

Michael Schrader/Gabriele Dahle (Hrsg.)

Kindergarten & Hort erfolgreich leiten

Know-how für eine bessere Kita

Ausgabe: 08

Thema: Kita-Management nach innen

Titel: Täglich ein gesundes Frühstück -
Gesundheitsmanagement (30 S.)

Produkthinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Printausgabe des Standardwerkes „**Kindergarten & Hort erfolgreich leiten**“. Das Handbuch berät in allen Fragen der Kindergarten- und Qualitätsentwicklung und bietet mit erprobten Konzepten, Maßnahmen und Problemlösungen, Schritt-für-Schritt-Anleitungen und Erfahrungsberichten eine konkrete Hilfestellung für die Kita-Praxis.

▶ Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie [hier](#).

Nutzungsbedingungen

Die Materialien dürfen nur persönlich für Ihre eigenen Zwecke genutzt und nicht an Dritte weitergegeben bzw. Dritten zugänglich gemacht werden. Sie sind berechtigt, für Ihren eigenen Bedarf Fotokopien zu ziehen, bzw. Ausdrucke zu erstellen. Jede gewerbliche Weitergabe oder Veröffentlichung der Materialien – auch auszugsweise – ist unzulässig.

▶ Die vollständigen Nutzungsbedingungen finden Sie [hier](#).

Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

[Kontaktformular](#) | ✉ Mail: service@olzog.de
✉ Post: OLZOG Verlag | c/o Rhenus Medien Logistik GmbH & Co. KG
Justus-von-Liebig-Str. 1 | 86899 Landsberg
☎ Tel.: +49 (0)8191/97 000 220 | 📠 Fax: +49 (0)8191/97 000 198
www.olzog.de | www.edidact.de

Kindertagesstätten sind Orte, in denen die grundlegenden Weichenstellungen für Gesundheit gelegt werden können. Als erste Stufe des Bildungssystems kommt ihnen eine besondere Bedeutung zu. Mädchen und Jungen werden hier in einem Alter erreicht, in dem wesentliche Muster des Gesundheitsverhaltens erworben werden, sich aber noch



Ev. Kita Regenbogen in Wilhelmshaven

nicht verfestigt haben. So besteht in dieser Altersphase auch die Möglichkeit, ein positives Gesundheitsverhalten zu fördern. Dies ist besonders von Bedeutung für Mädchen und Jungen aus sozial benachteiligten Familien, da in diesen Familien Fragen der „Gesundheit“ häufig existenziellen Problemen nachgeordnet sind. Vom Grundsatz her besteht die Chance, in der Kita einen gesundheitsfördernden Lebensraum zu schaffen. Bisher wurden die gesundheitsfördernden Möglichkeiten von Kitas allerdings nicht systematisch erforscht und genutzt. Deswegen führte die Landesvereinigung für Gesundheit Niedersachsen e.V. hierzu ein Projekt durch. In diesem Projekt wurde in Zusammenarbeit mit Kindertagesstätten aus fünf Bundesländern ein „Handlungskonzept zur Gesundheitsförderung für sozial benachteiligte Kinder im Setting Kindertagesstätte“ erarbeitet und zum Teil auch erprobt. Die konzeptionellen Aussagen in diesem Beitrag sind auf dieses Projekt zurückzuführen (Literaturangabe unter M2).

Bericht aus der Praxis

1

Die integrative Ev. Kindertagesstätte Regenbogen in Wilhelmshaven:

Die Kindertagesstätte Regenbogen ist in Trägerschaft der Ev.-Luth. Friedenskirche in Wilhelmshaven-Fedderwardergroden und liegt in einem Stadtteil, der durch eine erhöhte Problemdichte gekennzeichnet ist. Die Einrichtung besuchen zurzeit 113 Kinder im Alter von etwa 3 Jahren bis zum Ende der Grundschulzeit. Sie werden von 18 pädagogischen Fachkräften in sechs Gruppen betreut: Eine Ganztagsregelgruppe (8–16 Uhr), drei Integrationsgruppen für Kinder mit und ohne Behinderungen (8–13 bzw. 16 Uhr), eine reine Halbtagsgruppe (8–12 Uhr) und seit August 2008 eine kleine Hortgruppe. Zusätzlich werden ein gruppenübergreifender Frühdienst von 7–8 Uhr und ein Spätdienst von 16 bis 16.30 Uhr angeboten. In der hauseigenen Küche werden täglich ca. 100 Mahlzeiten frisch hergestellt, mit denen auch eine weitere Ev.-Luth. Kindertagesstätte versorgt wird. Ein Team von sechs hauswirtschaftlichen Kräften in Teilzeit und bis zu drei sogenannten AGH-Kräften (Arbeitsgelegenheiten mit Mehraufwandentschädigung; sog. Ein-Euro-Jobber, Hartz-IV-Kräfte) komplettieren das Team.

2

Kurzbeschreibung:

Seit PISA ist die Bedeutung der frühkindlichen Bildung und Erziehung stärker ins öffentliche Bewusstsein gerückt. Weniger im Bewusstsein ist dabei, dass in dieser Lebensphase

auch zentrale Weichenstellungen für das individuelle Gesundheitsverhalten und damit perspektivisch für die Gesundheit im Erwachsenenalter erfolgen, denn: Gesundheitswissen und -verhalten werden bereits im frühen Alter erworben (z.B. Ernährungsgewohnheiten, die dann häufig auch im späteren Erwachsenenalter noch wirksam sind). Das bedeutet, dass Gesundheitserziehung ein integraler Bestandteil der pädagogischen Konzeption von Kindertageseinrichtungen sein sollte.

Unter anderem deswegen hat sich die integrative Kindertagesstätte Regenbogen aus Wilhelmshaven an einem Projekt (2003) der Landesvereinigung für Gesundheit e.V. in Niedersachsen (LVG Nds. e.V.) in Kooperation mit dem Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e.V. (ISS Frankfurt a.M.) und dem Bundesverband der Betriebskrankenkassen (BKK) beteiligt. In diesem Projekt „Gesund in allen Lebenslagen“ (Hinweise zu den Quellen siehe Materialteil) ging es vor allem um die Erarbeitung von Konzepten zur Förderung von Gesundheitspotenzialen bei sozial benachteiligten Mädchen und Jungen. An der Erarbeitung dieser Handlungskonzepte haben neben der Ev.-Luth. Kindertagesstätte Regenbogen zwei weitere Modellkindertagesstätten in Niedersachsen teilgenommen. Seit Beendigung des Projekts werden in der Kita Regenbogen die verschiedenen Bestandteile des Gesamtkonzepts Stück für Stück umgesetzt. Seit Sommer 2007 ist die Einrichtung durch die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung anerkannt als „Good-Practice-Modell in der Gesundheitsförderung bei sozial Benachteiligten“ (www.gesundheitliche-chancengleichheit.de).

„Gesund in allen Lebenslagen“ umfasst **vier grundlegende Handlungsfelder**:

- Gesundheit am Arbeitsplatz Kita
- **Gesundheit von sozial benachteiligten Mädchen und Jungen**
- Gesundheit von sozial benachteiligten Müttern und Vätern
- Gesundheitsförderung durch Vernetzung im sozialen Umfeld

Für jedes Handlungsfeld sind umfassende Leitziele formuliert. Davon ausgehend werden Teilziele entwickelt, Maßnahmen geplant und Erfolge, Teil- oder Misserfolge kontrolliert und dokumentiert.

In diesem Beitrag wird das Handlungsfeld „Gesundheit von sozial benachteiligten Mädchen und Jungen“ vorgestellt und es wird gezeigt, wie dies am Leitziel „Gesundes Ernährungsverhalten“ in einer Kindertageseinrichtung umgesetzt werden kann.

3 Ziele:

Gesundheitserziehung in der Kita ist keine isolierte Aufgabe, sondern muss im Zusammenhang mit der gesamten Erziehungs- und Bildungsarbeit gesehen werden. Dennoch ist es wichtig zu wissen, dass gesundheitliche Belastungen bei Kindern in dieser frühen Lebensphase durch Defizite, Fehlverhalten, schlechte Vorbilder und Ähnliches vor allem in folgenden Bereichen verursacht werden:

- zu wenig Bewegung
- unausgewogene, einseitige Ernährung



Vorbereitung des Buffets

- übermäßiger Stress und unzureichende Stressbewältigung, z.B. durch unsichere Bindungen an die Eltern
- erschwerte Sprachentwicklung (z.B. bei Migrationskindern) durch reduzierte Kommunikation mit Erwachsenen oder erhöhten Fernsehkonsum
- unzureichende Unfallprävention, z.B. durch Bewegungsmangel, eingeschränkte Körperwahrnehmung, grobmotorische Defizite
- defizitäre Lebenskompetenzen, z.B. keine Anleitung zum Zähneputzen, beim Toilettengang, zum Einschenken

Darüber hinaus können sich auch Belastungen durch fehlende interkulturelle Kompetenz der Mitarbeiter/innen im Umgang mit Kindern wie Eltern ergeben.

Die Gesundheitsförderung in der Kita verfolgt zwei wesentliche Ziele. Es geht darum,

- familiär bedingte Risikofaktoren (z.B. Armut, beengte Wohnverhältnisse, unzureichende soziale Teilhabe) zu reduzieren und durch die Kita mögliche Schutzfaktoren zu stärken (z.B. Stärkung des Selbstwertgefühls, Vermittlung von Kompetenzen, Schaffung von Schutzräumen) sowie
- die Kompetenzen der Kinder zu stärken und die vorhandenen Entwicklungspotenziale zu fördern.

Wie man Gesundheitsförderung „ganzheitlich“ anlegen und systematisch umsetzen kann, wird exemplarisch für das **Leitziel „Gesundes Ernährungsverhalten bei Mädchen und Jungen“** gezeigt. Es ist eines von sieben Leitzielen aus dem zweiten der vier zentralen Handlungsfelder des Projekts (vgl. auch Material M3 im Anhang). Die sieben Leitziele sind noch weiter in Teilziele aufgegliedert.

Handlungsfeld 2: **Gesundheit von sozial benachteiligten Mädchen und Jungen**

- Leitziel 1: Sprachförderung
- Leitziel 2: Ernährung
- Leitziel 3: Bewegung
- Leitziel 4: Stressbewältigung
- Leitziel 5: Geschlechtsspezifische Aspekte
- Leitziel 6: Die Sicherheit der Kinder
- Leitziel 7: Transitionskompetenzen (Bewältigung des Übergangs von der Kita in die Schule)

4 Vorgehen:

Die Arbeit in der Kita Regenbogen hat sich von jeher stark am Bedarf der Bewohner des Stadtteils Fedderwardergroden orientiert. Neben den vielfältigen Bewegungsangeboten und -möglichkeiten drinnen und draußen stand und steht die gesunde Ernährung dabei schon immer an vorderer Stelle. Die hauseigene Küche mit qualifizierten und hoch motivierten Mitarbeiterinnen konnte mit viel Einsatz und kreativen Finanzierungsideen erhalten und Mitte der 90er-Jahre sogar um- und ausgebaut werden. Im Haus gibt es eine eigene kleine Kinderküche mit Koch- und Backmöglichkeiten. Die Cafeteria ist ein Treffpunkt für Kinder und Mitarbeiter/innen und teilweise auch für



Äpfel aus biologischem Anbau

Eltern. Trotzdem waren Leitung und Mitarbeiter/innen nicht zufrieden mit dem Ergebnis der gesundheitsfördernden Bemühungen. Eine durchgängige Akzeptanz der Eltern für ein gesundes Ernährungsverhalten war nicht vorhanden. Etlichen fehlte das Bewusstsein für die Folgen einer unzureichenden Ernährung in der frühen Kindheit. Zum Teil waren auch finanzielle Probleme die Ursache für eine unzureichende Brotdosenfüllung. Manche Eltern waren einfach in ihrer Erziehungskompetenz überfordert, wenn ihre Kinder bestimmte Dinge zum Frühstück mitnehmen wollten. Sie gaben lieber nach, als sich mit ihren Kindern auf eine anstrengende, immer wiederkehrende Diskussion einzulassen. Andere waren der Meinung, ihren Kindern etwas besonders Gutes zu tun, wenn sie die aus Funk und Werbung bekannten „Kinderlebensmittel“ kauften. Ein kritisches Hinterfragen bestimmter Werbestrategien war ihnen fremd. Dagegen half auch keine Aufklärung von Seiten der Kita. Das Kita-Team wollte aber an diesem Punkt nicht aufgeben. Das Wohlergehen der Kinder stand an erster Stelle. Deshalb wurde nach anderen Wegen gesucht. Dem Team wurde klar, dass man mit Informationen allein kaum eine Chance gegen die starke Lobby der Werbeindustrie und deren Präsenz in den Medien hatte. Da verpuffte zu viel Energie. Insofern kam das Angebot, beim Projekt „Gesund in allen Lebenslagen“ mitzumachen, gerade recht. Ein neuer Anlauf!

Das Vorgehen im Zusammenhang mit dem Projekt „Gesund in allen Lebenslagen“ kann auf zwei Ebenen beschrieben werden: zum einen auf der Ebene des Projektes und der damit verbundenen Konzept- und Materialentwicklung selbst und zum anderen (nach Beendigung des Projektes) auf der Ebene der Umsetzung der Projektergebnisse in der Kita „Regenbogen“.

Schritt 1: Bewerbung

2002 erfuhr Beate Greulich, Leiterin des „Regenbogen“, von dem Projektvorhaben „Gesund in allen Lebenslagen“. Die Kita der Ev.-Luth. Kirche bewarb sich erfolgreich um die Beteiligung an diesem Projekt.

Schritt 2: Projektverlauf

Das Projekt führte Wissenschaftler/innen, Fachleute verschiedener Dienste (z.B. Gesundheitsämter) und Mitarbeiter/innen aus Kitas zusammen. Ziel des Vorhabens war die erstmalige systematische Konzeptentwicklung zur Gesundheitsförderung in Kindertagesstätten. Es fanden insgesamt drei Workshops statt, in denen für die oben benannten vier grundlegenden Handlungsfelder Leitziele, Teilziele und Kriterien erarbeitet wurden.

Schritt 3: Projektbericht und Projektmanagement

Anfang 2004 lagen dann die vollständig erarbeiteten Materialien zu den vier Handlungsfeldern vor. In der Projektgruppe lag nun der Schwerpunkt darauf, die Umsetzung in den beteiligten (und perspektivisch natürlich auch in anderen) Kitas vorzubereiten. Die Umsetzung sollte immer in Projektform für einzelne Leitziele erfolgen. Dafür wurde unter anderem eine Checkliste erarbeitet, die das Projektmanagement systematisieren und dadurch vereinfachen soll. Ein Projekt besteht demnach aus folgenden Phasen:

- **Phase 1: Bestandsaufnahme**

Womit starten wir? Für welchen Bereich sehen wir den dringendsten Handlungsbedarf und warum?