

## Arbeitsmaterialien für Erzieherinnen und Erzieher

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

Thema: Praxisbegleiter, Ausgabe: 7

Titel: Praxisbegleiter Kita - Ausgabe 7 (Zeitinseln, Netzwerke, Emotional sensible Phasen) (16 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](http://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](mailto: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>

07/2016



# Praxisbegleiter Kita

Liebe pädagogische Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Kitas,

ein neues Kalenderjahr hat begonnen – für viele ein Anlass, um sich „gute“ Vorsätze für das Privat- und Berufsleben vorzunehmen. Persönliche Ziele kann man allerdings nur erreichen, wenn man sich bewusst Zeit für sie nimmt, sie kontinuierlich reflektiert und im Laufe des Jahres im Blick behält. Wie Sie sich die nötigen **Freiräume und Zeitinseln** schaffen und sich ggf. mit anderen Institutionen **vernetzen** können, erfahren Sie in der vorliegenden Ausgabe. Neben „eiskalten“ **Experimenten** für die Winterzeit bieten wir Ihnen außerdem kreative Ideen, wie Sie die bevorstehende fünfte Jahreszeit – den Fasching – mit den Kindern erleben können: Tauchen Sie gemeinsam ein in das spannende **Leben der Indianer!** Im pädagogischen Teil geht es diesmal um **emotional sensible Zeiten** in der frühen Kindheit und um die Möglichkeiten, diese achtsam und feinfühlig zu begleiten. Im Bereich der religiösen Bildung zeigen wir Ihnen schließlich, wie Sie das **Thema „Taufe“** kindgerecht in der Kita aufgreifen können.

## Inhalt:



**Persönlichkeitsentwicklung**  
**Zeitinseln als Kraftquelle**



**Kita-Organisation**  
**Netzwerke tragen! – Vernetzung und Kooperation in der Kita**



**Pädagogik**  
**Emotional sensible Phasen bei Kindern unter 3 – Zeitfenster in der Entwicklung erkennen und nutzen**



**Praxisideen**  
**Experimentieren mit Eis**  
**Spaß und Spiel wie die Indianer**  
**Religiöse Gespräche mit Kindern – Die Taufe**

Wir wünschen Ihnen und Ihrem Team viel Freude beim Lesen und ein erfolgreiches Jahr 2016!

Ihr Redaktionsteam

(Institut für Bildung und Entwicklung des Caritasverbandes der Erzdiözese München und Freising e.V.)

PS: Freuen Sie sich schon auf die **Themen der kommenden Ausgabe:**

Gesund sein im Berufsalltag · Vorurteilsfreie Bildung und Erziehung · Mitarbeitergespräche führen · Sprache ist mehr als Sprechen · Interkultureller Dialog

## Impressum

Herausgeber: Caritas Institut für Bildung und Entwicklung/Caritasverband der Erzdiözese München und Freising e.V.  
Redaktionsteam: Uli Lorenz, Monika Krämer, Ina Wirth, Christine Schwarz, Marion Ellinger, Julia Grallert  
Ein Projekt des Caritas Instituts München in Zusammenarbeit mit dem OLZOG Verlag.  
© 2016 OLZOG Verlag GmbH, München; alle Rechte vorbehalten. Infos und Bestellungen unter [www.olzog.de](http://www.olzog.de).  
Lektorat und Produktmanagement: Dr. Caroline Kaufmann, OLZOG Verlag, München  
Layout/Herstellung: Doris Ott, OLZOG Verlag, München  
Druck: Ortmeier-Druck, Frontenhausen  
ISBN: 978-3-7892-3227-5 | Printed in Germany 83227/011604



Kindergarten: Spielideen, Sprachförderung, Bastelideen, Konzepte, Materialien, Kopiervorlagen



## Persönlichkeitsentwicklung



### Zeitinseln als Kraftquelle

#### Das Wichtigste in Kürze

Berufliche und private **Zeitinseln** zu finden, Freiräume zu schaffen und diese auch zu nutzen, ist eine Kunst, die jeder lernen kann. Mit etwas Geduld und Ausdauer verbessert sich so das **Lebens- und Arbeitsgefühl** und das gesamte Umfeld wird positiv beeinflusst. Der nachfolgende Artikel zeigt, wie Sie kostbare Zeit zur **Entspannung** für sich selbst sinnvoll gestalten und somit Freude und Zufriedenheit

Wer kennt ihn nicht, diesen Wunsch, „endlich“ Zeit für sich selbst zu haben? „Im nächsten Urlaub am Strand/am nächsten Wochenende werde ich ...!“ Und dann ist es so weit: Das lang ersehnte Zeitfenster steht bevor. Doch wie wird die freie Zeit genutzt? Kann sie uns bereichern? Bringt sie den ersehnten Erholungswert? Oder füllen wir sie unbewusst mit neuen Ansprüchen, Anforderungen und Aufgaben? Können wir wirklich abschalten und die Arbeit beiseitelegen?



Abbildung 1: Lassen (eigene Darstellung)

Wer sich Zeitinseln schaffen möchte, muss vor allem „lassen“ können: **loslassen, weglassen, alte Wege verlassen, andere einmal vorlassen** (z.B. beim Erledigen von Aufgaben), **etwas belassen, freie Zeitfester zulassen** usw. (vgl. Abbildung 1). Diese Fähigkeit spielt gerade in der heutigen Leistungs- und Kommunikationsgesellschaft eine wesentliche Rolle. Gleichzeitig stellt sie auch eine große Herausforderung und manchmal auch eine Überwindung dar, weil es nicht immer einfach ist, dem „Lassen“ wirklich Raum zu geben. Schaut man auf die ausgefüllten Zeitpläne und To-do-Listen in den Kitas, die zweifelsfrei die Organisation unterstützen, aber meist auch aufzeigen, was man nicht geschafft hat, stellt sich automatisch die Frage, wann ein „Durchschnaufen“ noch möglich ist. Wir neigen dazu, dringliche Dinge zu erledigen, vergessen darüber aber oftmals die wichtigen. Daher lohnt es sich, dieses grundlegende Thema in einer **Teamsitzung** aufzugreifen und so die **eigene Arbeitssituation zu reflektieren**.

Folgende **Impulsfragen** helfen beim Überdenken bestehender Zeitkonzepte und ermöglichen Freiräume für wertvolle „Auftankphasen“:

- Was wollen wir im Kita-Jahr einmal bewusst weglassen? Was belastet uns zunehmend und ist uns nicht mehr so wichtig?
- Was ist für mich persönlich in unserer Pädagogik am wertvollsten? Worauf lege ich im pädagogischen Handeln Wert?
- Welche Aufgaben können wir neu verteilen, weglassen, abgeben, delegieren?
- Was bedeutet der Begriff „Zeit für sich“? Wie viel „individuelle“ Zeit benötigt jeder Einzelne im Team? Was gestehen wir uns selbst zu? Wie tolerant sind wir bei der Verteilung?
- Wann erlebe ich mich entspannt und gelöst? Welche Sinneseindrücke genieße ich, welche belasten mich? Welche Rahmenbedingungen könnte/müsste man diesbezüglich verändern?



Die Arbeitsergebnisse geben einen **Überblick, welche Zeitinseln als Kraftquelle dienen** können. Gleichzeitig wird deutlich, worauf es in der pädagogischen Arbeit wirklich ankommt und welche Aspekte ruhig gekürzt oder weggelassen werden können. Es ist daher empfehlenswert, die Ergebnisse der Reflexionsfragen zu **verschriftlichen** und ggf. als Plakat im Teamzimmer aufzuhängen. So sind die getroffenen Abmachungen visuell präsent und erinnern an die wesentliche Zeit. Zudem kann man die vereinbarten „Regeln“ verschiedenen Personen des Teams als Verantwortungsbereich übertragen. Diese „**Kümmerer**“ haben die Aufgabe, den jeweiligen Aspekt der Zeiteinteilung im Blick zu behalten, ggf. Kolleg(inn)en darauf aufmerksam zu machen und die abgewandelten Prozesse bewusst zu beobachten. Dies kann eine Reflexion des veränderten Zeitgefühls nach einigen Wochen erleichtern und die Teammitglieder erhalten Feedback aus unterschiedlichen Perspektiven. Dadurch werden verschiedenste Sichtweisen deutlich, die das neue Vorgehen bestätigen oder auch einen Anlass bieten, Prozesse erneut zu hinterfragen.

Neben der wichtigen Fähigkeit des „Lassens“ spielt auch das „**Nehmen-Können**“ eine wesentliche Rolle: wahrnehmen, annehmen, sich Zeit nehmen, etwas auf sich nehmen – all das kann den Reflexionsprozess rund um das Thema „Kraftquellen“ bereichern. „Das Wort Wahrnehmung kommt aus dem althochdeutschen (wara nema), was so viel bedeutet wie: einer Sache Aufmerksamkeit schenken.“ (Bläsius 2010, S. 6) Die Fähigkeit, **aufmerksam mit sich und der Umwelt** zu sein, trägt wesentlich zum **körperlichen und geistigen Wohlbefinden** bei. Nur wenn man sowohl sich selbst und seine Bedürfnisse als auch Umgebung und Mitmenschen im Blick hat, kann man Energie und neue Kraft schöpfen.

*„Mit den Ohren kannst du hören, das kann gut sein oder stören. Mit den Ohren kannst du lauschen, hörst im Wald das Blätterrauschen. Mit den Ohren kannst du horchen und die Welt um dich erforschen. Deine Ohren kannst du spitzen, auf den Ohren kannst du sitzen. Ohren helfen zu verstehen, lassen dich die Welt neu sehen.“ (Bläsius 2010, S. 84)*

Jutta Bläsius greift in ihrem kurzen Gedicht das Hören – also den akustischen Sinneseindruck – auf. Daneben stehen uns aber noch weitere Wahrnehmungsbereiche zur Verfügung, die die Betrachtung der eigenen Person und der Umwelt ermöglichen: die taktile Wahrnehmung (Tastsinn), die vestibuläre Wahrnehmung (Gleichgewichtssinn), die kinästhetische Wahrnehmung (Bewegungsempfinden), die gustatorische Wahrnehmung (Geschmackssinn), die olfaktorische Wahrnehmung (Geruchssinn) und die visuelle Wahrnehmung (Sehsinn). Sie alle werden genutzt, um die Umwelt in sich aufzunehmen, Einfluss auf sie auszuüben und sie im individuellen Sinne zu steuern und sinnvoll zu gestalten (vgl. Bläsius 2010, S. 7). In diesem Sinne können auch die **Rahmenbedingungen in den Kitas reflektiert und ggf. verändert werden:**

Wahrnehmung	Mögliche Impulsfragen
Akustische Wahrnehmung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gibt es auch „Ruheinseln“/ruhigere Zeiten in der Kita?</li> <li>• Werden Lärmschutzbestimmungen berücksichtigt?</li> <li>• Tragen Kleingruppenarbeiten zur akustischen Entspannung bei?</li> </ul>
Visuelle Wahrnehmung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fühlen wir uns in den Räumlichkeiten wohl?</li> <li>• Finden wir uns in der räumlichen Gestaltung wieder?</li> <li>• Was spricht uns an? Welche Farben gefallen uns?</li> <li>• Sind gestalterische Elemente ansprechend, harmonisch, ...?</li> </ul>
Taktile Wahrnehmung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ist es uns zu kalt/zu warm?</li> <li>• Spielen körperliche Bedürfnisse nach Nähe, Zuneigung, Wertschätzung, ... in unserer Kita eine Rolle?</li> <li>• Fühle ich mich getröstet, unterstützt, bestätigt, ...?</li> </ul>
Vestibuläre Wahrnehmung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bin ich im Gleichgewicht?</li> <li>• Was bringt mich ins Wanken?</li> <li>• Was hält mich in Balance?</li> </ul>