

Körper, Gesundheit und Ernährung

Da Kinder über ihre Köpersinne sich selbst und ihre Umwelt wahrnehmen und darüber ihr Körper- und Selbstbewusstsein aufbauen, bieten wir in unserer Kindertagesstätte eine bewegungs- und sinnanregende Umgebung an. Das Matschen und Kneten mit unterschiedlichen Materialien im Innen- und Außenbereich der Einrichtung, die zur Verfügung gestellten Friseurutensilien und Spiegel, die Einbeziehung der Kinder beim Tischdecken, Kochen und Backen oder die Gelegenheit, sich gemeinsam bei der Gartenarbeit zu betätigen, bieten hier eine Vielzahl von sinnvollen Erfahrungsmöglichkeiten. Das Kräuterbeet im Bereich des Verkehrsplatzes wurde beispielsweise mit den Kindern zur olfaktorischen Sinnanregung angelegt.

Die Entwicklung eines Geschlechtsbewusstseins wird beispielsweise in Rollenspielen in der Puppenecke, der Nutzung von unterschiedlichen Verkleidungsutensilien und des Arztkoffers unterstützt. Damit eng verknüpft ist für uns die Entwicklung des Nähe- bzw. Distanzverhaltens. Wir haben hier unsere eigene Handhabung mit der Thematik sensibel im Blick. Beispielsweise fragen wir, ob ein Kind angefasst oder getröstet oder auf den Arm- oder Schoß genommen werden möchte, bevor wir handeln. Wir sind uns dabei bewusst, als Vorbilder zu agieren.

Gesetzte Grenzen bei anderen Kindern zu erkennen, sie zu akzeptieren und die eigenen, auch körperlichen Grenzen transparent zu machen, wird in der Kita täglich, in vielen unterschiedlichen Situationen von den Kindern erprobt. Hier begleiten und unterstützen wir bei Bedarf die Kinder, indem wir beispielsweise auf die von uns beobachtete Mimik, Gestik oder gehörten Äußerungen der beteiligten Kinder hinweisen, nachfragen und Gefühle verbalisieren. Das klar und unmissverständlich geäußerte „Nein!“ oder eine klare, deutliche „Stop!“ Geste, sowie deren Konsequenzen für die handelnden Kinder (z.B. „Stop!“ und „Nein!“ heißt: ich höre auf mit dem was ich tue!) thematisieren wir direkt in der Situation bzw. in der Kinderdienstbesprechung (siehe Beschwerdemanagement).

Um die Gesundheit zu fördern bzw. sie zu erhalten, gehört für uns das Zähneputzen nach dem Mittagessen und das Händewaschen vor den Mahlzeiten und nach dem Spielen im Garten in unseren Tagesablauf. Der Besuch vom zahnärztlichen Dienst ist hier ein unterstützendes Setting im Kindertagesstättenjahr.

Unsere Ausruhzzeit nach dem Mittagessen dient zur Entspannung und dazu, ruhigeren Tätigkeiten, ohne viel Action nachgehen zu können. Es besteht auch die Möglichkeit für bis zu 4 Kinder, sich in den unteren Gartenbereich zurückzuziehen.

Unterschiedliche Gefühle wahrnehmen und der Umgang mit ihnen sind eine Hauptunterstützungsaufgabe in unserem pädagogischen Alltag. Im Jeux dramatiques haben die Kinder eine Möglichkeit in unserer Kindertagesstätte, ihre Gefühle auszudrücken, sie bei anderen wahrzunehmen und dabei etwas Neues entstehen zu lassen.

In Bezug auf die Ernährung in unserer Tageseinrichtung achten wir bei der Auswahl des Caterers auf ein überwiegend frisches, ausgewogenes Angebot. Während den gemeinsamen Mahlzeiten sind wir uns bewusst, als Vorbilder in Bezug auf das Essverhalten und die Esskultur zu wirken. Das gemeinsame Tischdecken, ein ritualisierter Ablauf der Mahlzeit mit Gebet und die Entscheidung, viel, wenig oder nichts zu essen bzw. nur zu probieren, gehört für uns genauso dazu, wie die Handhabung des Bestecks. Zusätzlich unterstützen wir das eigenständige, selbstbestimmte Essen durch das Angebot des freien Frühstücks an zwei Tagen in der Woche.

In unserer Einrichtung bringen die Kinder täglich ihre gefüllte Frühstücksdose von zu Hause mit. Uns ist dabei wichtig, dass das Frühstück aus Obst oder Gemüse, belegtem Brot, Müsli oder Joghurt besteht. Hierzu reichen wir Mineralwasser, ungesüßten Kräutertee, Milch und Kakao als Getränke an.

Bei unserem täglichen Nachmittagssnack haben die Kinder die Auswahl zwischen frischem Obst und Gemüse. Da für uns ein angemessener Umgang mit Süßigkeiten zum Leben dazugehört, gibt es hier an manchen Tagen auch süße Frühstückscerealien mit Milch oder Zwieback.