

Arbeitsmaterialien für Erzieherinnen und Erzieher

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

Kreative Ideenbörse Kindergarten – Ausgabe 5

Bewegung & Gesundheit – Wir stärken unsere Abwehrkräfte!

Susanne Martin



Produkthinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Printausgabe aus der „Kreativen Ideenbörse Kindergarten“ der Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage (Originalquelle siehe Fußzeile des Beitrags)

► Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie hier.



Piktogramme

In den Beiträgen werden – je nach Fachbereich und Thema – unterschiedliche Piktogramme verwendet.

► Eine Übersicht der verwendeten Piktogramme finden Sie hier.



Haben Sie noch Fragen?

Unser Kundenservice hilft Ihnen gerne weiter:

Schreiben Sie an info@edidact.de oder per Telefon 09221 / 949-204.

Ihr Team von eDidact



Wir stärken unsere Abwehrkräfte!

Ziele:

Förderschwerpunkte:

Anspruch:

Alter der Kinder:

Anzahl der Kinder:

Räumliche Voraussetzungen:

Materialien:

Kosten:

Vorbereitung:

Durchführungszeit:

- kindgerechter Wissenserwerb über Wasseranwendungen nach Sebastian Kneipp
- dem Körper etwas Gutes tun und auf sich achten
- Gesundheitsbewusstsein schaffen
- Körperbewusstsein schaffen
- taktile Wahrnehmung
- mittel
- ab 3 Jahren
- 5 bis 10 Kinder
- Waschraum o. Ä.
- große Schüsseln
- wenn möglich kleine Wannen
- Handtücher
- dicke Socken
- Thermometer
- keine
- 5 bis 10 Minuten
- 15 bis 25 Minuten

Vorbereitung:

Je nach Anwendung werden jeweils Schüsseln oder Wannen mit warmem Wasser (36 bis 38 °C) und mit kaltem Wasser (18 bis 20 °C) bereitgestellt.



Tipp:

Je nach Anzahl und Alter der Kinder können auch mehrere Schüsseln/Wannen aufgestellt werden. So kommt es zu weniger Wartezeit.

Die Handtücher sollten für die Kinder griffbereit liegen.

Einstimmung:

Bevor Sie mit den Kindern zum ersten Mal eine Wasseranwendung machen, können Sie ihnen etwas über den Menschen erzählen, der diese Anwendungen berühmt gemacht hat. Versammeln Sie die Kinder dazu im Sitzkreis.



Wer war Sebastian Kneipp?

Sebastian Kneipp wurde vor nun schon **200 Jahren** am 17. Mai 1821 geboren. Seine Familie war sehr arm und so musste er schon mit **11 Jahren** seinen Vater bei der Arbeit unterstützen oder Vieh hüten. Trotzdem besuchte er die Schule. Nachdem sein Elternhaus abgebrannt war, bekam er eine Anstellung als **Knecht**. Durch einen **Pfarrer** lernte er einige Dinge über die **Pflanzenheilkunde**. Als er ungefähr 25 Jahre alt war, wurde er krank. Es handelte sich dabei um eine **Lungenkrankheit**. In dieser Zeit las er ein Buch über die positive Wirkung von Wasser. Daraufhin badete Kneipp wöchentlich zwei- bis dreimal für einen kurzen Moment in der eiskalten **Donau**. Außerdem nahm er zu Hause **Halbbäder** und übergoss sich mit Wasser. Dies soll dazu geführt haben, dass es wieder gesund wurde. Da ihm diese Wasseranwendungen so gutgetan haben, machte er sie auch, als er wieder gesund war. Außerdem beschäftigte er sich weiter mit diesem Thema und behandelte auch andere Menschen.



© Public domain,
Wikimedia Commons



Hinweis:

Die farbig gekennzeichneten Wörter können mit den Kindern noch besprochen werden. Sicher haben nicht alle eine Vorstellung, was sie genau bedeuten. Raten Sie ihnen nicht gleich die Bedeutung, sondern lassen Sie sie gerne selbst überlegen. Mit gezielten Fragen können sich die Kinder auch selbstständig den Inhalt erschließen

Durchführung und Umsetzung:

Heute möchten wir auch einmal solche Wasseranwendungen probieren. Lasst uns zu den Schüsseln gehen.

Versammeln Sie die Kinder um die Schüsseln. Bevor es richtig losgeht, darf jeder einmal die Wassertemperatur prüfen.

Wie fühlt sich das Wasser für euch an?



Tipp:

Wenn möglich, verwenden Sie Schüsseln oder kleine Wannen mit unterschiedlichen Farben. So können die Kinder besser unterscheiden, in welcher das warme und in welcher das kalte Wasser ist. Sollten die Schüsseln alle die gleichen Farben haben, können Sie diese auch mit Schildern kennzeichnen. Für die mit kaltem Wasser eignet sich die Farbe Blau und für die mit warmem Wasser die Farbe Rot. Durch diese Farbwahl haben die Kinder auch gleich den Bezug zum Wasserhahn.