

Zu viel des Guten

Zielgruppe

- 1. Zyklus (KG/US)

Kompetenzen

- Die Kinder sprechen darüber, was sie gerne konsumieren
- Sie lernen, dass es ein "Zuviel des Guten" geben kann
- Sie überlegen, wie sie mit Mass konsumieren können

Arbeits- und Sozialformen

- Geschichte erzählen, Zeichnen
- Austausch im Plenum

Zeitfenster

- 1 Lektion

Vorbereitung/Material

- Kasperlebild, Geschichte «Kasperles Geburtstag»



Ablauf

Zeit	Inhalt	Material
10'	Die Kinder erhalten ein Bild vom Kasperle, der mit einem dicken Bauch am Boden liegt und jammert. Die Lehrerin erzählt die Geschichte «Zu viel des Guten - Kasperles Geburtstag»	Kasperle-Bild Geschichte «Kasperles Geburtstag»
20'	Die Kinder zeichnen alles, was Kasperle gegessen hat, auf ihr Kasperlebild, am besten in Kasperles Bauch.	
30'	Gespräch im Plenum: <ul style="list-style-type: none"> - Warum hat Kasperle Bauchweh? - Warum hat er so viel gegessen? - Was hätte denn Kasperle sonst tun können, als so viel zu essen? - Was macht ihr denn, wenn euch langweilig ist? - Und was macht ihr, wenn ihr traurig seid? - Wie kann sich Kasperle ein anderes Mal vor Bauchweh schützen? - Kasperle hat beim Essen übertrieben. Was kann man denn sonst noch übertreiben? - Was könnt ihr tun, damit ihr nicht übertreibt? 	

Quelle:

Wetterfest - Stärkung der Lebenskompetenzen als Basis für Sucht-, Gewalt- und Suizidprävention in Kindergarten und Schule. Deutsches Schulamt Bozen, Juni 2010. Seite 304.

Ausgleichbar bei Berner Gesundheit: <http://www.bernergesundheits.ch/werwirsind/standorte/>

Download 04.03.2016:

http://www.google.ch/url?sa=t&rct=i&q=&esrc=s&source=web&cd=2&ved=0ahUKEwjLsKWj5rrJAhXJ2RoKHTBPCigQFgghMAE&url=http%3A%2F%2Fwww.provinz.bz.it%2Fschulamt%2Faktuelles%2F416.asp%3F367_action%3D300%26367_image_id%3D288637&usq=AFQjCNGiGUE1BXUkAlismRAHCmFqjvdu8g&sig2=36GFbl4cPxDh17JSwCoVw&bvm=bv.108194040,d.d2s

Adressen, Links für weitere Unterstützung

- Information und Prävention
 - Berner Gesundheit, Abteilung Prävention und Gesundheitsförderung:
<http://www.bernergesundheit.ch/themen/digitalemedien/gesundheitundpraevention/angebot/>

- Beratung/Therapie
 - Berner Gesundheit, Abteilung Beratung und Therapie:
<http://www.bernergesundheit.ch/themen/digitalemedien/sucht/angebot/>
 - PEP, Prävention Essstörungen Praxisnah, Inselspital Bern:
<http://www.pepinfo.ch/>

Mailadresse für Feedbacks:

praevention@beges.ch

Zu viel des Guten - Kasperles Geburtstag

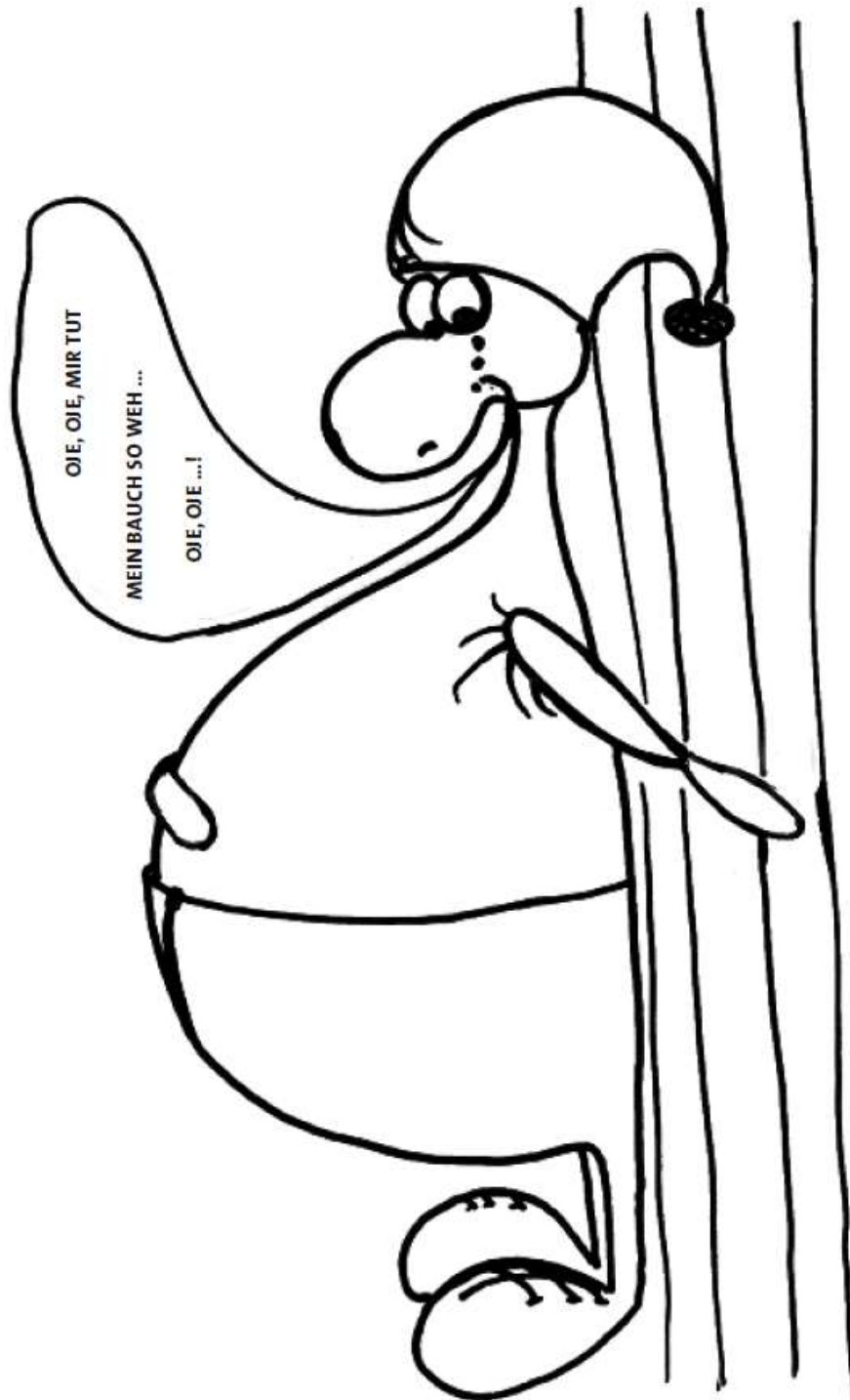
Heute war Kasperles Geburtstag. Zuerst wünschte er sich, nicht aufstehen zu müssen und im Bett zu bleiben, bis die Kinder aus der Schule kommen. Dann wollte er mit ihnen spielen und sie zum Geburtstagsfest einladen. Aber erst bekam er Hunger und wollte frühstücken: Dazu aß er drei Eier, zwei Brote, Schokoladekuchen und trank drei Tassen Milch. Schon bald wurde es ihm im Bett zu langweilig und er wollte im Wald spazieren gehen. Das tat er immer, wenn er hoffte, dem Zauberer zu begegnen und ihn ein bisschen ärgern zu können.

Leider war der Zauberer auf Reisen und dem Kasperle wurde bald noch viel langweiliger. Die Kinder waren alle in der Schule und so fand er niemanden, mit dem er spielen konnte. Das machte ihn traurig. Er ging auf den Markt und kam am Würstelstand vorbei. Weil er noch immer traurig war, wollte er sich mit Essen trösten. »Hey, ich habe Geburtstag«, sagte er zum Würstelverkäufer, »darf ich mir was wünschen?« »Alles, was du willst«, erwiderte der Würstelverkäufer: »Gut«, sagte das Kasperle: »Dann will ich sechs Würstchen und drei Tüten Pommes und dazu eine Limonade und zwei Gläser Apfelsaft.« Zufrieden vertilgte Kasperle alles, was er bestellt hatte, bedankte sich beim Würstelverkäufer und zog von dannen.

Dann kam er an der Bäckerei vorbei. Dort aß er eine Brezel und schlenderte weiter in die Eisdiele. Da gab es so viele gute Eisbecher und er aß einen mit Schokoladesoße, einen mit Vanillesoße, einen mit Sahne und einen mit Erdbeermus. Jetzt war er ein bisschen müde, aber nach einem kleinen Schläfchen hatte er vor lauter Langeweile schon wieder Lust auf Essen. Zu Mittag aß er einen Braten mit Knödel und zum Nachtschisch zwei Pfannkuchen mit Himbeermarmelade. Weil ihm hinterher immer noch langweilig war, wollte er das Süßwarengeschäft plündern und dort schlecken, bis die Kinder aus der Schule kamen: Sieben Zuckerstangen, zwei Lutscher, vier Tafeln Schokolade, eine Dose saure Bonbons, eine Tüte Gummibärchen, ein Lebkuchenherz und vier Überraschungseier hatte er verdrückt, als ihm plötzlich ganz heiß wurde. Sein Bauch rumorte und ihm war furchtbar schlecht.

Als die Kinder aus der Schule kamen, lag er auf der Treppe vor dem Schulhaus, hielt sich den Bauch und jammerte: »Oje, oje, mir tut mein Bauch so weh, oje, oje, mir tut mein Bauch so weh ...

Wetterfest - Stärkung der Lebenskompetenzen als Basis für Sucht-, Gewalt- und Suizidprävention in Kindergarten und Schule. Deutsches Schulamt Bozen, Juni 2010.



Kasperles Geburtstag

Wetterfest - Stärkung der Lebenskompetenzen als Basis für Sucht-, Gewalt- und Suizidprävention in Kindergarten und Schule.
Deutsches Schulamt Bozen, Juni 2010.