



## **Bewegung mit Tomatensoße – Gesundes und Experimentelles für Kinder und Jugendliche im Bonner Norden.**

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und des Europäischen Sozialfonds



EUROPÄISCHE UNION  
Europäischer Sozialfonds



Ministerium für Arbeit,  
Gesundheit und Soziales  
des Landes Nordrhein-Westfalen



Im Projekt „Bewegung mit Tomatensoße“ werden erfahrungsorientierte Angebote gemacht. Diese wenden sich speziell an Kinder und Jugendliche im Bonner Norden und können von Kindergärten und Familienzentren gebucht werden.

"Bewegung mit Tomatensoße" hat zwei Schwerpunkte. Zum einen sollen die Kinder ihre eigenen Entdeckungen machen, ihre eigene Bewegung finden. Dabei dreht es sich nicht immer um Sport. Es geht auch im übertragenen Sinne darum, „in Bewegung zu kommen“.

Der zweite Schwerpunkt des Projekts ist das Thema Ernährung. Dabei sollen den Kindern neue Zugänge zu diesem Thema ermöglicht werden. Die Devise ist nicht „du sollst, du musst“ oder „du darfst nicht“. Wir wollen mit den Kindern entdecken, was Lebensmittel ausmacht, was beim Kochen passiert, wie (und warum) in den unterschiedlichen Ländern auf unterschiedliche Weise gekocht wird. Ein guter und wertschätzender Umgang mit Nahrungsmitteln ist dabei selbstverständlich.

Die Kinder erhalten so neue Perspektiven. Sie werden aktiviert, motiviert und angeregt. Die Angebote bieten einen „Blick über den Tellerrand“. Durch das erfahrungsorientierte Angebot werden Kinder in ihrer Selbstwirksamkeit gestärkt.

Im Folgenden finden Sie thematische Vorschläge. Diese können aber an die jeweiligen Gruppen angepasst und/oder variiert werden.

Sprechen Sie uns an!



## Übersicht mit Kurzbeschreibungen: Angebote für Kindergärten und Familienzentren

Thema	Kurzbeschreibung	Rahmenbedingungen (Zeit, Raum, Alter)
Experimente aus dem Kochtopf	Beim Kochen und Backen geschehen merkwürdige Dinge mit unseren Lebensmitteln. Aus harten Maiskörnern wird leckeres Popcorn. Ein Klumpen Kuchenteig wird locker und luftig und aus Sahne wird Butter. In diesem Kurs werden wir mit Lebensmitteln und Zutaten experimentieren und ihren Geheimnissen auf den Grund gehen. Wir kochen Apfelmus, backen Hefeteilchen, erforschen Milch und schauen, warum wir mit der Nase auch „schmecken“ können.  Ein spannender Kurs für Vorschulkinder!	8 Termine á 1 Stunde  Kinder im Vorschulalter
Zirkus	Wer springt wie ein Zirkuspferd? Wer kann gut balancieren? Wer will Purzelbäume machen oder lernen ein Rad zu schlagen? Gibt es hier Jongleure, die Teller drehen? Und schaffen wir es, zusammen eine Menschenpyramide zu bauen?  Wir machen gemeinsam Zirkus! Da ist für alle etwas dabei!	8 Termine á 1 Stunde  alle Altersstufen
(Rum)-Wuseln im Wald	Wir laufen über Stock und Stein, bewegen uns wie die Tiere des Waldes und erkunden, ob auch Pflanzen laufen können.	1 – 4 Vormittage  alle Altersstufen