

Gesundheitsaudit für Kindertagesstätten – Qualitätsbericht

Inhalt:

1. Unsere Kita
 - 1.1. Standort
 - 1.2. Unsere Kita stellt sich vor
 - 1.3. Pädagogische Grundprinzipien
 - 1.4. Gesundheitsförderung

2. Gesundheitsförderung im Kita-Alltag
 - 2.1. Akteure
 - 2.2. Bewegungsförderung
 - 2.2.1 Bewegungsräume
 - 2.2.2 Bewegungsabläufe
 - 2.2.3 Der Waldtag
 - 2.3. Ernährung
 - 2.3.1. Frühstück, Obstpause
 - 2.3.2. Mittagessen
 - 2.3.3. Vesper

3. Weitere Aktivitäten

1 Unsere Kita

1.1. Standort

Unsere integrative Kindertageseinrichtung liegt in einer Villen- und Mehrfamilienhaussiedlung im Leipziger Stadtteil Schläußig. Das 1957 errichtete Gebäude befindet sich in einer verkehrsberühigten Zone, abseits von Straßenlärm und in unmittelbarer Nähe des Leipziger Auwaldes.

1.2. Unsere Kita stellt sich vor

Unsere Einrichtung ist eine integrative Kindertageseinrichtung in Trägerschaft des Jugendamtes der Stadt Leipzig. In der ITE betreuen wir als Team aus sieben Erzieherinnen 51 Kinder, darunter sechs Integrationskinder und fünf Krippenkinder ab zwei Jahren, bis zum Schuleintritt. Unsere Kinder spielen und lernen teilweise in altersgemischten Gruppen.

1.3. Pädagogische Grundprinzipien

Bereits seit 2004 arbeitet unsere Kita nach dem Sächsischen Bildungsplan. Der diesem Plan zugrundeliegende „ganzheitliche Bildungs-, Erziehungs- und Betreuungsauftrag dient vor allem dem Erwerb und der Förderung sozialer Kompetenzen wie der Selbstständigkeit, der Verantwortungsbereitschaft und der Geschäftsfähigkeit, der Toleranz und Akzeptanz gegenüber anderen Menschen, Kulturen und Lebensweisen sowie gegenüber behinderten Menschen und der Ausbildung geistiger Fähigkeiten und Fertigkeiten, insbesondere zum Erwerb von Wissen und Können, einschließlich der Gestaltung von Lernprozessen. „Die so vermittelten Lebenskompetenzen legen die Grundlage für eine allseitige gesunde Entwicklung der Kinder in unserer Kita. Das Wohlbefinden und Wohlfühlen der Kinder sowie der Erzieherinnen in unserer Einrichtung ist dabei Grundlage für unser Handeln“¹.

1.4. Gesundheitsförderung

Bereits seit sechs Jahren setzen wir uns intensiv mit dem Thema Gesundheitsförderung in der Kindertagesstätte auseinander. Das Projekt „Gesunde Kindertagesstätte“, das von 2002 bis 2004 vom Gesundheitsamt der Stadt Leipzig durchgeführt wurde, ermöglichte uns verschiedene gesundheitsrelevante Themenbereiche wie Ernährung, Sprache, Bewegung, Sexualerziehung, Impfungen, Allergien, Lärm u. a. in umfangreichen Fortbildungen näher zu betrachten und im Alltag unserer Kita mit den Kindern und Eltern umzusetzen.

Andere Fortbildungen und Projekte wie das Vorschulprogramm „Hören-Lauschen-Lernen“ folgten und sind seither integrativer Bestandteil unserer Arbeit.

Auch im Rahmen der Qualitätssicherung und –entwicklung in der Kita (nach dem Instrument der Päd-Quis gGmbH) spielen Elemente der Gesundheitsförderung eine wichtige und immer wiederkehrende Rolle. So haben wir uns intensiv mit dem Qualitätsbericht „Bewegung“ und „Sprache & Kommunikation“ auseinandergesetzt. Weitere Bereiche wie „Zusammenarbeit mit Eltern“ und „Soziale und emotionale

Entwicklung“ haben wir ebenfalls bearbeitet und hier einen Bezug zur Gesundheitsthematik hergestellt.

Die Möglichkeit der Kita-Untersuchung durch das Gesundheitsamt wird ebenfalls von allen Eltern wahrgenommen. Auch hier enthalten wir Erzieherinnen immer wieder wertvolle allgemeine Hinweise bzw. spezielle Fördertipps.

Die Zahngesundheit spielt ebenfalls eine nicht zu unterschätzende Rolle im Bärchenland. Die Kinder putzen sich nach jeder Mahlzeit die Zähne, auch in diesem Bereich wird das Gruppenprophylaxeangebot der Jugendzahnärzte und Zahnschwestern des Gesundheitsamtes gut angenommen.

¹ § 2, Abs. 2 SächsKitaG

2 Gesundheitsförderung im Kita-Alltag

Stellvertretend für viele andere Gesundheitsthemen möchten wir hier auf die Bereiche Ernährung und Bewegung näher eingehen. Gerade hier ist es uns besonders wichtig, dass die Kinder bereits in jungem Alter ein gesundheitsförderliches Handeln erlernen und das gesunde Ernährung und viel Bewegung zu den Selbstverständlichkeiten der frühen Kindeheit gehören.

2.1. Akteure

Gesundheitsförderung im Kita-Alltag umzusetzen, heißt Kinder und Eltern gleichzeitig zu erreichen, denn nur dann können wir erfolgreich sein. Glücklicherweise sind unsere Eltern dem Thema gegenüber sehr aufgeschlossen. Der Elternrat, der sehr aktiv ist, unterstützt unsere Bemühungen außerordentlich.

So vergeht kein Elternabend, ohne das Gesundheitsthemen angesprochen werden. Häufig geht es um das Thema gesunde Ernährung, das unseren Eltern sehr am Herzen liegt. Steht bei der Ernährung die Verhaltensänderung der Kinder, dass sie bestimmte Dinge essen bzw. zumindest probieren, im Vordergrund der Diskussionen, so geht es beim Bewegungsthema auch darum, wie wir unsere Kita verändern müssen, dass die Kinder ihrem natürlichen Bewegungsdrang nachkommen können. Gemeinsam mit den Kindern und Eltern sind wir beispielsweise auf „Entdeckungsreise“ durch die Kita gegangen und haben Orte gesucht und gefunden, die es zu ändern galt bzw. gilt.

2.2. Bewegungsförderung

2.2.1. Bewegungsräume

Unsere Kita wurde im Jahr 1957 gebaut und verfügt über zwei Außenspielbereiche. Gerade die Außenanlagen haben sich in den letzten Jahren – Dank der jährlich stattfindenden Arbeitseinsätze mit unseren Eltern – stark verändert und bieten den Kindern nun zahlreiche Möglichkeiten zum Spielen, Toben, Experimentieren, Entdecken und auch zum Rückzug. Eine Bewegungsbaustelle mit, von Kindern gesammelten, Naturmaterialien bietet immer neue Möglichkeiten zum Klettern, Balancieren und sich ausprobieren.

Vor einigen Jahren haben wir einen Sinnesparcour geschaffen, wo die Kinder auch barfuß unterschiedliche Materialien wahrnehmen konnten. Dieser wurde allerdings nur über einen begrenzten Zeitraum angenommen, so dass er im vergangenen Sommer dem Bolzplatz gewichen ist. Eine Holzwerkstatt, Weidenhäuschen, Mulden zum zurückziehen, eine Kräuterschnecke, Gemüsebeete, verschiedene Klettermöglichkeiten, eine Rollerstrecke und Rasenflächen gehören ebenfalls zu unseren beiden Gartenbereichen.

Der angrenzende Auwald sowie der Sportplatz des LSC 1991 e.V. gehören ebenfalls zu den wöchentlich genutzten Bewegungsräumen im Freien. Beim Leipziger Sportclub steht uns sogar ein Trainer zur Verfügung, der mit den Kindern arbeitet.

Unsere Kita verfügt über relativ große Gruppenräume, die wir in den vergangenen Jahren auch systematisch bezüglich ihrer Bewegungsmöglichkeiten untersucht und „entrümpelt“ haben. Oberstes Ziel war es, den Kindern über Bewegung die Möglichkeit zu geben, die Welt aus unterschiedlichen Perspektiven wahrzunehmen und Lernerfahrungen zu sammeln. In den Gruppenräumen sollen die Kinder den ganzen Tag die Möglichkeit haben, sich grob- und feinmotorisch auszuprobieren. Bewegungsanregende Elemente wie Kletterwände, schiefe Ebenen, Balancierstrecken und Podeste bringen aktive Bewegung auch in die Innenräume.

2.2.2. Bewegungsabläufe

Thema vieler unserer Fortbildungen war auch die Qualität der Bewegungsförderung. Hier ging es vor allem darum, alltägliche Bewegungsabläufe wie Spaziergänge mit weiteren Bewegungselementen anzureichern. Laufen, springen, hüpfen, balancieren können Kinder überall und lassen Spaziergänge abwechslungsreich werden. Gleichzeitig trainieren gezielte Bewegungen z.B. den Gleichgewichtssinn bzw. die Koordinationsfähigkeit des Kindes sozusagen im Spiel. Diese motivierenden Bewegungsanreize sind wichtig für die harmonische und ganzheitliche Entwicklung des Kindes. Das Gleichgewicht aus Spannung und Entspannung, aus Ruhe und Aktivität, aus Anstrengung und Leichtigkeit hilft dem Kind nicht nur, seine körperlichen, motorischen Fähigkeiten zu stärken, sondern hilft auch, den eigenen Körper kennen zu lernen und Wohlbefinden zu spüren.

2.2.3. Der Waldtag

Einmal in der Woche ist für jede Gruppe „Waldtag“, d.h. die Kinder ziehen mit Bollerwagen und in wetterfester Kleidung in den nahegelegenen Auwald. Das passiert bei (fast) jedem Wetter. Hier verbringen die Kinder einen Vormittag im Wald und spielen mit allem, was die Natur so bietet.

Die Einführung des Waldtages vor drei Jahren war auch für uns Erzieherinnen mit Diskussionen verbunden. Vor allem zum Thema Sicherheit und Unfallrisiken gab es viele Befürchtungen, die aus heutiger Sicht unbegründet waren. Im Gegenteil, der Waldtag hilft den Kindern, sich selbst und ihre Fähigkeiten auszuprobieren, aber auch eigene Grenzen zu erkennen.

2.3. Ernährung

In der Kita werden drei Mahlzeiten eingenommen, wobei das Frühstück und das Vesper von den Eltern mitgegeben wird. Positiv hervorzuheben ist, dass gesunde Ernährung in Bio-Qualität bei den Eltern eine große Rolle spielt, was sich auch in den mitgebrachten Brotdosen in aller Regel widerspiegelt. Die Eltern sind im Bereich gesunde Ernährung sogar vielfach Motor der Veränderungen. So z. B. bei der Qualität der Mittagsversorgung. Seit kurzem bietet unsere Kita ein Wahlessen in Bio-Qualität an.

Eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr ist für uns ebenfalls ein wichtiges Thema, die Kinder können jederzeit ungesüßten Tee und Leitungswasser trinken.

Wichtig ist uns, dass die Kinder gesunde Ernährung als etwas selbstverständliches erleben, dass Spaß macht.

2.3.1. Frühstück, Obstpause

Das Frühstück, das die Kinder von zu Hause mitbringen und gemeinsam in der Zeit von 7.45 bis 8.15 Uhr essen, wird in der Kita durch Getränke und Milch ergänzt. Dabei sitzen die Kinder in den Gruppenräumen gemütlich an den gedeckten Tischen. Wir achten auch auf Tischsitten und eine gemütliche Esskultur. Größere Kinder „begutachten“ schon einmal die gesunde Qualität der Brotbüchsen der anderen Kinder am Tisch.

Zum Vormittag gehört auch ein Obstfrühstück, das über die Eltern finanziert wird. Das gereichte Obst und Gemüse entspricht in der Regel der Bio-Qualität.

2.3.2. Mittagessen

Das Mittagessen wird vom Caterer geliefert, von den vier Essen, die zur Wahl stehen, ist eines in Bio-Qualität und dementsprechend auch teurer. Das Essen wird in den einzelnen Gruppen gemeinsam ausgesucht, an einem Tag dürfen die Kinder wählen, die restlichen vier Tage werden gemeinsam mit den Erzieherinnen gewählt. Dabei achten wir Erzieherinnen auf die Einhaltung der Kriterien der Bremer Checkliste. Das Essen ist abwechslungsreich, wobei Rohkost und Obst selbstverständliche Komponenten der Mittagsmahlzeit sind.

2.3.3 Vesper

Die Nachmittagsvesper wird in der Regel von den Eltern mitgegeben. Außer am Mittwoch, da bereiten sie die Kinder selbst zu. Auch hier wird das Geld von den Eltern eingesammelt, wir gehen gemeinsam mit den Kindern einkaufen und bereiten dann die Speise zu. Auch verfeinern wir unseren Quark mit selbst angebauten Kräutern aus der Kräuterspirale im Garten.

Diese wöchentliche „Selbstschmiervesper“ ist eine gute Möglichkeit, eine gesunde und vollwertige Ernährung zu thematisieren und die Kinder in der Zubereitung der Mahlzeiten einzubeziehen.

3 weitere Aktivitäten

Zahlreiche weitere Aktivitäten ergänzen unsere Arbeit in der Kita. So z. B.:

- eine bilinguale Gruppe (wo eine Englisch-Muttersprachlerin eingesetzt ist)
- eine Tanzgruppe „Tanzen ist träumen“
- Yoga für Kinder
- Musikalische Früherziehung
- Auwaldwanderungen
- Teilnahme an Sportfesten
- Besuche im Regenwaldzentrum und im Zoo
- Besuche auf einem Öko-Bauernhof und einer Bienenfarm in der näheren Umgebung Leipzigs.