

Arbeitsmaterialien für Erzieherinnen und Erzieher

Kinder spielend fördern, Wissen spannend vermitteln! – Kreative Ideen und Materialien für Krippe, Kindergarten, Kita und Hort

Thema: Bewegung, Gesundheit & Ernährung, Ausgabe: 6
Titel: Im Team gesund bleiben (1 S.)

Produkthinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Printausgabe aus dem Programm »Kindergärten/Kita« der Mediengruppe Oberfranken.* (Originalquelle siehe Fußzeile des Beitrags)

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

Seit über 15 Jahren entwickeln erfahrenen Pädagoginnen und Pädagogen unsere fertig ausgearbeiteten Materialien mit vielfältigen Anleitungen, Kopiervorlagen, Liedern, Geschichten, Experimenten, Bastelideen, Exkursionen und Spielvorschlägen für alle Bildungsbereiche sowie für Kinder unter 3.

- ▶ Informationen zu den Print-Ausgaben finden Sie [hier](#).

* Ausgaben bis zum Jahr 2016 erschienen bei OLZOG Verlag GmbH, München

Beitrag bestellen

- ▶ Klicken Sie auf die Schaltfläche **Dokument bestellen** am oberen Seitenrand.
- ▶ Alternativ finden Sie eine Volltextsuche unter www.edidact.de/kita.

Piktogramme

In den Beiträgen werden – je nach Fachbereich und Thema – unterschiedliche Piktogramme verwendet. Eine Übersicht der verwendeten Piktogramme finden Sie [hier](#).

Nutzungsbedingungen

Die Arbeitsmaterialien 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 (in Gruppengröße) Fotokopien zu ziehen bzw. Ausdrucke zu erstellen. Jede gewerbliche Weitergabe oder Veröffentlichung der Arbeitsmaterialien ist unzulässig.

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

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

[Kontaktformular](#) | ✉ Mail: service@edidact.de
✉ Post: Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG
E.-C.-Baumann-Straße 5 | 95326 Kulmbach
☎ Tel.: +49 (0)9221 / 949-204 | 📠 Fax: +49 (0)9221 / 949-377
<http://www.edidact.de> | <https://bildung.mgo-fachverlage.de>



Im Team gesund bleiben

Eine gesunde Einrichtung konzentriert sich in ihren Angeboten und Vorgehensweisen an den Bedürfnissen aller Akteure. Pädagogisches Fachpersonal hat dabei eine Vorbildfunktion für Kinder und Eltern. Um Kindern eine gesunde Einrichtung zu bieten, ist daher die Gesundheit der Mitarbeiter/-innen in der Kita eine wesentliche Voraussetzung, denn mit einem gesunden und leistungsfähigen Team steigt die Qualität der pädagogischen Arbeit. Zahlreiche Belastungsfaktoren beeinträchtigen die Gesundheit und das Wohlbefinden der pädagogischen Fachkräfte. Neben den arbeitsschutzrelevanten Gefährdungen gehören dazu Belastungen durch Lärm und physische Belastungen (wie z.B. Heben), aber auch psychische Belastungen (Leistungsdruck, Personalmangel, Gefühl, den Kindern nicht mehr gerecht werden zu können etc.). Belastete Fachkräfte können jedoch ihren pädagogischen Auftrag nicht optimal erfüllen. Daher ist es hilfreich, in den Teams die Prinzipien der Gesundheitsförderung in der Kindertagesstätte anzuwenden und für die Gesundung oder Gesundheit der Teams zu sorgen.

Um im Team gesund zu bleiben, achten Sie darauf, dass Sie

- ganzheitlich vorgehen und Lebens- und Arbeitsbedingungen in der Einrichtung berücksichtigen; ebenfalls sollten Belastungen reduziert und individuelle Gesundheitspotenziale genutzt werden.
- alle Kolleg(inn)en einbeziehen und Sie gemeinsam und transparent vorgehen.
- Gesundheit als gemeinsames Ziel Ihrer Einrichtung integrieren und Aspekte in allen Bereichen berücksichtigt werden.
- Gesundheitsförderung zielgerichtet planen und bei ihrer Umsetzung systematisch vorgehen.

In einer gesunden Einrichtung können Teams dafür sorgen, dass

- transparent und intensiv kommuniziert und Hilfe ermöglicht wird.
- Handlungs- und Kontrollspielräume in der Tätigkeit gegeben werden.
- Qualifikationen ausgebaut werden.
- eine hohe soziale Unterstützung durch das konstruktive Verhältnis zu Kolleg(inn)en und Vorgesetzten erfahren wird.
- ein gut ausgeprägtes Kohärenzgefühl vorhanden ist oder entstehen kann und eine hohe Selbstwirksamkeit ermöglicht wird.
- ein hohes Maß an Verantwortung übernommen wird.
- eine hohe Identifikation mit dem Beruf erfolgen kann.

Angewandte Themen/Maßnahmen könnten sein:

Stressmanagement, autogenes Training, Yoga, Ernährungsseminar, Rückenschulung, Lärmreduzierung durch Verhaltensprävention, Gesundheit – Vertrauen – Führung, Konfliktmanagement, Krisenmanagement, Gesprächsführung mit Eltern, Umgang mit herausfordernden Kindern, Gesundheitszirkel und vieles mehr.

(HSH)