Material: Pappbecher, kleine Naschereien in doppelter Ausführung.

Ablauf: Die Becher umdrehen und in jeweils zwei der Becher kommt die gleiche Süßigkeit. Ganz nach den bekannten Memory-Regeln darf derjenige, der ein Süßigkeitenpaar findet, dieses behalten und gleich daraufhin genießen.

Naschen zum Fasching?

Ein Rat von unserem **Zahnputzdrachen „KIBU“**: „JA, aber nach jedem Naschen den **Mund** immer kräftig mit Wasser **spülen** und mindestens **2 x täglich Zähneputzen** nicht vergessen!“ Das tägliche Nachputzen eines Erwachsenen, am besten vor dem Schlafengehen ist aufgrund der fehlenden Feinmotorik bis zum Alter von 10 Jahren der Kinder unbedingt erforderlich! Abends nach dem Zähneputzen nur mehr ausschließlich Wasser trinken, da der Speichelfluss in der Nacht stark vermindert ist und somit Schäden am Zahnschmelz anrichten kann!



Foto: © Birgit Brunner