

# Sinne sensibilisieren, mit kleinen Experimenten

Kinder sind kleine Gourmets und haben 10.000 Geschmacksknospen, die nur darauf warten stimuliert und geschult zu werden. Unsere Sinneswahrnehmungen – Sehen, Tasten, Riechen, Schmecken und Hören – entscheiden mit, ob uns Lebensmittel und Speisen schmecken oder nicht. Sinnesexperimente sind ein gutes Instrument, um Kinder für das Thema Ernährung zu faszinieren. Die Partizipation der Kinder steht hier im Vordergrund. Hier erhalten Sie einen kurzen Überblick über spannende und einfache Sinnesexperimente.

## 5 Grundgeschmacksarten über Lebensmittel erforschen

### Was schmecken wir?

Mit diesem Test werden die Geschmackszellen im Mund getestet. Fragen Sie die Kinder zuvor, welche Geschmacksrichtungen sie kennen. Sicher fallen Begriffe wie „süß“ oder „salzig“. Dann werden entsprechende Lebensmittel verkostet.

*So können sie ein Geschmackserlebnis direkt und bewusst mit dem Begriff verbinden.*

Vor dem Wechsel von einer zur nächsten Geschmacksrichtung können die Kinder neutralisieren (Wasser) oder bewusst weitertesten: etwas Saures, danach etwas Süßes und dann wieder das Saure. Verändert sich die Wahrnehmung der Säure? Oft schmecken saure Dinge noch saurer, wenn man zuvor etwas Süßes zu sich genommen hat.



### Bechertest

Bunte Becher mit zweierlei Säften füllen. Aufgabe der Kinder ist es, zu beurteilen, welcher Saft ihnen am besten schmeckt.

*Es soll verdeutlicht werden, dass Farben den Geschmack beeinflussen können, aber nicht müssen.*



### Süß-Sauer Trick

Aus Wasser (1000 ml) und den Rotbusch-Teebeuteln (3 Stück) nach Packungsangaben einen Tee herstellen und kaltwerden lassen. Den Tee mit 100 g Zucker in einem Krug vermischen (=aktueller Zuckergehalt vieler Eistees oder Softdrinks) und aufteilen. Einen Krug mit 1 ¼ Teelöffel Zitronensäure (Pulver) mischen.

*Die Kinder erleben, dass ein relativ hoher Zuckergehalt in Getränken durch Zugabe von Säure „versteckt“ werden kann.*



Weitere Informationen zu Sinnesschulungen finden Sie hier:

<https://www.bzfe.de/bildung/unterrichtsmaterial/sekundarstufe/die-methode-sinnexperimente/>