



## SINNESPARCOURS: KNACKIG, DUFTIG, BUNT – ERLEBNISWELT ESSEN

„Ernährt wird mit dem Verstand, gegessen wird mit den Sinnen“. Schon lange haben sich Lebensmittel- und Werbeindustrie diese Erkenntnis zu Nutze gemacht. Vor allem Kinder und Jugendliche, die ihre Umwelt über die Sinne erkunden und „begreifen“, sind Zielgruppe für hochverarbeitete Nahrungsmittel. In den Supermarktregalen finden sich unzählige „spezielle“ Kinderprodukte.

Dabei sind die beworbenen Süßwaren, Kinderjoghurts, Kinderwurst, Kinderbrot und Kindergetränke häufig ernährungsphysiologisch wenig empfehlenswert. Die bunten, lustigen Verpackungen machen aber neugierig. Einzelportionen können ohne Zubereitungsaufwand jederzeit nebenbei gegessen werden und erfreuen sich deshalb wachsender Beliebtheit.

Dass dabei ein ganzes Stück Esskultur verloren geht, wird zunächst gar nicht bemerkt. Vielen Kindern fehlt der Bezug zur Herkunft der Lebensmittel. Häufig kennen sie den natürlichen Geschmack und die Beschaffenheit von Lebensmitteln nicht mehr, von den Zubereitungsmöglichkeiten ganz zu schweigen.

Mit dem Sinnesparcours erleben die Schüler die Vielfalt von Lebensmitteln. Ziel ist es, die Qualitätserfassung und Lebensmittelkompetenz der jungen Verbraucher über eine Sinnesschulung zu stärken. An den fünf Tischen, passend zu den fünf Sinnen „Sehen“, „Hören“, „Riechen“, „Schmecken“ und „Tasten“ erfahren sie durch eigenes Ausprobieren, dass auch die Nase zum Schmecken benötigt wird, und dass man Essen hören und durch „Begreifen“ Lebensmittel erkennen kann.

Die menschlichen Sinne dienen jedoch nicht nur dazu, das Essen zu genießen. Sie sind auch wichtig, um Veränderungen bei Lebensmitteln wie Verderb feststellen zu können. Gut trainierte Sinne helfen außerdem, Lebensmittel-Täuschungen oder -Irreführungen besser zu erkennen.



<b>Format:</b>	Workshop
<b>Zielgruppe:</b>	Lehrkräfte, Schüler 3.-6. Klasse
<b>Zeitbedarf:</b>	Etwa 2 Unterrichtsstunden
<b>Teilnehmerzahl:</b>	Maximal 25
<b>Kosten:</b>	Nach Rücksprache
<b>Kontakt:</b>	lebensmittel@vzsa.de

Folgende Stationen können zum Einsatz kommen. Durch den flexiblen Einsatz der einzelnen Stationen mit unterschiedlichen Aufgabenstellungen kann das Niveau und der Umfang des Workshops den individuellen Bedürfnissen angepasst werden.



### Station: "Alles Geschmackssache, oder?"

Über Geschmack lässt sich bekanntlich streiten, aber bei süß, sauer, bitter und salzig sind sich alle einig. Anhand von ausgewählten Lebensmitteln erfahren die Schüler an dieser Station die Grundgeschmacksarten. Sie sollen erkennen, dass mit der Farbe eines Lebensmittels gleichzeitig auch eine Vorstellung von Inhalt und Geschmack assoziiert wird und verarbeitete Lebensmittel häufig mit Farbstoffen einen Geschmackseindruck hervorheben oder sogar vortäuschen.

### Station: "Hör mal zu!"

Kann man Essen hören? “. An dieser Station haben die Schüler die Möglichkeit mit Hilfe des Gehörs frische und gelagerte Lebensmittel zu unterscheiden. In undurchsichtigen Dosen verpackte Lebensmittel werden durch Schütteln erkannt und der Vorlage zugeordnet.



### Station: "Spürnasen – aufgepasst!"

Die Nase schmeckt mit. Durch die Zuordnung verschiedener Gerüche zu Lebensmitteln wird den Schülern verdeutlicht, wie der Einsatz von künstlichen Aromen die Geruchswahrnehmung beeinflussen kann. So kann beispielsweise ein Joghurt fruchtig riechen, obwohl gar keine Früchte enthalten sind. Mit dem Erdnusstest wird anschließend veranschaulicht, dass am Gesamtgeschmackseindruck Zunge und Nase beteiligt sind.



### Station: "Das Auge isst mit"

An dieser Station sollen ausgewählte Beispiele die Schüler dafür sensibilisieren, welchen Einfluss gezielt eingesetzte Lichtverhältnisse auf die optische Wahrnehmung eines Lebensmittels haben. Obst und Gemüse werden beispielsweise in gelbem Licht präsentiert, damit sie schön sonnengereift aussehen. Auch Verpackungen können optische Täuschungen sein.



### Station: "Begreifst du?"

Gerade kleine Kinder entdecken ihre Umwelt durch Anfassen. In Säckchen befindliche Lebensmittel sollen ertastet werden. Die Teilnehmer entdecken, dass auch Mund und Zunge tasten. Es wird gezeigt, dass der Verarbeitungsgrad von Lebensmitteln das „Mundgefühl“ verändert.

