

# Sinnesübung Brot

ABLAUF | CA. 20 MINUTEN



## Das Gespräch zum Einstieg:

Was ist das eigentlich? Welche Brotsorten kennt ihr? Welches Brot esst ihr gerne? Habt ihr eine Idee, woraus Brot hergestellt wird?

**1 Sehen:** Welche Form und Farbe hat das Brot? Ist es hell oder dunkel? Wie sieht es innen und außen aus? Gibt es einen Unterschied? Sind Körner in dem Brot?



**2 Tasten:** Jedes Kind erhält ein Brotstück: Wie fühlt sich das Stück Brot an? Ist es hart oder weich? Wie fühlt sich die Kruste an, wenn ihr darüber streicht?



**3 Hören:** Klopft einmal gegen das ganze Brot: Wie klingt das? Macht es ein dumpfes Geräusch oder klingt es hell? Jetzt klopft gegen das halbe Brot. Hört es sich anders an?



**4 Riechen:** Kennt ihr den Geruch? erinnert euch der Geruch an etwas? Riecht das Brot würzig, süß oder eher neutral?



**5 Schmecken:** Wie schmeckt das Brot? Schmeckt es eher sauer oder vielleicht doch eher süß? Kennt ihr den Geschmack? Verändert sich der Geschmack, wenn ihr lange kaut?



**Das Gespräch zum Abschluss:** Was habt ihr herausgefunden? Was fandet ihr spannend? Was hat euch nicht so gefallen? Habt ihr Lust, so etwas noch einmal zu machen?

## MATERIAL FÜR 12 KINDER

- 2 Brotlaibe einer Sorte
- Schneidebretter
- Messer
- 1 kleiner Teller

Möglich ist auch ein Sortenvergleich – der benötigt jedoch Zeit. Lieber eine Brotsorte in Ruhe erkunden als zwei Sorten in Hektik.



## VORBEREITUNG | CA. 10 MINUTEN

Ein Brot in Stücke schneiden und auf einem Schneidebrett anrichten. Jedes Brotstück sollte aus Krume (der weichere innere Teil) und Kruste (der härtere äußere Teil) bestehen. Den zweiten Brotlaib zunächst ganz lassen als Anschauungsmaterial und um damit später gemeinsam mit den Kindern Geräusche zu erzeugen.

Und vor dem Start Händewaschen nicht vergessen!

**Tipp:** Beim Ablauf den aktuellen Schritt mit einer Wäscheklammer markieren.

# Mehr Ideen zum Brot



## DEM BROT AUF DER SPUR

Wie viel Arbeit in einem Laib Brot steckt, ist kaum erkennbar. Schon gar nicht am Preis. Gehe mit den Kindern auf Spurensuche: Ausflüge zu einer Mühle oder in eine Backstube geben den Kindern tolle Einblicke in die Herkunft und Herstellungsweise unserer Lebensmittel. Und natürlich könnt ihr auch einmal gemeinsam ein Brot backen.

**Tipps: Gibt es Eltern, die entsprechende Berufe oder Kontakte haben?**

## KÖRNER VERGLEICHEN, BILDER GESTALTEN

Getreidekörner, Leinsamen, Sonnenblumenkerne oder getrocknete Hülsenfrüchte: Entdecke mit den Kindern die Gemeinsamkeiten und Unterschiede. Der direkte Vergleich schärft die Wahrnehmung für die Unterschiede. Mit etwas Klebstoff und Papier/Pappe können die Kinder Bilder oder Anhänger dazu gestalten.



## GUT GEKAUT IST HALB VERDAUT

Gut kauen, erst dann schlucken – diesen Ratschlag kennen wir alle. Beim Brotkauen lässt sich im wahren Sinne des Wortes schmecken, warum. Der Test: Wird Brot ganz lange gekaut, nimmt die breiige Masse irgendwann einen süßlichen Geschmack an. Bestimmte Stoffe im Speichel (Amylasen) zerschneiden die Getreidestärke in unzählige Zuckerbausteine.

**Tipps: Vor dem Start Händewaschen nicht vergessen!**

## GEMEINSAM LECKERES AUS GETREIDE HERSTELLEN

Brot oder Stockbrot zu backen ist für Groß und Klein ein tolles Erlebnis. Aus Getreide lassen sich aber auch andere Leckereien zubereiten, z. B. ein Knuspermüsli. Mit einer Flockenquetsche (oder einem sauberen Stein) können Haferflocken ganz leicht selbst gemacht werden. Dann wird auch klar, warum Haferflocken immer Vollkornflocken sind. Weitere Anregungen und Rezepte findest du unter:

[www.sarah-wiener-stiftung.de/blog](http://www.sarah-wiener-stiftung.de/blog)

[www.familienkueche.de/rezepte](http://www.familienkueche.de/rezepte)

