



der Apfel



der Rosenkohl



die Aubergine



der Rucola



die Birne



die Kirsche



der Blumenkohl



das Radieschen



die Bohne



die Möhre



der Brokkoli



die Traube



die Brombeere



der Rhabarber



der Paprika



die Heidelbeere



der Eisbergsalat



die
Johannisbeere



die Erbse



der Rotkohl



die Erdbeere



der Porree/
der Lauch



die Zucchini



der Fenchel



der Grünkohl



die Tomate



die Gurke



die Rote Bete



der Rettich



der Chicorée



der Frühling



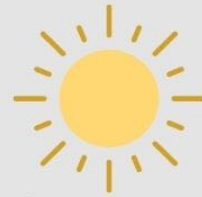
der Frühling



die Himbeere



der Spargel



der Sommer



der Sommer



der Kohlrabi



die Zwiebel



der Herbst



der Herbst



der Kürbis



der
Stangensellerie



der Winter



der Winter



der Mangold



der Weißkohl



der Frühling



der Herbst



die Pflaume



der Spinat



der Winter



der Frühling



der Herbst



der Herbst



der Sommer



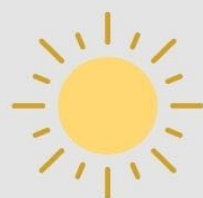
der Sommer



der Sommer



der Frühling



der Sommer



der Sommer



der Sommer



der Herbst



der Herbst



der Sommer



der Herbst



der Sommer



der Sommer



der Herbst



der Winter



der Herbst



der Herbst



der Herbst



der Winter



der Sommer



der Sommer



der Frühling



der Herbst



der Frühling



der Frühling



der Sommer



der Frühling



der Herbst



der Herbst



der Winter



der Sommer



der Frühling



der Winter



der Sommer



der Sommer



der Herbst



der Herbst



der Frühling



der Frühling



der Winter




der Winter




der Herbst

Saison-Domino

 **Zielgruppe**
 Ab ca. 10 Jahren

 **Gruppengröße**
 2 – ca. 5 Personen

 **Zeitbedarf**
 ca. 30 min

 **Betreuer*innen**
 Je nach Gruppe
 1 Betreuer*in oder
 keine Betreuer*in nötig.

 **Vorkenntnisse**
 Keine Vorkenntnisse
 nötig

Materialien

- 42 Domino-Spielsteine
- BZfE-Saisonkalender
- Saison-Uhr (optional)

Spielvarianten

- Spiel mit oder ohne Saisonkalender (je nach Vorwissen). Ohne Saisonkalender sollte das Spielfeld im Anschluss kontrolliert und besprochen werden.
- Spiel innerhalb eines vorgegebenen Zeitfensters (Timer).

Spielablauf

Beim Domino-Spiel werden abwechselnd Spielsteine aneinandergelegt. Dabei müssen die Enden der Steine zueinanderpassen. Bei dieser Variante des Dominos wird jedem Obst oder Gemüse die Jahreszeit zugeordnet, in der das Lebensmittel Saison in Deutschland hat bzw. wird jeder Jahreszeit ein passendes Obst oder Gemüse zugeordnet (z. B. Heidelbeeren im Sommer = Sonne).



Zu Beginn des Spieles erhalten alle Spieler*innen je 6 zufällig gezogene Spielsteine. Der Rest der Spielsteine wird verdeckt an den Rand des Spielfeldes gelegt und dient im Verlauf des Spiels als Nachziehstapel.

Der oberste Spielstein des Nachziehstapels wird offen in die Mitte des Spielfeldes gelegt und bildet den Startstein. Die Person, die als nächstes Geburtstag hat, beginnt und legt (wenn möglich) einen ihrer Steine an den Startstein an. Die Domino-Steine werden immer so angelegt, dass ein Obst oder Gemüse an dem Symbol der Jahreszeit liegt, in der das Obst oder Gemüse Saison hat, also durch heimischen Anbau ein großes Angebot verfügbar ist. Welches Obst/Gemüse zu welcher Jahreszeit verfügbar ist, kann im Saisonkalender des Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) nachgesehen werden. Zu beachten ist, dass die Steine nur an einem der beiden Enden der bereits liegenden Steinkette angelegt werden können und dass pro Spielzug nur ein Domino-Stein angelegt wird. Kann eine spielende Person keinen Spielstein anlegen, so zieht diese einen Stein vom Nachziehstapel. Dann ist die im Uhrzeigersinn nächste Person an der Reihe.

Ziel des Spiels ist, alle Spielsteine von der Hand abzulegen. Die spielende Person, die zuerst alle Spielsteine abgelegt hat, gewinnt das Spiel.

Jahreszeiteinsymbole:

Einige Sorten wachsen auch zu mehreren Jahreszeiten in Deutschland. Z. B. gibt es Rosenkohl im Herbst und im Winter, hier passt also das Blatt- oder das Schneeflocken-Symbol.



Frühling: An diesem Symbol können nur Obst- und Gemüsesorten angelegt werden, die im März, April oder Mai Saison in Deutschland haben.



Sommer: An diesem Symbol können nur Obst- und Gemüsesorten angelegt werden, die im Juni, Juli oder August Saison in Deutschland haben.



Herbst: An diesem Symbol können nur Obst- und Gemüsesorten angelegt werden, die im September, Oktober oder November Saison in Deutschland haben.



Winter: An diesem Symbol können nur Obst- und Gemüsesorten angelegt werden, die im Dezember, Januar oder Februar Saison in Deutschland haben.

Gespräch

Als Einstieg in das Spiel kann besprochen werden, dass Obst- und Gemüsepflanzen zu unterschiedlichen Jahreszeiten wachsen bzw. Früchte tragen und dass Obst und Gemüse auch zu verschiedenen Zeiten geerntet wird. Zusammen können Beispiele gesammelt werden, die man aus Gärten oder von Feldern in der Umgebung kennt (z. B. Erdbeeren oder Äpfel mit ihren typischen Erntezeiten, Spargelzeit etc.). Ergänzend sollte der Saisonkalender (z. B. vom BZfE) besprochen und gemeinsam das Anwenden geübt werden.

Es folgt das Spiel.

Nach dem Spiel kann die fertige Domino-Kette angeschaut und reflektiert werden, zum Beispiel mit diesen Fragen:

- Was wusstet ihr schon? Habt ihr etwas wiedergefunden, was ihr aus Gärten/von Feldern etc. kennt?
- Was hat euch überrascht? Was war neu für euch?
- Auch, wenn viele Obst- und Gemüsesorten eine bestimmte Jahreszeit haben, in der sie geerntet werden, gibt es sie oft das ganze Jahr über im Supermarkt zu kaufen. Wie geht das? (*manche werden gelagert, andere im Gewächshaus angebaut oder importiert...*)
- Was für Vor- und Nachteile hat es, Lebensmittel dann zu essen, wenn sie gerade Saison haben?

 Informationen zum Saisonkalender gibt es hier:

Bundeszentrum für Ernährung:

<https://www.bzfe.de/nachhaltiger-konsum/orientierung-beim-einkauf/der-saisonkalender/>

Den Saisonkalender vom BZfE gibt es kostenlos als PDF:



Oder auch kostenlos als App:

App Store von Apple



Google Play Store



Mehr Informationen und Materialien gibt es hier:

Bundeszentrum für Ernährung:

- <https://www.bzfe.de/nachhaltiger-konsum/orientierung-beim-einkauf/der-saisonkalender/saisonzeiten-bei-obst-und-gemuese/>

KlimaFood

Kontakt: gesund-nachhaltig@uni-flensburg.de

Weitere Infos: <https://www.uni-flensburg.de?30715>

Tafel is(s)t gesund und nachhaltig

Kontakt: gesundessen@tafel.de

Weitere Infos: <https://www.tafel-akademie.de/projekte/abgeschlossene-projekte/tafel-isst-gesund/>

www.in-form.de

Gefördert durch



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



| Projekt KlimaFood