



TISCHSPRÜCHE

Spielerische Esskultur für Kita, Schule und Zuhause

Liebe Kinder, ErzieherInnen und pädagogische Kräfte,

für viele von euch gehören Tischsprüche schon jetzt als festes Ritual zu jeder Mahlzeit und das finden wir richtig super. Denn Tischsprüche schaffen nicht nur **Struktur** und helfen den Kindern dabei den Tagesablauf zu verstehen und sich sicher zu fühlen, sondern Tischsprüche sind auch Teil einer guten Esskultur.

So fördern sie auch die **Sprachentwicklung**, denn die Kinder lernen spielerisch neue Ausdrücke und verbessern so ihre **sprachlichen Fähigkeiten**. Lustige Tischsprüche schaffen vor den gemeinsamen Mahlzeiten eine positive Stimmung, während andere Tischsprüche oder Gebete einen Moment der Besinnung und Ruhe im trubeligen Kita- oder Schul-Alltag schaffen.

Alle Tischsprüche haben aber eine Sache gemeinsam: sie stärken die Zusammengehörigkeit und fördern die soziale Interaktion. Aber nicht nur in Kita und Schule sind Tischsprüche toll, auch zu Hause schaffen sie eine positive Stimmung und machen Spaß!

www.geschmacksschatz.de

„Piep, piep, piep,
wir haben uns alle lieb,
guten Appetit!“

Mehr
spannende
Facts und Ideen
rund ums
Thema
Esskultur gibts
hier



Die LeckerEntdecker



Das gesunde Kinder-Catering.
**GESCHMACKS
SCHATZ**
Entdecke, was Dir schmeckt!

TISCHSPRÜCHE GEMEINSAM EINÜBEN



Tischsprüche lernen geht ganz schnell

Am besten führt ihr neue Tischsprüche ein, indem ihr sie laut vorsagt. Legt dabei großen Wert auf Aussprache und Betonung. Ihr könnt euch auch Bewegungen und Gesten überlegen, das erhöht den Spaßfaktor und unterstützt das Auswendiglernen durch Verknüpfen von Sprache und Bewegung. Durch Wiederholen wird es nicht lange dauern, bis die Kinder den Tischspruch auswendig können. Das Aufsagen des Tischspruches sollte freiwillig sein und den Kindern Spaß machen.

Jetzt gehts ans Basteln: Tischsprüche-Würfel für Kita, Schule und Zuhause

Wir haben für euch einen Tischsprüche-Würfel Bastelvorlage erstellt, den ihr gemeinsam mit den Kindern zusammenbasteln könnt (besonders gut für Vorschüler geeignet). Natürlich können die Kinder den Würfel mit nach Hause nehmen, denn auch am Familientisch kann man damit eine schöne Routine vor den Mahlzeiten schaffen. So gebt ihr einen hilfreichen Impuls für die Esskultur am Familientisch.

Platz für euren Lieblings-Tischspruch

Wir haben für euch eine Seite des Würfels frei gelassen, denn vielleicht kennt ihr noch einen Tischspruch, der nicht auf dem Würfel steht. Oder ihr denkt euch einen eigenen neuen Spruch aus. Werdet kreativ!

Diese Ernährungsbildungs-Aktion haben wir gemeinsam mit dem LeckerEntdecker e.V. für euch entwickelt. ® „Die LeckerEntdecker“ ist eine Marke des Landes Rheinland-Pfalz.

Wenn ihr die Eltern mit ins Boot holen wollt, nutzt gerne unseren Eltern-Aushang mit wissenswerten Infos und Tipps zum Thema Esskultur. Denn kleine Impulse können auch Zuhause einen Unterschied machen. Hier gehts zum Download:
www.geschmacksschatz.de/tischsprueche-aktion

Wenn IHR DEN TISCHSPRUCH- WÜRFEL AUSPROBIERT HABT DANN ...

- ✓ ... wisst ihr, warum **Tischsprüche so toll** sind.
- ✓ ... kennt ihr viele **neue tolle Tischsprüche**.
- ✓ ... könnt ihr für **gute Stimmung am Esstisch** sorgen.
- ✓ ... könnt ihr **dankbar sein**, dass immer etwas Leckeres auf dem Teller landet.
- ✓ ... habt ihr eure **Gemeinschaft gestärkt**.
- ✓ ... habt ihr gemeinsam etwas für eure **sprachliche Entwicklung** getan.
- ✓ ... könnt ihr auch **Zuhause den Tischspruch-Würfel einsetzen**.



Das gesunde Kinder-Catering.
**GESCHMACKS
SCHATZ**
Entdecke, was Dir schmeckt!