

Teilnahme-Formular für den Best Practice-Wettbewerb



Kontakt

Institution Ev.- luth. Kindertagesstätte Paul- Gerhardt- Gemeinde
Vorname/Name Elisabeth Ritter/ Katrin Steffens
PLZ/Ort 21337 Lüneburg
Straße Bunsenstraße 68a
Telefon 04131/53232
Fax
E-Mail kts.paul-gerhardt.lueneburg@evlk.de

Best Practice-Konzept

Titel So werd ich fit, das ist der Hit, da mach ich mit!

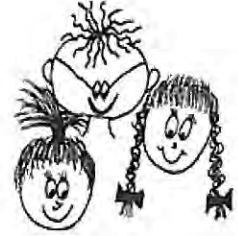
Kurzbeschreibung

Seit August 2007 beschäftigen wir uns mit den Themen gesunde Ernährung und Bewegung. Hierzu haben sich die Kinder in mehreren Unterthemen mit ihrem Körper und seinen Funktionen und den verschiedenen Nahrungsmittelgruppen beschäftigt. In unser Kita wurden ihnen gezielte psychomotorische Angebote gemacht. Im Vordergrund hierbei standen Angebote die mit Alltagsmaterialien (Schwämme, Toilettenpapierrollen, Tüchern, Luftballons, Kartons etc.) durchgeführt werden können.

Anlagen:

- Best-Practice-Konzept- und Ergebnisbeschreibung (max. 10 S. DIN A 4, 1,5zeilig, Arial 12)
- Referenzen (Evaluationen, Teilnehmer-Stimmen, Presse-Artikel)
- Ggf. Foto- / Film-Dokumentation

Ort, Datum Lüneburg, 26.2.09 Unterschrift : A. Graun Leber



So werd ich fit, das ist der Hit, da mach ich mit!

Wir sind eine evangelisch-lutherische Kindertagesstätte in Lüneburg und arbeiten nach dem pädagogischen Konzept der offenen Arbeit. Unsere Kita wird von 95 Kindern besucht. In unserem Konzept ist gesunde Ernährung und Psychomotorik ein wichtiger Bestandteil. In unserem Haus bekommen circa 70 Kinder täglich ein gesundes, ausgewogenes und frisch von unserer Köchin zubereitetes Mittagessen. Außerdem finden täglich freie und gezielte Bewegungsangebote in unserer Turnhalle und/oder dem Außengelände statt. Zusätzlich finden die Kinder auch auf unseren Fluren Bewegungsmöglichkeiten wie Hüpfsäcke oder Hängematte vor. Seit August 2007 begleitet uns in der Kindertagesstätte das Thema Bewegung und gesunde Ernährung. Unter dem Motto "So werd ich fit, das ist der Hit, da mach ich mit!" laufen auf der Grundlage des niedersächsischen Orientierungs- und Bildungsplanes verschiedene Angebote.

Mein Körper

Anfangen haben wir mit dem Unterthema "Mein Körper", hierbei haben die Kinder ihren Körper auf verschiedenste Weise kennen lernen können.

Körper wurden auf Tapete gemalt, Hand- und Fußabdrücke als Fühlmemory auf Schmirgelpapier gebracht und ausgeschnitten, Menschen geknetet, Arbeitsblätter bearbeitet, Sinnesrätsel gelöst, Massagen mit dem Igelball fanden statt, die Kinder haben sich gegenseitig gemessen, Spiele wie Schattenfangen und magnetische Körperteile wurden gespielt, Lieder gesungen, Geschichten erzählt, Bilderbücher betrachtet und vieles mehr.

Aktionstag „Tauch in deinen Bauch“

Wir haben uns von der Verbraucherzentrale die Ernährungskiste ausgeliehen, in der viele Anregungen rund um das Thema Ernährung enthalten sind. Besonders gut hat den Kindern das Bilderbuch "Lisa und die Stowies" gefallen, in dem ganz anschaulich erklärt wird wie der Stoffwechsel des Körpers funktioniert und warum es wichtig ist genügend Ballaststoffe, Mineralien und Vitamine zu sich zu nehmen. Um dies noch einmal zu verinnerlichen, führten wir einen Aktionstag unter dem Motto "Tauch in deinen Bauch" durch. Auch das Material dafür haben wir, größtenteils, von der Verbraucherzentrale geliehen bekommen.

Nun haben wir uns die einzelnen Nahrungsmittelgruppen (Milchprodukte, Obst und Gemüse, Kartoffeln, Getreide, Keime und Sprossen, Getränke, Schokolade) genauer angesehen.

Milch

So haben wir zum Beispiel mit den Kindern besprochen woher unsere Milch kommt, selbst Joghurt hergestellt, Milch zu Butter geschüttelt, Quarkspeisen zubereitet, an einem Kuhmodell versucht zu melken, verschiedene Milchsorten (Sojamilch,

Ziegenmilch, Reismilch, Buttermilch, laktosefreie Milch, fettarme Milch und Vollmilch) probiert, die Kinder als Kühe geschminkt und Hörner gebastelt.

Obst und Gemüse

Beim Obst und Gemüse mussten wir erst einmal klären, was ist eigentlich Obst und was ist Gemüse? Anhand von Gesprächen und Arbeitsblättern, sowie Bilderbüchern zum Thema konnten die Kinder dieses nachvollziehen. Die Kinder konnten selbst verschiedene Obst- und Gemüsesäfte herstellen, beim Geschmackskim verschiedene Geschmacksrichtungen (süß, sauer, bitter, scharf, salzig) kennen lernen, Obstsalat herstellen und vieles mehr.

Getreide

Wir haben uns zum Thema "Getreide" verschiedene Ähren und ihr Korn angesehen, das Getreide selbst gemahlen (mit der Mühle/mit Steinen und Hand), Brötchen selbst gebacken, Lieder gesungen, Waffeln gebacken und anderes.

Kartoffel

Viel Spaß hatten die Kinder auch als wir uns genauer mit der Kartoffel beschäftigt haben. Wir haben den Kindern verschiedenste Kartoffelsorten gezeigt und sie diese auch probieren lassen. Für die Kinder war es das erste Mal, dass sie blaue oder rote Kartoffeln gesehen oder gegessen haben. Wir haben selbst Kartoffelpufferteig hergestellt und diesen dann in der Pfanne gebraten oder im Waffeleisen gebacken, Kartoffelbrei gemacht, Chips hergestellt, Fingerspiele gespielt, Bilderbücher betrachtet und Lieder gesungen.

Keime und Sprossen

Auch bei dieser Nahrungsmittelgruppe haben wir den Kindern die Möglichkeit gegeben verschiedene Sprossen und Hülsenfrüchte zu probieren. Es wurde aus getrockneten Bohnen/ Linsen Bilder gestaltet und Schmuck hergestellt, Experimente durchgeführt, Suppen gekocht, Bilderbücher betrachtet, Bohnen zum Keimen gebracht und vieles mehr.

Getränke

Weiter ging es mit den Getränken, hierzu haben wir verschiedene Fruchtgetränke besorgt und sie von den Kindern probieren lassen, selbst Fruchtsaft gepresst, verschiedene Teesorten probiert und besprochen warum es wichtig ist genügend Flüssigkeit zu sich zu nehmen.

Schokolade

Zum Schluss haben wir uns mit der Schokolade befasst. Es wurde erklärt woraus Schokolade eigentlich besteht, wo der Kakao herkommt, warum es nicht gesund ist zu viel Schokolade zu essen, ein Schokoladenfondue angeboten, verschiedene Schokoladensorten probiert (Vollmilch, zartbitter, weiße Schokolade etc.).

Diese Angebote zu den Themen "Mein Körper" und "Nahrungsmittelgruppen" haben wir bis in den Januar 2008 durchgeführt. Danach haben wir uns der Bewegung zugewandt.

Im Februar 08 machte unser gesamtes Team am Studientag einen Workshop in Berlin. Bewegungsspaß im Kindergarten mit Dr. Kerstin Kettelhut. Inhalt dieser Fortbildung waren Bewegungsangebote mit Alltagsmaterialien.



Insgesamt haben 7 Erzieherinnen aus unserer Einrichtung eine Psychomotorische Langzeit Fortbildung absolviert. Psychomotorik ist in unserer Einrichtung ein fester Bestandteil im Alltag.

Wir versuchen auch die Eltern für Psychomotorik zu begeistern. So hatten wir zum Beispiel erst vor Kurzem einen sportlichen Vater-Kind-Tag, Schlittschuh laufen, Spielplatzdiplom, Zirkusfieber beim Fasching. Diese Angebote finden immer am Samstag statt, damit die Eltern Gelegenheit haben mit ihren Kindern teil zunehmen.

Nachdem wir von der Fortbildung in Berlin viele neue Ideen mitgebracht hatten, setzten wir diese sofort praktisch um. So bestimmten Klopapierrollen, Joguhrtbecher, Seile, Wäscheklammern, Tennisbälle, Fliegenklatschen, Schwämme, Teppichfliesen, Zeitungen, Reifen und Tücher lange unseren Alltag.



Wir waren und sind immer noch fasziniert darüber mit wie viel Fantasie und Kreativität, sowie Ausdauer die Kinder bei der Sache sind. Von der Fortbildung brachten wir auch neue Bewegungslieder und Bewegungsgeschichten mit, die bei den Kindern einen Begeisterungsturm auslösten. So kam es, dass wir uns auf so manche Reise begaben, z.B. in den Dschungel, mit den zwei Kleinen Schlangen unterwegs, zur Tierparade.

Auch für leichte Gymnastikübungen ließen sich unsere Kleinen begeistern. Grundlage hierfür bildete das Buch: "Gymnastik-Spaß für Rücken und Füße, von Monika Schneider erschienen beim Ökotoxia Verlag. Als Abschluss zu diesem Unterthema gab es einen großen Aktionstag, an dem die Halle in eine Bewegungslandschaft verwandelt wurde und die Kinder in Kleingruppen diese durchlaufen konnten. Am Ende gab es für jedes Kind eine Medaille.





Bis zum Sommer 2008 drehte sich bei uns alles um das Thema Bewegung. Ab August starteten wir ins neue Kitajahr mit dem Thema "mein Körper". Hierzu luden wir uns Kursleiterinnen aus der Familienbildungsstätte ein. Sie führten einmal wöchentlich das „Handwerkszeug für Kinder“ während der regulären Betreuungszeit durch.



Über acht Wochen lang ging es um Gefühle, Konflikte und Freundschaften. Die Einheiten gingen 60 Minuten und waren abwechslungsreich gestaltet. Bewegungs- und Entspannungsphasen wechselten sich ab. Während dieser Zeit gab es abends in unser Einrichtung die Möglichkeit für die Eltern einen „Eltern Handwerkszeug-Kurs“ zu besuchen, um den Eltern die Möglichkeit zu geben, an das Gelernte ihrer Kinder anknüpfen zu können.



Seit Januar 2009 schnuppern wir nun Zirkusluft. Kein anderes Thema bietet so viele unterschiedliche Möglichkeiten, sich psychomotorisch aus zu probieren wie das Thema Zirkus. Hier ist für jeden etwas dabei, die mutigen Artisten, hungrige Löwen, anmutige Seiltänzerinnen, waghalsige Artisten und geschickte Jongleure

Auch unsere Krippengruppe im Alter von 8 Wochen bis 3 Jahre gestaltet regelmäßig psychomotorische Angebote und arbeitet nach ihren Möglichkeiten an unserem Thema mit.





Die Erzieherinnen
der Kindertagesstätte
Paul - Gerhardt

“So werd ich fit, das ist der Hit, da mache ich mit!”

Bunsenstr.68a
21337 Lüneburg
Telefon: 04131/53232
Internet: www.kitastaette.ki.funpic.de
Email: kts.paul-gerhardt.lueneburg@evlka.de