

6.3.1 Gesundheit

Gesundheit bedeutet sich körperlich, seelisch und im sozialen Umgang wohl zu fühlen. In unserer Einrichtung gibt es verschiedene Möglichkeiten, das Zusammenspiel von Körperfunktionen und deren Wahrnehmung zu fördern. Bei unserer wöchentlichen Bewegungserziehung (Sport) üben die Kinder ihre grobmotorischen Fähigkeiten. Unser Außengelände bietet viele Anregungen zur Förderung von Körpererfahrung und Stärkung des Selbstvertrauens. Im Garten können die Kinder schaukeln, klettern, im Sandkasten buddeln, im Holzhaus spielen und mit Fahrzeugen einen Parcours befahren. Neben den Freiräumen zum Toben bietet der Garten auch Rückzugsmöglichkeiten. Ausflüge in den Wald und die Umgebung ermöglichen weitere körperliche Aktivitäten.

Ihren Körper nehmen sie mit allen Sinnen wahr: beim Spiel in anregungsreich gestalteten Räumen, bei der Orientierung im großen Haus mit seinen Stufen, Rampen und Treppen, beim Turnen im großen Saal sowie im Garten, im Wald und anderen neuen Umgebungen. Zudem entdecken sie beim Spiel miteinander an dem jeweils anderen, was ihren eigenen Körper ausmacht – und was ihn von anderen unterscheidet. Auch den bewussten Umgang mit Gefühlen und Empfindungen fördern wir in verschiedenen Situationen im Kindergartenalltags, indem wir darüber sprechen.

Die Mahlzeiten beginnen wir mit einer Ruhephase, um unser Essen in einer entspannten Atmosphäre bewusst genießen zu können. Wir sprechen ein Gebet oder singen ein Danklied. Speziell beim pädagogischen Kochen in der Bärengruppe setzen wir uns mit den Kindern intensiv mit gesunder Ernährung auseinander.

Zur Erlangung eines Grundverständnisses von Gesundheit gehört auch die Körperpflege und Sauberkeitserziehung. Das Händewaschen vor dem Essen und nach jedem Toilettengang wird schon für die Kleinsten ganz selbstverständlich. Nach dem Frühstück werden die Zähne geputzt. Der jährliche Besuch des Zahnarztes und der Prophylaxe-Beraterin fördern in unserer Einrichtung das Gesundheitsbewusstsein der Kinder.

Im Tagesablauf und nach Bedarf wickeln die ErzieherInnen die jüngeren Kinder regelmäßig, wobei sie sich ausreichend Zeit, damit sich jedes Kind wohlfühlt. Bei der Sauberkeitserziehung arbeiten die ErzieherInnen eng mit den Eltern zusammen.

Den Schlafkindern steht zum Mittagsschlaf ein ruhiger abgedunkelter Raum zur Verfügung. Damit sie zur Ruhe kommen und gut in den Schlaf finden können, singen, kuscheln oder lesen wir ErzieherInnen mit den Kindern. Dabei wird Rücksicht auf das individuelle Schlafbedürfnis jedes Kindes genommen.

Bei den drei- bis vierjährigen Kindern führt das Gesundheitsamt einmal im Jahr eine Untersuchung zum Stand der altersentsprechenden Entwicklung durch.