

Der Schwerpunkt Gesundheit im aktualisierten Berliner Bildungsprogramm

Im Zuge der Aktualisierung des Berliner Bildungsprogramms für Kitas und Kindertagespflege (BBP) wurden mehrere Themen als Vertiefungsschwerpunkte benannt. Dazu gehört auch das Thema Gesundheit. Die Vertiefungsschwerpunkte wurden überwiegend als Querschnittsthemen in mehrere Kapitel des BBP eingearbeitet. Gesundheit hat also Bezüge zu mehreren Kapiteln des BBP.

Gesundheit im Bildungsverständnis

Im Bildungsverständnis ist dem Thema Gesundheit ein eigener Abschnitt gewidmet. Es geht dabei um das dem BBP zugrundeliegende Gesundheitsverständnis. Entsprechend der Ottawa-Charta der WHO umfasst Gesundheit körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden:

„Ein Kind, das sich in seinem Körper wohl fühlt und sich in seiner Familie und in der Kita bzw. Kindertagespflegestelle angenommen, beachtet und wertgeschätzt fühlt, wird den vielen Anregungen und Herausforderungen seiner Umwelt neugierig, wissbegierig und mit Explorationslust begegnen.“¹

Ohne es explizit zu nennen, basiert dieser Abschnitt auf dem salutogenetischen Gesundheitsverständnis, d.h. im Vordergrund steht die Frage: „Was erhält den Menschen/das Kind gesund?“ und nicht „Was macht den Menschen/das Kind krank?“

Im Zentrum dieser Frage steht das **Kohärenzgefühl**, das übersetzt werden kann mit *Gefühl oder Bewusstsein für Zusammenhänge in der eigenen Lebenswelt*. Es setzt sich zusammen aus dem Gefühl der Handhabbarkeit, dem Erleben von Sinnhaftigkeit und dem Gefühl der Verstehbarkeit.

- Das **Gefühl der Handhabbarkeit** wird durch die erfolgreiche Bewältigung von Herausforderungen im Lebensalltag gestärkt
- Das **Erleben von Sinnhaftigkeit** tritt auf, wenn Kinder erleben, dass Geschehnisse meist nicht zufällig auftreten, sondern wiederkehrenden Regeln und Gesetzmäßigkeiten auftreten.
- Das **Gefühl der Verstehbarkeit** entwickelt sich, wenn Kinder wissen, was sich wann und wo ereignet und wie sie sich daran beteiligen können.

Neu im aktualisierten BBP und damit auch in den Materialien für die interne Evaluation sind Qualitätsansprüche und -kriterien zur Orientierungsqualität.

Eines der neuen Qualitätskriterien bezieht sich auf dieses Verständnis von Gesundheit:

Pädagoginnen und Pädagogen erweitern ihre Erfahrungen, wie Kinder im Lebensalltag in ihrem Selbstvertrauen und ihrer Selbstwirksamkeit, ihrer psychischen und physischen Widerstandskraft (Resilienz) gestärkt werden können.²

¹ BBP, S. 22

² BBP, S. 25

Gesundheit in den Zielen pädagogischen Handelns

Die Ziele des BBP sind gegliedert in Ich-Kompetenzen, Sozialkompetenzen, Sachkompetenzen und lernmethodische Kompetenzen. Sie sind als Richtungsziele für das Handeln der Pädagoginnen und Pädagogen zu verstehen.

Die allgemeinen Ziele werden in den Bildungsbereichen wieder aufgegriffen und präzisiert. Damit betreffen im weiteren Sinne alle grundlegenden Kompetenzen auch die Gesundheit. Sie werden im Bildungsbereich „Gesundheit“ präzisiert, z.B.:

Pädagoginnen und Pädagogen ermuntern die Mädchen und Jungen, sich ihrer Gefühle, Bedürfnisse, Interessen und Ansprüche, also ihrer Individualität bewusst zu werden und sie angemessen auszudrücken.³

→ Eigene körperliche, geistige und soziale Bedürfnisse, Interessen und Gefühle wahrnehmen und zum Ausdruck bringen⁴

Pädagoginnen und Pädagogen regen Kinder an, zu kooperieren und arbeitsteilig an einer gemeinsamen Sache zu arbeiten.⁵

→ Gemeinsame Mahlzeiten genießen und zu einer angenehmen Esskultur beitragen⁶

Es gibt zudem Kompetenzen, die sich im engeren Sinne auf Gesundheit beziehen.

Zwei der **Ich-Kompetenzen** haben Bezug zur Resilienz sowie zum körperlichen Wohlbefinden:

Pädagoginnen und Pädagogen bestärken Mädchen und Jungen in ihrer Zuversicht und ihrem Selbstwertgefühl, etwas bewirken zu können, Brüche und Übergänge zu bewältigen und neue Herausforderungen anzunehmen.⁷

Pädagoginnen und Pädagogen motivieren Mädchen und Jungen, ihren Körper zu achten, zu pflegen und gesund zu erhalten, Freude an Bewegung und sportlichen Tätigkeiten zu entwickeln.⁸

Auch das Ziel, das der Stärkung der Ich-Kompetenzen zugrunde liegt, hat wieder Bezüge zur Resilienz: Das geschieht mit dem Ziel, dass Kinder ein positives Selbstkonzept entwickeln.

Sozialkompetenzen beziehen sich im weiteren Sinne auf Gesundheit, weil sie zum sozialen Wohlbefinden beitragen, insbesondere:

Pädagoginnen und Pädagogen

- *regen Mädchen und Jungen an, Erwartungen, Bedürfnisse und Gefühle anderer wahrzunehmen, sich in die Perspektive des anderen zu versetzen, achtungsvoll miteinander umzugehen und die Individualität der anderen zu respektieren*
- *ermuntern sie, Kontakte aufzunehmen und zu erhalten, Hilfe anzubieten und Hilfe anzunehmen (...)*
- *lassen sie erleben, dass sie durch gemeinsames Tun etwas bewirken können*

³ BBP, S. 27

⁴ BBP, S. 74

⁵ BBP, S. 28

⁶ BBP, S. 78

⁷ BBP, S. 27

⁸ BBP, S. 27

- *ermutigen sie, gegenüber Diskriminierung und Benachteiligung aufmerksam und unduldsam zu sein (...)*

→ *Das geschieht mit dem Ziel, dass Kinder soziale Beziehungen aufnehmen und respektvoll miteinander umgehen.*⁹

In den **Sachkompetenzen** bezieht sich ein Ziel explizit auf Gesundheit:

*Pädagoginnen und Pädagogen erweitern die Einsichten der Kinder über den eigenen Körper sowie über ein gesundheitsförderndes Verhalten.*¹⁰

Die **lernmethodischen Kompetenzen** haben wieder im weiteren Sinne Bezug zu Gesundheit. Sie haben Einfluss auf das Gefühl der Handhabbarkeit, der Sinnhaftigkeit und Verstehbarkeit, also das Kohärenzgefühl, z.B.:

Pädagoginnen und Pädagogen

- *geben Mädchen und Jungen Zeit und Raum für das Experimentieren, für das Suchen, Ausprobieren und Übertragen von Lösungswegen(...)*
- *unterstützen Zielstrebigkeit, Wissbegier, Beharrlichkeit und Ausdauer bei der Lösung von Aufgaben und bestärken sie, bei Schwierigkeiten nicht gleich aufzugeben*¹¹

Pädagogisch-methodische Aufgaben

Alle pädagogisch-methodischen Aufgaben sind auch in Bezug auf Gesundheit relevant. Sie finden sich daher auch im Bildungsbereich Gesundheit wieder – wie auch in jedem anderen Bildungsbereich.

Für das Beobachten und Dokumentieren finden sich in den Bildungsbereichen **Erkundungsfragen**.

Für die Aufgabenbereiche Gestaltung des alltäglichen Lebens, Spielanregungen, Projektgestaltung sowie Raum- und Materialangebot sind im Bildungsbereich **Anregungen für die Praxis** enthalten. Diese erheben weder Anspruch auf Vollständigkeit noch stellen sie Pflichtaufgaben dar. Dabei geht es immer darum, den Kindern vielfältige Bildungsprozesse während des gesamten Tages zu ermöglichen, die an ihr unmittelbares Erleben und ihre Erfahrungen anknüpfen.

Im Forum wurde ein aktiver Austausch zu den folgenden, exemplarisch ausgewählten Erkundungsfragen, Kompetenzen und Anregungen für die Praxis im Bildungsbereich „Gesundheit“ angeregt, um diese mit den Erfahrungen der Teilnehmenden aus dem Kita-Alltag zu verknüpfen.

Dimension „Das Kind in seiner Welt“

- Erkundungsfrage:
Welche Bewegungsspiele bevorzugt das Kind und welche Partner findet es dafür?
- Kompetenzen:
Wie können Sie diesem Kind ermöglichen, Beweglichkeit und Geschick sowie Bewegungssicherheit und Koordinationsvermögen zu entwickeln?
- Anregungen für die Praxis:
Wie sorgen Sie im Alltag für eine gute Balance von Bewegungs- und Ruhephasen?
Wie unterstützen Sie Kinder, in einen gesunden Schlaf-Wachrhythmus zu finden?

⁹ BBP, S. 27-28

¹⁰ BBP, S. 28

¹¹ BBP, S. 28

Dimension „Das Kind in der Kindergemeinschaft“

- Erkundungsfrage:
Welche geschlechtsspezifischen Spielgruppen bilden sich in den Räumen oder im Außengelände bei Bewegungsaktivitäten? Welche Bewegungsaktivitäten werden von welchen Kindern bevorzugt?
- Kompetenzen:
Wie können Sie Kinder unterstützen, mit Niederlagen und Siegen angemessen umzugehen?
- Anregungen für die Praxis:
Wie schaffen Sie in der Raumgestaltung Orte zum Klettern, Schrägen, Orte zum Springen sowie Platz für großräumige, laute Bewegungen sowie für Rückzug und Ruhe?

Dimension „Weltgeschehen erleben, Welt erkunden“

- Erkundungsfrage:
Welche Wege können Kinder alleine machen? Wo können sich Kinder in der unmittelbaren Umgebung frei bewegen? Mit welchen Risiken müssen sie dabei umgehen lernen?
- Kompetenzen:
Wie können Sie Kindern ermöglichen, sportliche Leistungen von Menschen mit Beeinträchtigungen (z.B. Paralympics, Special-Olympics) wertschätzend wahrzunehmen?
- Anregungen für die Praxis:
Welche Ideen haben Sie für die Projektanregung „Bewegungsarten früher und heute“?

Bildungsbereich: Gesundheit

Gesundheit und Wohlbefinden fördern

Im alltäglichen Zusammenleben können Kinder viele Erfahrungen machen, die ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden stärken:

- sie können aktiv sein
- sie bestimmen mit
- sie werden ernst genommen
- sie erfahren, dass sie selbst etwas bewirken können

Kinder lernen so, Verantwortung für ihre Gesundheit zu übernehmen.

Vielfältige Bewegungs-erfahrungen ermöglichen

Bewegung bildet die Grundlage für vielfältige Lernprozesse. Durch Bewegung erfahren Kinder sich selbst und begreifen ihre Umwelt. Sie lernen ihren Körper, verschiedene Befindlichkeiten und ihre Grenzen kennen. Dabei verschieben sie auch ihre Grenzen.

„Ziel ist es, Kindern die Erfahrung von Selbständigkeit und Selbstwirksamkeit zu ermöglichen und sie darin zu unterstützen, eine positive Beziehung zu ihrem eigenen Körper und seinen Möglichkeiten zu entwickeln.

Das ist besonders wichtig für Kinder, die nur eingeschränkte Möglichkeiten der Bewegung haben.“¹²

¹² BBP, S. 69-70

Bei der bewegungsfreundlichen Gestaltung der Räume und des Außengeländes sollten Sicherheitsaspekte berücksichtigt werden, ohne den Tätigkeits- und Bewegungsdrang der Kinder einzuschränken. Kinder können für Gefahren und Grenzen nur sensibilisiert werden, wenn sie diesen begegnen.

Phasen der Ruhe und Erholung sind ebenso wichtig wie aktive Phasen.

Gesunde Ernährung genießen und positive Esskultur erleben

Im Bildungsbereich Gesundheit geht es einerseits um die Qualität der Speisen und andererseits um Esskultur.

Für die Qualität der Speisen wird zunächst Bezug zur QVTAG hergestellt:

„Um eine gesunde Ernährung der Kinder sicher zu stellen (...), gewährleisten die Träger in ihren Kindertagesstätten eine qualitativ hochwertige Mittagsversorgung. Diese soll physiologisch ausgewogen, schmackhaft und abwechslungsreich sein und den Ernährungsbedürfnissen der unterschiedlichen Altersstufen entsprechen.

Spezifische kulturelle Speisegebote und medizinisch erforderliche Einschränkungen für einzelne Kinder werden berücksichtigt.

Frisches Obst und Gemüse werden den Kindern täglich angeboten.

Eine ausreichende Versorgung an kalorienarmen Getränken [ungesüßte Kräuter- und Früchtetees, Leitungswasser, Mineralwasser] ist während des gesamten Tages zu gewährleisten.“¹³

Kinder sollen darüber hinaus erfahren, dass gesunde Ernährung genussvoll sein kann. Dafür wirken Pädagoginnen und Pädagogen als Vorbild. Kinder sollten zudem bei der Auswahl der Lebensmittel, der Planung und Zubereitung der Mahlzeiten beteiligt werden.

„Der ganzheitliche Blick auf das Essen und Trinken reicht über den ausgewogenen und vollwertigen Speiseplan hinaus. Er richtet sich genauso darauf, welche vielfältigen sozialen, emotionalen und kulturellen Erfahrungen Kinder über das Essen und Trinken machen – Essen in der Kita ist sinnliches Erleben, Genuss, Gefühl, Austausch, Ritual, Rhythmus und Bildung gleichermaßen (...) jedes Lebensmittel, das gemeinsame Zubereiten und jedes Gespräch zur Mahlzeit bieten eine Lerngelegenheit.“¹⁴

Körper- und Sexualitätsentwicklung sensibel begleiten

Die Wahrnehmung und Erforschung des eigenen Körpers gehört zur gesunden körperlichen, seelischen und sozialen Entwicklung, dabei ist Selbstbestimmung entscheidend.

„Pädagoginnen und Pädagogen sind gefordert, eine sexualfreundliche und sinnesfördernde Haltung zu entwickeln und diese in das pädagogische Konzept zu integrieren.“¹⁵

Dazu gehören die bewusste Beschäftigung mit der eigenen sexuellen Biografie, Fachwissen zur psychosexuellen Entwicklung von Kindern sowie Kompetenzen in der Gesprächsführung und Beratung von Eltern und Kolleg_innen.

¹³ BBP, S. 70, zitiert nach Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Sport 2008

¹⁴ BBP, S. 70, zitiert nach AOK Nordost/Bertelsmann Stiftung/Vernetzungsstelle Schulverpflegung Berlin e.V. 2012, S. 19

¹⁵ BBP, S. 70

Aufmerksame Beobachtungen können auch auf Signale oder Haltungen aufmerksam machen, die auf eine eventuelle Kindeswohlgefährdung schließen lassen. Dann ist konsequentes Handeln erforderlich. Jede Kita braucht ein abgestimmtes Konzept, wie bei Verdacht auf Kindeswohlgefährdung gehandelt wird.

Hygiene, Körperpflege und Infektionsschutz beachten

„Pflugesituationen – wie das Wickeln, gemeinsames Essen und Zähneputzen – sind Bildungsgelegenheiten, sofern Pädagoginnen und Pädagogen sich dabei mit ungeteilter Aufmerksamkeit dem Kind zuwenden und seine Bedürfnisse nach Nähe oder Distanz respektieren.“¹⁶

„Zur Gesundheitsförderung gehört auch ein angemessener, mit den Eltern abgestimmter Umgang mit akut erkrankten Kindern.“¹⁷

Dabei geht es sowohl um die Bedürfnisse des erkrankten Kindes nach Ruhe und Pflege, als auch um den Schutz der anderen Kinder sowie der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Verbindungen zwischen dem Bildungsbereich „Gesundheit“ mit allen anderen Bildungsbereichen

Am Ende des Textes zum Bildungsbereich „Gesundheit“ werden exemplarisch Verbindungen zu allen anderen Bildungsbereichen hergestellt. Diese erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit, sicherlich hat jede Pädagogin und jeder Pädagoge dazu selbst viele Ideen.

Im BBP wurden die folgenden Querverbindungen aufgeführt:

„Soziales und kulturelles Leben:

Fragen zur Herkunft der Lebensmittel laden zur Sozialraumerkundung ein: gemeinsames Einkaufen in Lebensmittelläden, auf Wochenmärkten oder der Besuch eines Bauernhofs. Eine enge Verknüpfung gibt es auch zwischen den Themen Körper/Sexualitätsentwicklung und Familie.

Kommunikation:

Tischgespräche, das Aushandeln von Regeln bei Bewegungsspielen, Gespräche über das eigene Wohlbefinden oder die Wickelsituation bieten Anlässe zur sprachlichen Bildung und lassen Kinder die Bedeutung von Kommunikation erfahren. Feinmotorische Anreize fördern die sprachliche Geschicklichkeit.

Kunst:

Die Welt mit allen Sinnen wahrnehmen, den eigenen Eindrücken und Gefühlen Ausdruck verleihen und Genussfähigkeit sind Verbindungspunkte zum Bildungsbereich Kunst. Zeichnerische Urformen wie Linien, Kreise, Spiralen haben ihren Ursprung in elementarer Körperwahrnehmung und weisen Parallelen zu Bewegungsschemata wie aufrecht stehen, im Kreis laufen oder sich um sich selbst drehen auf.

¹⁶ BBP, S. 71

¹⁷ BBP, S. 71

Mathematik:

Mathematische Operationen lassen sich z.B. beim Tischdecken, bei der Erkundung des eigenen Körpers oder bei der Einteilung von Gruppen für Bewegungsspiele erleben: eins-zu-eins-Zuordnung, Verteilen, Abzählen, ich bin größer/kleiner als, ich habe ganz Vieles paarweise (Ohren, Augen, Beine...), ich habe 10 Finger und 10 Zehen...

Natur – Umwelt – Technik:

Ausgehend vom Interesse des Kindes am eigenen Körper lassen sich biologische und technische Zusammenhänge erkunden, z.B. Was ist Blut? Woher bekommen Menschen Energie, woher Pflanzen und Maschinen?

Beim Kochen und Backen können Kinder erleben, wie sich Flüssigkeiten mischen, aus Mehl und Milch ein Teig entsteht, dass Eiweiß stockt... und dabei technische Haushaltsgeräte benutzen.

Auch den Einfluss einer intakten Natur auf das eigene Wohlbefinden zu erkunden, verknüpft Gesundheit und Natur – Umwelt – Technik.¹⁸

Mitarbeitergesundheit im Aufgabenbereich Demokratische Teilhabe

Im BBP und den Materialien für interne Evaluation ist auch ein Qualitätsanspruch zur Mitarbeitergesundheit enthalten:

„Die Gesundheit und das Wohlbefinden aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind ein gemeinsames Anliegen des Kita-Teams.“¹⁹

Darin geht es darum, dass die Gesundheit und das Wohlbefinden aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ein gemeinsames Anliegen ist, das auch in Teambesprechungen thematisiert wird.

Pädagoginnen und Pädagogen werden aufgefordert, achtsam gegenüber eigenen Bedürfnissen und Wünschen in der Arbeit zu sein, besondere Arbeitsbelastungen anzusprechen und sich an Maßnahmen zu beteiligen, die auf den Erhalt der Gesundheit und den Zusammenhalt im Team gerichtet sind.

Literatur:

Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Wissenschaft (Hrsg.) (2014): Berliner Bildungsprogramm für Kitas und Kindertagespflege. Weimar, Berlin: verlag das netz.

AOK Nordost, Bertelsmann Stiftung, Vernetzungsstelle Schulverpflegung Berlin e.V. (Hrsg.) (2012): Essen und Trinken in der guten gesunden Kita. Berlin.

Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Sport (Hrsg.) (2008): Vereinbarung über die Qualitätsentwicklung in Berliner Kindertagesstätten. Qualitätsvereinbarung Tageseinrichtungen. Online verfügbar unter

http://S475533673.online.de/images/beki/downloads/01_qvtag_1_aenderungsfassung1-4.pdf

¹⁸ BBP, S. 71

¹⁹ BBP, S. 171