

## Jetzt tief Luft holen

### Ziele

- verstehen, was in der Lunge passiert
- über Erkältungskrankheiten sprechen
- überlegen, wozu der Körper Luft braucht

### Alter

3 bis 6 Jahre

### Gruppengröße

KG, GG

### Dauer

15–20 Minuten

### Materialien

- 2 Strohhalme (aus Papier, Plastik, Metall oder Bambus) je Kind
- 2 Ein-Liter-Zipperbeutel je Kind (alternativ Frühstücksbeutel)
- Klebeband

**T**ag und Nacht atmen wir ein und aus, ohne darüber nachzudenken. Um das Bild aus dem Bilderbuch in eine praktische Vorstellung zu übersetzen, können Sie mit den Kindern eine künstliche Lunge nachbauen, mit der der Vorgang sichtbar wird.

### VORBEREITUNG

- Legen Sie die Materialien bereit.

### SO GEHT'S

- Zeigen Sie den Kindern, wie mit wenigen Handgriffen eine »Lunge« entsteht: Stecken Sie den Trinkhalm in den Zipperbeutel, ziehen Sie den Zip-Verschluss bis zum Strohhalm zu und dichten Sie den Übergang mit Klebeband ab.
- Lassen Sie die Kinder zwei Tüten mit Strohhalm vor ihre echte Lunge halten, in beide Strohhälme gleichzeitig hineinblasen und beobachten, wie sich die »Lungen« in Form der Tüten füllen – und nach dem Blasen die Luft wieder entweicht. Saugen die Jungen und Mädchen die Luft heraus, wird die Tüte platt – und die Luft ist wieder in der echten Lunge.
- Sicher beobachten Sie, dass man nach ein paar Mal Luft-Hineinblasen und Hinaussaugen wieder frische Luft einatmen muss. Überlegen Sie mit den Kindern, warum das so ist – tatsächlich liegt es natürlich daran, dass in der Tüte ja nur die ausgeatmete Luft mit immer weniger Sauerstoff landet. Lassen Sie die Kinder darüber nachdenken, was der Körper mit der nun verschwundenen »frischen Luft« macht – tatsächlich wird damit das Blut mit Sauerstoff angereichert.

- Beobachten Sie, dass die Tüte innen nass wird. Überlegen Sie, woher das Wasser kommt. Weil einige Kinder die nassen Tüten der anderen vermutlich eklig finden, können Sie das Gespräch auf das Thema »Erkältungskrankheiten« lenken, die man manchmal durch solche Tröpfchen überträgt. Um zu zeigen, wie sich das Atmen bei Schnupfen verändert, können Sie den Strohhalm ein bisschen zudrücken und austesten, dass die »Atmung« nun schlechter funktioniert.

### ABSCHLUSS

- Schließen Sie Ihr Lungen-Bau-Angebot mit einer Runde gemeinsames Atmen ab: Im Takt blasen alle Luft hinein, um dann dem Knistern des Ausatmens zuzuhören.

### VARIATION

- Testen Sie die Kraft Ihrer künstlichen Lunge, indem Sie diese unter flache Gegenstände legen – Decken, Papiere, Bücher – um diese durch Einblasen im Takt der Atmung anzuheben.



## Wissen

Wie oft atmet man eigentlich? Messen Sie gemeinsam nach: Erwachsene holen pro Minute etwa 12- bis 15-mal Luft. Dabei werden jeweils ein halber bis dreiviertel Liter Luft eingeatmet, also eher ein halber Zipperbeutel voll. Wer tief Luft holt, kann aber bis zu drei Liter Luft einziehen.

## Mit Röntgenaugen

### Ziele

- verstehen, woher man das Innere des Körpers kennt
- erworbenes Wissen über einzelne Körpersysteme vertiefen
- eine lustige kreative Technik erproben

### Alter

4 bis 6 Jahre

### Gruppengröße

GG

### Vorbereitungszeit

10 Minuten

### Dauer

30–40 Minuten

### Materialien

- Frischhaltefolie
- Tisch mit hohen Beinen oder andere Ständer bzw. Bäume oder Gerüst im Garten
- Fingerfarbe
- Pinsel



**F**üße, Knie oder Rippen, die sonst hinter Haut und Fleisch verborgen sind, kann man nicht nur in diesem Buch sehen. Vielen Kindern dürften Röntgenbilder bekannt sein, oft im Zusammenhang mit Knochenbrüchen. Malen Sie mit den Kindern naturwissenschaftlich korrekte oder lustige Röntgenbilder auf gespannte Frischhaltefolie!

### VORBEREITUNG

- Suchen Sie ein Gerüst, das in etwa Kinderhöhe hat. Gut geeignet sind draußen Schaukelgerüste oder eng beieinander stehende Bäume. Im Inneren bietet sich ein umgedrehter Tisch an. Spannen Sie zwischen zwei Beine Ihres Gerüsts Frischhaltefolie in mehreren Bahnen übereinander, um so eine ganze durchscheinende Wand aus Folie zu erhalten.

### SO GEHT'S

- Stellen Sie Ihre Idee vor: »Hinter die Folie kann sich jetzt ein Kind stellen. Das andere Kind ist der Maler bzw. die Malerin – und kann dessen Knochen auf die Folie malen!« Lassen Sie die Kinder das Innenleben ihres Malpartners bzw. ihrer Malpartnerin malen.
- Auch andere Körpersysteme eignen sich dazu, auf dieselbe Folie gemalt zu werden, z. B. der Verdauungstrakt mit Speiseröhre, Magen und Darm – vielleicht sogar mit etwas Essen auf der Reise zum Hinterausgang?

### ABSCHLUSS

- Betrachten Sie sich gegenseitig mit Ihren Körper-Innenansichten. Hilfreich, um sich selbst mit Innenleben zu sehen, sind Spiegel und Kameras.

### VARIATION

- Auf glatten Glasscheiben, wie Fenstern oder Glastüren, bietet sich eine Variante an, bei der Bilder im Röntgen-Look entstehen: Dafür verdünnen Sie schwarze Fingerfarbe und lassen diese mit Blumenspritze auf die Scheibe aufsprühen. In die nasse Farbe können die Kinder nun mit dem Finger Röntgenbilder aufmalen – also eigentlich die Farbe wegwischen.

