

# Thema Gesundheit & Krankheit

## PädagogInneninformation

Wissen über den eigenen Körper und zur eigenen Gesundheit sind Voraussetzung für gesundes Aufwachsen. Dazu gehört unter anderem Körperteile richtig zu benennen, den eigenen Körper wahrzunehmen, Krankheitssymptome beschreiben zu können oder zu wissen, wie man sich vor einer Erkältung schützt. Ebenso wichtig ist, dass man weiß, was man selbst tun kann, um die eigene Gesundheit zu stärken.

### *Schon im Kindergartenalter erwerben Kinder Wissen über ihren Körper und über Gesundheit und Krankheit*

Erkältungen sind bei Kindern häufig, eine Behandlung mit Medikamenten ist meist nicht nötig. Diese können allenfalls helfen, Beschwerden zu lindern. Erkältungen sind in der Regel durch Viren ausgelöst, weshalb die Einnahme von Antibiotika nicht sinnvoll ist.

Es ist wichtig, dass Kinder bereits im Kindergarten lernen, wie sie sich vor Infektionskrankheiten schützen können, welche **Hygieneregeln** zu beachten sind (zum Beispiel richtiges Händewaschen, richtiges Niesen und Husten) und was sie tun können, wenn sie beispielsweise eine Erkältung haben.

Wichtig ist auch, Vertrauen zum **österreichischen Gesundheitssystem** und seinen Anlaufstellen aufzubauen. Kindergartenkinder gehen mit ihren Eltern zum Arzt/ zur Ärztin, in die Apotheke oder ins Krankenhaus. Hilfreich ist es, wenn sie diese Anlaufstellen kennen und wissen in welchen Situationen sie diese nutzen.

Bereits im Kindergartenalter können Kinder lernen, bei Untersuchungen Fragen zu stellen, Körperteile zu benennen und Symptome zu schildern. Auch Kindergartenkinder haben ein Recht darauf, bei einer Untersuchung folgende Fragen zu stellen:

1. Was habe ich?
2. Was kann ich tun?
3. Warum soll ich die Anweisungen des Arztes oder der Ärztin befolgen?

Diese „**3 Fragen für meine Gesundheit**“ können Sie mit ihnen üben, indem im Kindergarten Rollenspiele durchgeführt werden. Eine weitere Möglichkeit ist, einen Arzt oder eine Ärztin (das kann auch ein Elternteil sein) in den Kindergarten einzuladen.

*Wichtig ist, dass Kinder wissen,  
wie man die eigene Gesundheit stärken kann*

**Wir wünschen Ihnen viel Freude bei der Arbeit mit den Materialien zum Thema Gesundheit und Krankheit in Ihrem Kindergarten.** Die Beschreibung aller Übungen finden Sie jeweils auf den entsprechenden Karteikärtchen. Sie können aus den Modulen einzelne auswählen, oder ein Modul zur Gänze mit den Kindern im Kindergarten durchführen. Ihrer Kreativität sind natürlich keine Grenzen gesetzt. Bitte ergänzen und erweitern Sie die Module und Anregungen gerne mit Ihrem eigenen Erfahrungsschatz.

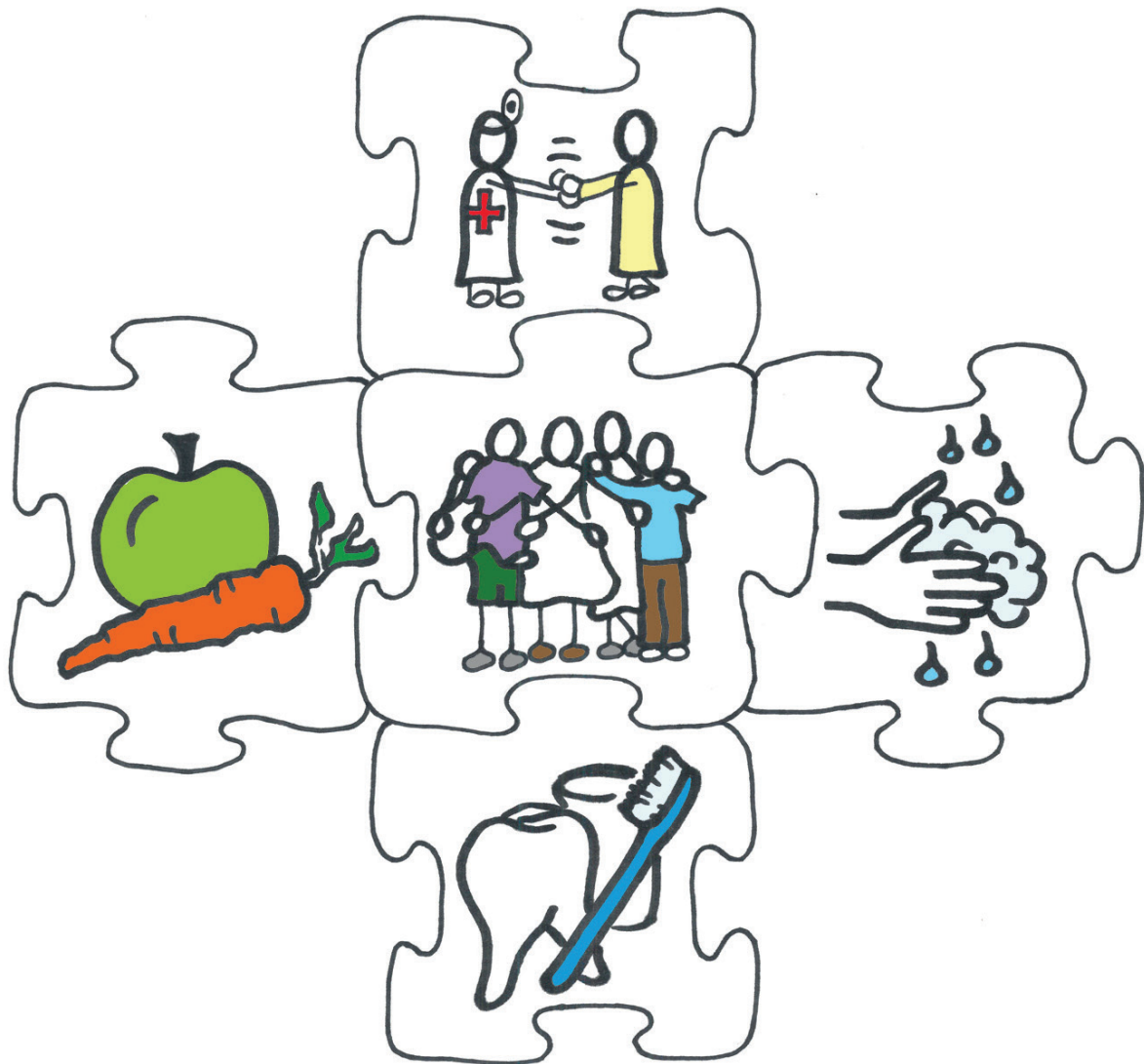


Abbildung: Was hält mich gesund?