

Newsletter für Ernährung und Bewegung in der OGS im Primarbereich vom Kreis Gütersloh und Kreissportbund Gütersloh e.V.

Ausgabe	Rubrik Essen, Trinken & Genießen	Rubrik Bewegung & Entspannung	Rubrik Rund um die Mittagsverpflegung	Rubrik Interessantes aus nah & fern	Anhänge	
Nr. 47 Juni 2020	Der Besserwisser...über die <b>Sammelnussfrucht</b>  Einfache <b>Erdbeer-Freuden</b>	<b>Bewegungsideen und Spiele ohne Körperkontakt</b>  <b>16 Pausenbilder</b> mit Abstands- und Hygieneregeln	<b>Entspannung, die vom Himmel fällt</b>	<b>Besonderheiten in der Schulverpflegung</b>  <b>TIPP</b> aus der Praxis	<b>Fachtag Gesunder Ganzttag:</b> Verschoben ist nicht aufgehoben  Infotag über <b>Allergien, Asthma &amp; Neurodermitis</b>  online <b>GenussbotschafterIn</b> werden  <b>Mehrsprachige Infos</b> rund um das Corona-Virus . <b>Online-Workouts</b> von Sportvereinen im Kreis GT	<b>Bewegungsideen ohne Körperkontakt:</b> an der Luft – am Tisch – aus dem Archiv – aus dem Internet
Nr. 46 März 2020	<b>Gesund oder bunt? Der Ton macht die Musik</b> Über die Bewertung von Lebensmitteln und Essen	<b>Digitalisierung in der Sport- und Bewegungspraxis</b> Interessante Apps für den Offenen Ganzttag		<b>Untergewicht bei Kindern - ein unterschätztes Risiko</b>	<b>Übertragung des Corona-Virus</b> über Lebensmittel? Frühjahrsaktion: <b>gratis Pflanzen für OGS</b> . <b>Fachtag Gesunder Ganzttag:</b> Anmeldefrist 13. März . <b>Weiterbildungen</b> vom KSB	<b>Das Sportkarussell</b> des Kreissportbundes Gütersloh
Nr. 45 Jan. 2020	Alles wird gut – <b>Essen als Trost und zur Belohnung</b>	<b>Förderung der Lern- und Sozialkompetenz durch Bewegung, Sport und Spiel</b> - Das Chaosspiel	Die Spannung steigt: <b>der Entspannungswürfel</b>	<b>Nachhaltigkeit in der Schulverpflegung</b> Hilfreiche Argumentationen für Veränderungen	<b>Gut geht's</b> Angebote <b>Praxis-Tipp</b> der Genussbotschafterinnen  Die Bewegungs-App  Abverkauf der aid-Ernährungs-Medien  Wettbewerb „Echt kuh-!“	<b>Meditationsgeschichte mit Klangschalen:</b> Die klingende Reise durch die Welt der Farben

Newsletter für Ernährung und Bewegung in der OGS im Primarbereich vom Kreis Gütersloh und Kreissportbund Gütersloh e.V.

Ausgabe	Rubrik Essen, Trinken & Genießen	Rubrik Bewegung & Entspannung	Rubrik Rund um die Mittagsverpflegung	Rubrik Interessantes aus nah & fern	Anhänge	
Nr. 44 Nov. 2019	Lust auf Süßes? <b>Zum Umgang mit dem süßen Angriff auf die Zähne</b>	<b>Bewegung in kleinen Räumen</b> - 4 Spiel-Vorschläge	Wenn's draußen ungemütlich ist: <b>Heiße Steine entspannen Körper und Geist</b>	<b>Meine Suppe ess' ich nicht</b> Wie das Image von Eintopfgerichten poliert werden kann	<b>Aus- und Fortbildungsprogramm 2020 v. KSB</b> . <b>Gut geht's</b> – Angebote für OGS-Mitarbeitende . <b>Osnabrücker Kongress</b> „Bewegte Kindheit“ . <b>Feinschmeckerkurs für Kinder</b>	<b>Bewegungs-Idee für kleine Räume:</b> Familie Maier im Zoo . <b>Mit-mach-Geschichte</b> „Das weiße Zauberpulver“
Nr. 43 Sept. 2019	<b>Gratis-Obst am Wegesrand</b> – Zur Erntezeit die eigene Umgebung erforschen . <b>Rezepte:</b> dekorative Eiswürfel und Fruchtpuree-Würfel	<b>Musik und Bewegung</b> – eine tolle Kombination mit positiver Wirkung. Anregungen, sowie Literatur- und Musiktipp	Herrliche Klänge – <b>Entspannen mit Tönen und Musik</b>	Jedes Böhnchen gibt ein Tönchen – <b>die (Wieder-)Entdeckung von Hülsenfrüchten</b>	Ich kann Kochen! <b>Werden Sie Genussbotschafter/in</b> . <b>Fobi-Infos</b> vom KSB . <b>Tage der Schulverpflegung in NRW</b> . <b>Fachtagung</b> „Schulessen besser machen“	Poster: „mundraub“ <b>Erntekalender</b> . Tipps zur <b>Förderung der Rhythmusfähigkeit</b>
Nr. 42 Juni 2019	<b>Die 'intelligente' Schultüte</b> Zur Einschulung hilfreiche Impulse weiter geben	<b>Mit Aktionen zur Bewegung motivieren</b> - "The daily mile" und "Purzelbäume um die Welt"	<b>Entspannt den Moment kennen lernen</b> - Achtsamkeit und Empathie in der Schule (Buchtip) )	Feste feiern! <b>Tipps für mitgebrachtes Essen</b>	Praxis-Tipp aus der Runde der Genussbotschafterinnen	
Nr. 41 April 2019	<b>Spätes Frühstück</b> – na und?	Eine <b>Bewegungsgeschichte</b> für alle	<b>Bewegte Meditation</b> mit Musik	<b>Snacken am Nachmittag</b>	aktuelle <b>Fobi-Infos</b> vom KSB . Schulentwicklungspreis <b>"Gute gesunde Grundschule"</b> . GT heisst <b>GEHEIMTIPP</b>	Rezeptideen für <b>Nachmittagssnacks</b> . KLAROs <b>Abenteuerpfad</b>

Newsletter für Ernährung und Bewegung in der OGS im Primarbereich vom Kreis Gütersloh und Kreissportbund Gütersloh e.V.

Ausgabe	Rubrik Essen, Trinken & Genießen	Rubrik Bewegung & Entspannung	Rubrik Rund um die Mittagsverpflegung	Rubrik Interessantes aus nah & fern	Anhänge	
Nr. 40 Feb. 2018	<b>Winterfit trinken</b> - Ideen für tolle Getränke	<b>Gehirntraining durch Bewegung</b> - Life Kinetik als Schnittstelle zwischen sportlicher Bewegung und lebenslangem Lernen	<b>Sofort-Übungen für Energie und gute Laune</b>	Das <b>Snack-Bufferet</b> zu Karneval	aktuelle <b>Fobi-Infos</b> vom KSB . „ <b>Ich kann kochen!</b> “ - Neuer Schulungstermin . <b>Klimafreundliche Ernährung</b> - Angebot der VZ	
Nr. 39 Dez. 2018	Learning by doing in der <b>GemüseAckerdemie</b> - (Be-)sinnliche Vorweihnachtszeit: <b>Nüsse, Samen und Kerne</b>	<b>Spielend ins Gleichgewicht</b> - Weihnachtliche Spielideen mit dem <b>Rollbrett</b>	<b>In der Fantasie auf Reisen gehen</b>	<b>Winterliche Leckereien zur interkulturellen Verbindung</b> - Weihnachtliche Energiekugeln mit Rezept	„ <b>Ich kann kochen!</b> “ war echt klasse! . Rezept für Ketchup . „Aufgetischt!“ – die <b>kostenlose Spielbox</b> . ECHT KUH-L! der <b>Schülerwettbewerb</b>	<b>Fantasiereise:</b> Unterwegs mit einem besonderen Stern
Nr. 38 Sept. 2018	<b>Kinderernährung im Wandel</b> Neue Studienaussagen zur Situation der Kinder in Deutschland	<b>Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten</b> zur Sozialwahrnehmung zu Beginn des neuen Schuljahres	Entspannt Ankommen mit dem <b>Bodyscan</b>	<b>Joghurt in der Schule</b> Interessante Hintergründe und Einschätzungen	aktuelle <b>Fobi-Infos</b> . Für den Schulstart: <b>Entdeckerhefte</b> . <b>Beratungstelefon</b> zur Kinderernährung . Neue Wettbewerbsrunde von <b>ECHT KUH-L!</b>	Kinderleicht: <b>selbstgemachter Joghurt</b>

Newsletter für Ernährung und Bewegung in der OGS im Primarbereich vom Kreis Gütersloh und Kreissportbund Gütersloh e.V.

Ausgabe	Rubrik Essen, Trinken & Genießen	Rubrik Bewegung & Entspannung	Rubrik Rund um die Mittagsverpflegung	Rubrik Interessantes aus nah & fern	Anhänge	
Nr. 37 Juni 2018	<b>Gesundes Genießen im ganzen Tag</b> Aktion "Gütersloher gesunde Genießer"	<b>Erlebnisse in der Natur</b>	<b>Was gibt's zu essen?</b> Gesunde Orientierung, die allen schmeckt	aktuelle <b>Fobi-Infos</b> KSB Datenbank vom Kreis GT <b>Ferienfreizeiten</b> für Kinder <b>KiGGS-Studie</b> <b>Buchtipp:</b> Pflanzenbestimmung macht Spaß	<b>Was gibt's zu essen?</b> Orientierung, die allen schmeckt Zusammenstellung des Mittagessens - Rückmeldungen organisieren	
Nr. 36 April 2018	<b>Bärlauch-Zeit:</b> Wie das duftet im Wald	Wer wird denn da in die Luft gehen? <b>Der Pogo-Stick macht's möglich</b> <b>Mitmachgeschichte:</b> Die Geschichte von den Hühnern Zick und Zack	<b>Wellness</b> am Nachmittag	<b>Gemüse in Form gebracht</b>	Nachbericht vom <b>Fachtag</b> aktuelle <b>Fobi-Infos</b> dsj- <b>Bewegungskalender</b> <b>Ernährungsführerschein</b>	Genuss aus dem Wald: <b>Rezepte mit Bärlauch</b>
Nr. 35 Feb. 2018	<b>Rübe, Kopf und Kohl -</b> Aktionen und Ideen mit Winterobst und Wintergemüse		<b>Massage-Geschichten</b> Berührungen empfangen und weitergeben.	<b>Nachhaltiges Denken und Handeln in der Schulverpflegung.</b> Hier können alle mitmachen!	aktuelle <b>Fortbildungen des KSB</b> <b>Fachtag „Gute gesunde Grundschule“</b>	<b>Die Schneeflöckchenreise</b> Eine Massage-Geschichte zum Dahinschmelzen
Nr. 34 Dez. 2017	<b>Ausgewogen und genussvoll!</b> 10 Tipps der DGE	<b>Außenaktivitäten bei Schnee</b>	Bewegt entspannen: <b>Achtsame Bewegungen aus dem fernen Osten</b>	<b>Plätzchenzeit in der Schule</b> Umgang mit Weihnachtsleckereien	<b>Fit mit dem Fahrrad!</b> Materialien f. d. GS <b>Vernetzungsstelle SV:</b> „Schulen auf Erfolgskurs“ <b>Deut. Schulsportpreis</b> CD-ROM: <b>Küchengeheimnissen auf der Spur</b>	Drei <b>vorweihnachtliche Backrezepte</b> mit Vollkorn

Newsletter für Ernährung und Bewegung in der OGS im Primarbereich vom Kreis Gütersloh und Kreissportbund Gütersloh e.V.

Ausgabe	Rubrik Essen, Trinken & Genießen	Rubrik Bewegung & Entspannung	Rubrik Rund um die Mittagsverpflegung	Rubrik Interessantes aus nah & fern	Anhänge	
Nr. 33 Sept. 2017	Wenn der kleine Hunger kommt – <b>Umgang mit „klebrigen“ Snacks</b>	Bewegung als wichtiger Bestandteil des Schullalltags <b>Tipps für Bewegungspausen</b>	Kurze Entspannungsübungen wirken „Wunder“ – <b>Entspannungs-CDs zum Ausleihen</b>	Knigge 2017 – <b>gutes Benehmen am Mittagstisch</b>	<b>aktuelle Fortbildungen</b> . <b>Tage der Schulverpflegung:</b> „Vielfalt schmecken + entdecken“	<b>Der Kodex am Mittagstisch –</b> Anregungen zur Gestaltung
Nr. 32 Juni 2017	<b>Integration im Ganztage</b> . <b>Ramadan –</b> der Fastenmonat im Islam . <b>Gemeinsam das „Fest des Teilens“</b> gestalten	Die Chancen des Sports: <b>Sport spricht alle Sprachen</b> . <b>(aktuelle Fobi-Infos)</b> . Erfahrungsbericht: <b>die Bewegungskiste</b>	Kurze Entspannung in der „würdevollen Haltung“ . <b>Lasst Bilder sprechen</b>	<b>Wie Essen verbinden kann</b> . <b>Selbst gemacht: Hummus</b> – das syrische Nationalgericht . <b>Hygienepraxis</b> bei Schulveranstaltungen	Buchtipp, Links, Materialien <b>für die Arbeit und die Begegnung mit geflüchteten Menschen</b> . <b>aktuelle Fobi-Infos</b>	Sammlung: <b>Spiele rund um die Welt</b>
Nr. 31 April 2017	Sind <b>Zuckerersatzstoffe</b> für <b>Kinder</b> geeignet?	<b>Drei Bewegungsspiele</b> zu Ostern	Verwöhnen und verwöhnt werden durch <b>Partnermassage</b>	<b>Österliche Grüße am Mittagstisch</b> - wie Sie zu Ostern den Gesundheitsaspekt spielerisch einbauen	Fortbildung: <b>Radfahren</b> in der Grundschule . Kindermeilenkampagne 2017 . Kurz-Workshop: die <b>Entspannungs-Box</b>	Text für die Partnermassage: <b>„Als der Frühling die Tiere weckte“</b>
Nr. 30 Feb. 2017	<b>Karnevalsleckereien</b> haben ihren „guten Grund“ . Aus der Praxis – für die Praxis: <b>Butter schütteln</b>	<b>Bewegungsspiele mit Luftballons</b> für die Karnevalsparty	<b>Marionettenspiel</b> und <b>Karneval-Mandalas</b>	<b>Desinfektion im Lebensmittelbereich der Schule</b>	<b>Fachtag</b> Bewegung schafft Begegnung - Osnabrück . <b>Bewegungskalender</b> 2017 . <b>Aktionsbox:</b> die Welt der Lebensmittel . <b>EU-Schulobst- und -gemüseprogramm</b> . <b>aktuelle Fobis vom KSB</b>	Rezept: <b>Mini-Amerikaner zu Karneval</b>
Nov. 2016	<b>Genussvolle und bewegte Adventszeit</b> In diesem Adventskalender finden Sie für jeden Schultag in der Adventszeit insgesamt 19 kleine Anregungen aus den Bereichen Essen & Genießen sowie Bewegung und Entspannung.					

Newsletter für Ernährung und Bewegung in der OGS im Primarbereich vom Kreis Gütersloh und Kreissportbund Gütersloh e.V.

Ausgabe	Rubrik Essen, Trinken & Genießen	Rubrik Bewegung & Entspannung	Rubrik Rund um die Mittagsverpflegung	Rubrik Interessantes aus nah & fern	Anhänge	
Nr. 29 Sept. 2016	<b>Smoothies</b> – die bunte Gesundheit aus der Flasche . Die <b>Steh' auf-Aktion mit Sitz-Check</b> von peb	<b>Von Schrittmachern und Schrittklauern</b> . Die <b>Steh' auf-Aktion mit Sitz-Check</b> von peb	<b>(Ent-)Spannung für die Füße:</b> Fussmassage, abstrakte Fußmalerei, Füße bemalen	<b>(Schweine-)Fleisch</b> in der Schulverpflegung . <b>6. Tage der Schulverpflegung 2016</b> . Mehrsprachiges Merkblatt zur <b>Küchenhygiene</b>	Tipps für die OGS/Schule und Eltern-Tipps für den <b>aktiven Schulweg</b>	
Nr. 28 Juni 2016	Sprungbrett in den Tag - <b>Frühstückstipps für die Erstklässler</b> . Aus der Praxis-für die Praxis: <b>Marktrallye</b>	Wasser marsch! Gute Argumente für <b>Wasserspiele</b>	Entspannende <b>Traumreisen mit Wasser</b>	So interessant sind <b>Sattmacher am Esstisch</b>	<b>Sinnes-Schatz-Sucher:</b> . <b>Gesunde Genießer</b> - Unterrichtsaktion im Kreis . Mit <b>Flüchtlingfamilien</b> arbeiten – Materialien	<b>Wasserspaß in der OGS</b> - Spielideen
Nr. 27 März 2016	<b>Food-Art:</b> kunstvoll in der Küche mit Nahrungsmitteln gestalten . <b>EU-Schulobst- und -gemüseprogramm</b>	<b>Rope Skipping</b> - Seilspringen einmal anders	<b>Gemeinsam Knoten binden!</b> Durch Konzentration und Koordination zur Ruhe	<b>Aus der Praxis für die Praxis: Tipps der OGS Georg-Müller-Schule</b>	<b>Genussbotschafter/in werden</b> . <b>Aktionstag „Tag der gesunden Ernährung“</b> . Kindermeilenkampagne	Einführungsideen in das <b>Rope Skipping</b>
Nr. 26 Jan 2016	<b>Selbst gemachte Knabbereien:</b> leckere Alternativen zu industriellen Fertigprodukten	<b>Crossboccia:</b> mit viel Spaß zum Ballgefühl	<b>Eine Energiedusche für den Alltag</b> - Spielerisch den Energielevel anheben	<b>Linkshänder am Mittagstisch</b> - Besonderheiten zu beachten?	<b>Bewegungskalender</b> . <b>Software und Praxisleitfaden</b> rund um die <b>Allergenkennzeichnung</b> . <b>Medienzentrum:</b> Material für den Ganzttag (Praxiskiste)	<b>Selbst gemachte Knabbereien</b> (Rezepte)

Newsletter für Ernährung und Bewegung in der OGS im Primarbereich vom Kreis Gütersloh und Kreissportbund Gütersloh e.V.

Ausgabe	Rubrik Essen, Trinken & Genießen	Rubrik Bewegung & Entspannung	Rubrik Rund um die Mittagsverpflegung	Rubrik Interessantes aus nah & fern	Anhänge
Nr. 25 Okt. 2015	<b>Die vielen Gesichter der Kürbiszeit.</b> Verwendungsideen und Spielanregungen	<b>Spielvorschläge aus einem Buch zu Bewegung &amp; Entspannung</b>	<b>„Nudging“ in der Schulmensa.</b> Die gesunde Auswahl anstupsen	<b>Workshop "Sinnes-Schatz-Sucher"</b> . <b>Fremdsprachige Angebote</b> zur Kindergesundheit im Kreis . Tage der Schulverpflegung	<b>Nudging in der Schulmensa.</b> Mit kleinen Kniffen die gesundheitsförder. Speisenauswahl fördern
Nr. 24 Aug. 2015	<b>Die Lust auf Trinken fördern:</b> Klein und Groß mit coolen Sommerdrinks bei warmen Temperaturen überraschen	<b>Footbag:</b> wie mit Geschicklichkeit und durch ein kleines Säckchen Bewegung und Spaß verknüpft werden kann	<b>Progressive Muskelentspannung (PMR) zum Spannungsabbau</b> Mit angeleiteter Übungsreihe im extra Teil	<b>Händehygiene</b> unterhaltsam erlernen	<b>Härtefallfonds „Alle Kinder essen mit“ verlängert</b> . Lale – iss bewusst & sei aktiv! <b>Ausbildung im Sept.</b> . <b>Muuvit! Bewegungsförderung aus Finnland</b>
Nr. 23 Mai 2015	Die Milch macht's: <b>Schulmilch als Bestandteil einer gesundheitsfördernden Pause</b>	Die <b>alten Kinderspiele</b> wieder herausgekramt	The little turtle - Die <b>Entdeckung der Lamsamkeit</b>	<b>Kindermeilenkampagne</b> 2015 im Kreis Gütersloh  Rückblick: Fachtag <b>Gesunder Ganzttag.</b> . (aktuelle <b>Fobis vom KSB</b> )	Ein bisschen <b>nachhaltig</b> kann jeder! Tipps für Zuhause und in der Schule
Nr. 22 Feb. 2015	<b>Sinnesspiele Folge 5: Der Tastsinn</b> Fühlend Lebensmittel (er)kennen lernen.	<b>Sinnesspiele Folge 5: Der Tastsinn</b> Acht Bewegungsangebote zur taktil-kinästhetischen Wahrnehmung	<b>Kennzeichnung der Allergene</b> in der Schule . <b>Fastenzeit in der Schule und dem Offenen Ganzttag</b> Wie man mit Kindern die Fastenzeit bewusst erleben und gestalten kann.	Neue Auflage des <b>DGE-Qualitätsstandards</b> . <b>Bundesweiter Tag der gesunden Ernährung</b> . <b>Fachtag</b> Schulverpflegung . <b>Fachtag</b> Bildung & Gesundheit	

Newsletter für Ernährung und Bewegung in der OGS im Primarbereich vom Kreis Gütersloh und Kreissportbund Gütersloh e.V.

Ausgabe	Rubrik Essen, Trinken & Genießen	Rubrik Bewegung & Entspannung	Rubrik Rund um die Mittagsverpflegung	Rubrik Interessantes aus nah & fern	Anhänge	
Nr. 21 Dez. 2014	<b>Sinnesspiele Folge 4: Der Geschmackssinn</b> Interessante SchmExperimente durchführen	<b>Gemeinsam bewegt zur Ruhe kommen</b> Drei Praxisspiele mit Buchtipps.	<b>Kennzeichnungspflicht</b> in der Schulverpflegung ab Dez. . <b>Warum Kinder kein Kohlgemüse mögen</b> . <b>Selbstgemachte Bratäpfel</b>	<b>9. Kongress „Bewegte Kindheit“</b> . aktuelle <b>Fobis vom KSB</b>	<b>Das SchExperiment</b>	
Nr. 20 Sept. 2014	<b>Sinnesspiele Folge 3: Der Hörsinn</b> Beim Essen, Trinken sowie Genießen	<b>Sinnesspiele Folge 3: Der Hörsinn</b> mit Bewegungsspielen den Hörsinn schärfen	Mit der <b>Atmung zur Entspannung</b> 3 Atemanleitungen	Von der <b>Vielfalt von Salzsorten und dem Umgang mit Salz</b>	Zu Fuß zur Schule <b>(Aktionstage)</b> . aktuelle <b>Fobis vom KSB</b>	
Nr. 19 Juni 2014	<b>Sinnesspiele Folge 2: Das Sehen</b> Einschulung mit der intelligenten Schultüte <i>TIPP</i> : Bio-Brotbox	<b>Sinnesspiele Folge 2: Das Sehen</b> Spiele aus der Hosentasche		Unterschiede von: <b>Appetit – Hunger – satt – pappsatt</b>	- <b>Turnfest „MIRATU 2014“</b> - Radrennen über Wasser - Datenbank zur <b>Schul- verpflegung</b> - (aktuelle <b>Fobis vom KSB</b> )	<b>Die intelligente Schultüte</b>
Nr. 18 Apr. 2014	<b>Sinnesspiele</b> Folge 1: <b>Der Geruchssinn</b> <i>TIPP</i> : www.kinderspiele- welt.de (Osterbacken)	Altes Spiel in „neuem“ Kleid: <b>Rope Skipping</b> <i>TIPP</i> : Ausleihe v. Seilen - KSB	<b>Entspannungsspiel:</b> Bäumchen, rüttle dich und schüttle dich	Auch das Auge isst mit: Kleine <b>Dekorationen beim Mittagessen</b>	<b>Restexemplare:</b> Lehrbuch für Kinder über Essen und Bewegung (Prim.) . Der <b>Blog mit peb</b>	<b>Spielideen zu Ostern</b>
Nr. 17 Feb. 2014	Nicht jede <b>Lebensmittel- unverträglichkeit ist eine Allergie</b>	Über Bewegung <b>sozial- emot. Kompetenzen</b> fördern		<b>Was und wie viel kommt zum Mittag auf den Teller?</b>	Tolle <b>Schneespiele</b> . (aktuelle <b>Fobis vom KSB</b> )	<b>Was ist eine Portion?</b> . <b>Vielfältig essen</b>
Nr. 16 Nov. 2013	Hoch die Tasse - gemeinsames <b>Teetrinken</b>	<b>Schulung der Wahrnehmung</b> als Unterstützung für die motorische Entwicklung	Entspannende <b>Ohrenmassage</b>	<b>Glutamat</b> – eine ungesunde Würze?	<b>Sitz-Check</b> (peb. e.V.)	<b>Wahrnehmungs- parcours</b>

Newsletter für Ernährung und Bewegung in der OGS im Primarbereich vom Kreis Gütersloh und Kreissportbund Gütersloh e.V.

Ausgabe	Rubrik Essen, Trinken & Genießen	Rubrik Bewegung & Entspannung	Rubrik Rund um die Mittagsverpflegung	Rubrik Interessantes aus nah & fern	Anhänge	
Nr. 15 Sept. 2013	<b>Ernährungsralie</b> im Einkaufsmarkt  <b>Praxisspiel</b> aus der GS: Wer bin ich?	<b>aid-Bewegungs-pyramide</b> <u>Aktionstipp:</u> „Planetenflug durch's All“ <b>(Bewegungsgeschichte)</b>		Grüne Krümel im Essen ( <b>Kräuter im Essen</b> ) <u>TIPP:</u> Kresse ziehen	Projekt „Die Rakuns“ . <b>Naturerlebnisspiele</b> (Kidsvital) und Buchtipps	<b>Kleine Kräuterküche zum Ausprobieren</b>
Nr. 14 Mai 2013	Clever essen und trinken mit Kasimir - Neues <b>Unterrichtskonzept zur aid-Ernährungspyramide</b>	<b>Kindgerechtes Ausdauertraining</b> (Schulung v. Strecken-, Zeit- und Tempogefühl)		Kleine <b>Fischesser</b> unterstützen	aktuelle <b>Fobis vom KSB</b>	<b>Kleine Fischesser unterstützen</b> (Zusammenfassung für Eltern)
Nr. 13 März 2013	Das hartgekochte Osterei <b>Oster-Brauchtümer</b>	<b>(Bewegungs-) Schatzkiste</b> auspacken	<b>Stille Momente</b>	<b>Schlechte Esser</b>	<b>Fit von klein auf -</b> Die Initiative d. BKK . aktuelle <b>Fobis vom KSB</b>	<b>Stille-Momente (Stille-Übungen)</b>
Nr. 12 Jan. 2013	Bewerbung für das <b>Schulobstprogramm</b>	<b>Bewegtes Lernen</b>		<b>Verschiedene Religionen an einem Mittagstisch</b>	8. Kongress »Bewegte Kindheit«	<b>Religiöse Speisevorschriften</b>
Nr. 11 Nov. 2012	Gärtnern im eigenen Schulgarten	<b>Bewegungsideen:</b> <a href="http://www.mehr-bewegung-in-die-schule.de">www.mehr-bewegung-in-die-schule.de</a>	Die <b>Wirkung von Düften</b>	Feste feiern, wie Sie fallen: <b>Traditionen im Heute</b> (Martinstag)	<b>Schulwettbewerb:</b> Klasse, Kochen . aktuelle <b>Fobis vom KSB</b>	<b>Backanleitung:</b> Weckmann . <b>Bewegungspause:</b> Pferderennen
Nr. 10 Aug. 2012	Willkommener Abschluss ( <b>Nachtischhäufigkeit</b> in der OGS)	Geschickte Füße fördern ( <b>Barfußlaufen und Fußgymnastik</b> )	<b>Kindgemäße Formen der Entspannung</b>	<b>Finanzielle Zuschüsse</b> für Mittagessen	PowerKids Kurs in GT  <b>Erhebung zur Mittagsverpflegung</b>	Lustige <b>Barfuß-Spiele</b>
Nr. 9 - Juni 2012	Die Vielfalt bunter <b>Durstlöscher</b>	Das <b>sportliche Becherstapeln</b> (Sportstacking)	Mini- <b>Entspannung für die Augen</b>	Eigene <b>Temperaturkontrollen</b> als Dokumentationspflicht	Zirkus ZappZarap . aktuelle <b>Fobis vom KSB</b>	Die Vielfalt <b>bunter Durstlöscher</b>
Nr. 8 - April 2012	Wertvolle Extraportionen? <b>„Kinder-LM“ unter der Lupe</b> <u>TIPP:</u> Wirkung von Werbung mit Kindern	<b>Slacklines</b> – Tanzen auf dem Seil	<b>Fantasiereise und Atementspannung</b> „Kirschblüten“	<b>Von anderen lernen:</b> Der Restauranttisch · Die Lautstärke-Ampel · Benimmkurs für „schwere Fälle“ Satter durch Vollkorn	<b>Workshop</b> Vernetzungsstelle Schulverpflegung in GT „Qualitätsstandard für die Schulverpflegung“ . (aktuelle <b>Fobis vom KSB</b> )	<b>Fantasiereise und Atementspannung</b> „Kirschblüten“

Newsletter für Ernährung und Bewegung in der OGS im Primarbereich vom Kreis Gütersloh und Kreissportbund Gütersloh e.V.

Ausgabe	Rubrik Essen, Trinken & Genießen	Rubrik Bewegung & Entspannung	Rubrik Rund um die Mittagsverpflegung	Rubrik Interessantes aus nah & fern	Anhänge	
Nr. 7 - Feb. 2012	„Das kenn' ich nicht!“ – „Das esse ich nicht!“ – <b>Geschmacksbildung</b> mit Kindern <i>TIPP</i> : „ <b>Sinnesspiele</b> “	<b>Bewegungspause</b> in der Hausaufgabenbetreuung - Übungsreihe	Wegschmeißen o. genießbar? <b>MHD, Verbrauchsdatum, Rückstellproben</b> <i>TIPP</i> : Zusammenarbeit mit LM-Überwachungsamt	„Woher kommt unser Essen?“ <b>Angebot</b> des LandFrauenverbandes <i>TIPP</i> : Datenbank der Koordinationsstelle		
Nr. 6 - Dez. 2011	<b>Weihnachtl. Gewürze - Gesunde Genüsse -</b> Plätzchen aus Vollkorn	<b>Spielen im Schnee</b> <i>TIPP</i> : Fruchtiger Winterpunsch	Neuaufgabe: <b>DGE-Qualitätsstandards für die Schulverpflegung</b>	<b>Material für den Ganzttag:</b> Medienkiste . Siegel für die Koordinationsstelle	<b>Spielideen</b> für einen großen Winterspaß	
Nr. 5 - Sept. 2011	<b>Fertiggerichte und Fastfood</b>	Der kleine Energizer - <b>Spiel u. Spaß mit Pappdeckeln</b>	<b>Entspannungsmassage</b> mit dem Igelball	<b>Vegetarische Ernährung für Kinder</b> geeignet? . Ein „Klammeraffe“ als Helfer	aktuelle <b>Fobis vom KSB</b> <b>Massage mit dem Igelball</b> (Übung)	
Nr. 4 - Juni 2011	Verführung zu gesunder Kost	<b>Überkreuzbewegungen</b> fördern die Konzentration	<b>Tipps für die Einführung von Veränderungen</b>	<b>Spielideen a. d. Mediensammlung „E. &amp; B.“</b> <i>TIPP</i> : Medienversand	Übungsreihe zu <b>Überkreuzbewegungen</b>	
Nr. 3 - April 2011	<b>Die Hand als Maß</b> – auch bei Süßigkeiten	<b>Lernen in Bewegung</b> – das Körper-Alphabet <i>TIPP</i> : Fortbildung des KSB (Sinne)	Argumente für <b>saisonale und kulturspezifische Gerichte</b> <i>TIPP</i> : Saisonkalender der VZ	Schulung zur gesunden Ernährung und Bewegung . <b>4-Wochenspeisepläne</b>	<b>Saisonkalender</b> der VZ NRW	
Nr. 2 - Feb. 2011	<b>Trinkmenge</b> von Kindern <i>TIPP</i> : der Getränke-Orden	Bewegungs <b>baustelle/</b> Bewegungs <b>landschaft</b> <i>TIPP</i> : Spielothek KSB	<b>Körperreise</b>	Etwas Besonderes: Nachtisch . Schülerbefragung	<b>Der Getränke-Orden</b>	
Nr. 1 - Dez. 2010	<b>Das essbare Mandala</b> Portionsgrößen beeinflussen den Appetit	Bewegung für Zwischendurch: <b>Jonglieren</b>	Wenn's entspannend werden soll: <b>Das Gewitterspiel</b>	<b>Empfehlungen für die Mittagsverpflegung:</b> DGE und FKE . <i>TIPP</i> : <b>Kurz-Check nutzen</b>	<b>Medien zu E. &amp; B. im Medienzentrum</b> . Portal: <b>Komm in Schwung</b>	<b>Jonglieranleitung</b>