

Gesundheitsaudit für Kindertagesstätten - Qualitätsbericht

Mein Name ist Doris Pieper, ich bin seit dem 19.09.1999 Leiterin in der Kinderkrippe „Krabbelnest“ in Magdeburg.

Unsere Krippe besteht aus 4 Gruppen, in denen Krippenkinder von der 9. Woche bis zum vollendeten 3. Lebensjahr betreut werden. Alle 11 Erzieherinnen arbeiten 30 Wochenstunden.

Seit dem 06.07.2004 haben sich unsere Krippe und 9 weitere KiTa's der Stadt Magdeburg als gemeinnützige Gesellschaft und anerkannter Träger der freien Jugendhilfe zur „KiTa-Gesellschaft Magdeburg mbH“ gegründet. Unser Leitbild haben wir unter das Motto „Bildung ist bunt“ gestellt.

Die Betreuung umfasst eine alters- und entwicklungsspezifische Bildung und Erziehung der Kinder mit dem Ziel, deren Entwicklung zu eigenverantwortlichen und gemeinschaftsfähigen Persönlichkeiten zu fördern. Die Ausrichtung der Angebote ist dabei weitgehend auf die Bedürfnisse der Kinder und Eltern abgestimmt. Um diesen Bedürfnissen gerecht zu werden, wird der Zusammenarbeit mit den Eltern bei der Arbeit mit den Kindern große Aufmerksamkeit gewidmet. Wir sind bestrebt, insbesondere die jungen Mütter und Väter, hinter denen auf Grund anfallender Erziehungszeiten für ihren Nachwuchs, ein längerer Ausstieg aus dem Erwerbsleben liegt, beim Wiedereinstieg in das Berufsleben zu unterstützen und gleichzeitig daraus keine Benachteiligung für ihre Kinder erwachsen zu lassen.

Die Teilnahme unserer Kinderkrippe am Bundesmodellprojekt „Pädagogische Qualität in Kindertageseinrichtungen“ von November 2000 bis April 2002, hat uns als Team dazu bewogen, Grundlagen für eine gesunde und naturgemäße Lebensweise unserer Kinder zu schaffen.

Deshalb war uns auch die Teilnahme am Zertifizierungsverfahren „Gesunde KiTa“ durch die Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. wichtig.

Für die moderne Gesundheitsförderung und eine gesunde, körperliche Entwicklung unserer Kinder haben wir folgende Schwerpunkte in drei Säulen untergliedert:

1. Seelisches Wohlbefinden/ Ruhe und Entspannung
2. Gesunde Ernährung
3. Bewegung

Wie setzen wir diese Schwerpunkte in der Praxis um?

Seelisches Wohlbefinden

- Eingewöhnung der Kinder beginnt bei uns sanft/ mit Eltern planen und absprechen, Rituale von zu Hause übernehmen, Körper und Geist in Einklang bringen
- Vertrauen aufbauen zu Personen und zur Umgebung
- Zusammenarbeit mit den Eltern

- Natürliches Bedürfnis jedes Kindes beachten, ständiger Wechsel von Ruhe und Bewegung für das seelische und körperliche Gleichgewicht

Dafür nutzen wird unter anderem unseren Bewegungs- und Sportraum oder unseren Entspannungsraum zum Meditieren.

Ein geregelter Tagesablauf mit Spiel- und Lernangeboten sind uns wichtig, damit sich die Kinder ausprobieren, künstlerisch betätigen können, turnen, raufen, snoozeln, meditieren, gemeinsam oder allein spielen, eben ganz Kind sein zu können.

Wir haben verschiedene Arbeitsgruppen gebildet: Sportclub, Musikclub und unseren Kreativclub. Immer am Montag und Dienstag finden diese Clubs zusätzlich im Haus statt. Wenn in dieser Zeit am Nachmittag die Kinder ihren Interessen nachgehen, haben Eltern die Möglichkeit unser Elterncafé aufzusuchen.

Mit Hilfe unseres Fördervereins, vielen engagierten Eltern und Firmen aus unserer Nachbarschaft ist es uns gelungen, im April 2005 unsere hauseigene, moderne Sauna zu finanzieren und einzurichten.

Jeden Tag können unsere Kinder mit ihren Erzieherinnen in die Sauna gehen, tüchtig schwitzen und sich abhärten. Die Kinder erhalten in der Dusche lauwarmer bis kalte Güsse, anschließend gehen sie für eine bestimmte Zeit in den angrenzenden Ruheraum.

Streicheleinheiten und kleine Massagen stillen das Bedürfnis nach Körper- und Hautkontakt. Die Kinder genießen danach die Meditationsmusik zum Entspannen und Wohl fühlen. Barfuß gehen beim Sport und auf der Taststrecke zum Saunaraum fördert unter anderem die Aufmerksamkeit und Sensibilität.

Der tägliche Aufenthalt im Freien, sei es auf dem Spielplatz oder außerhalb unseres Geländes (Zoo oder Gartensparte) ist für uns und unsere Kinder ein wichtiges Kriterium für eine gesunde Lebensweise.

Gesunde Ernährung

Was bedeutet für uns eine gesunde Ernährung?

Unser Tag beginnt mit unserm „Morgenmuffelrühspport“ zu flotter Musik und dem dazugehörigen Frühstück. In unserer Kinderküche werden das Frühstück und die Obstmahlzeiten bzw. unsere Safftherstellung vorbereitet. Unsere Kinder ab 2 ½ Jahren können hier fleißig mithelfen. Mit Hilfe unseres Essenanbieters (Sodexo GmbH) ist es möglich, dass wir unser Obst- und Gemüseangebot immer wieder erweitern können. Auch das Getränkeangebot für unsere Kinder ist täglich unterschiedlich und abwechslungsreich. Die ausreichende Flüssigkeitszufuhr bezieht sich auf Wasser, Früchte- und Kräutertees, Fruchtsäfte, die noch verdünnt werden und Milchdrinks. Alle Tees werden wenig oder gar nicht gesüßt. In diesem Bereich ist die Zusammenarbeit mit den Eltern deutlich zu erkennen. Für die Frühstücks- und Vesperversorgung nutzen wir die Kräuter unseres Kräutergartens.

Zu unseren traditionellen Feierlichkeiten, wie Ostern, Kindertag und Nikolaustag backen wir mit unseren Kindern Plätzchen und Kuchen oder manchmal eine Pizza für eine Geburtstagsfeier.

Den Umgang mit „Nichtgesunden“ müssen unseres Kleinen immer wieder neu lernen, denn eine ausgewogene und naturbelassene Ernährung mit vielen Kräutern, Vollkorn- und Milchprodukten sind unverzichtbar.

Zwischen unseren Eltern und den Erzieherinnen findet ein regelmäßiger Austausch über die Essgewohnheiten, das Essverhalten und die Essenszeiten der Kinder statt. Die Mahlzeiten für die Säuglinge und Kleinkinder werden den individuellen Essensrhythmen der Kinder angepasst.

Bewegung

Wie wirkt sich bei uns Bewegung als elementares Bedürfnis aus? Bewegungsbedürfnisse äußern sich u.a. in Selbstvertrauen, Selbstsicherheit, Kräftigung der Muskulatur und Körperbeherrschung. Zur Verbesserung dieser Bedürfnisse gehören:

- dem täglichen Bewegungsdrang jedes Kindes Rechnung zu tragen,
- die Verwendung unterschiedlicher Spiel- und Sportgeräte,
- eine attraktive Bewegung bei jedem Wetter im Freien/ rhythmische Bewegungsspiele, Kreisspiele, Tanzspiele,
- die Nutzung der Spielgeräte auf der Freifläche zur Verbesserung des Selbstvertrauens, des Mutens und ihrer Sicherheit,
- die Nutzung des Bewegungsraumes für die Kleinsten und des Turnraumes über die ganze Woche,
- die neue Herausforderung, dass die Kinder selbstsicherer werden, in dem sie selbst ihre Grenzen erkennen und Angst abbauen,
- Lernen, das Gleichgewicht auszubalancieren.

Frühkindliche Bildung fängt bei 0 an, also werden unsere ganz Kleinen in das Bewegungskonzept einbezogen, das ist auch eine große Herausforderung für uns.

Alle Erzieherinnen müssen sich ein umfangreiches Wissen aneignen. Sie müssen die Kinder genau kennen und beobachten, in wie weit sie in ihren Bewegungsabläufen selbstsicherer geworden sind. Das erfordert aber, dass die Kinder alle Übungen immer wiederholen und sich Ausprobieren.

Ein ganz wichtiges Bewegungsexperiment ist für uns als Team eine aktive Fußgymnastik für unsere Kinder. Dazu gehören:

- gutes Schuhwerk für die Kinder, individuell ausgemessen und passgenau,
- ausreichende Zehenfreiheit
- weiche Fußbettung und
- geschmeidiges, atmungsaktives Obermaterial der Schuhe.

Für diese Übungen werden die Kinder zum spielerischen Mitmachen ermutigt. Dazu werden folgende Übungen angewandt:

- Fußschaukel,
- Fußkreisen,
- Seitliches Abrollen und Schwingen,
- Zehen- und Fersengang,
- Greifübungen und
- Individuelle Fußmassage auf der Wickelkommode

Hierbei sind das unermüdliche Ausprobieren durch Wiederholungen und die persönlicher Verantwortung der Erzieherinnen wichtig, Diese Übungen werden im Bewegungsraum, in der Turnhalle, auf der Freifläche und vor dem Schlafengehen barfuß geübt.

Gemeinsam gingen wir im Team folgender Frage nach: Was macht uns krank, was hält uns gesund?

Um dieses Konzept weit mit Leben zu erfüllen, sind wir im Team immer auf der Suche nach neuen Ideen und Ansprüchen. Kinder brauchen Erlebnisse und Erfahrungen für ein gesundheitsbewusstes Verhalten und ein Vorbild, von dem sie lernen. Die Arbeit mit den Kindern kann nur erfolgreich sein, wenn wir mit den Eltern gut zusammenarbeiten, sie aktiv mit einbeziehen und sie am Leben in der Einrichtung beteiligen.

Wir streben eine Erweiterung zur gesunden Abhärtung unserer Kinder an, damit die Kinder von Heute die gesunden Erwachsenen von Morgen werden!