

Gesunde Entscheidungen treffen

Gesundheitskompetenz

Gesundheitskompetenz ist die Fähigkeit, gesundheitsbezogene Informationen zu finden, zu verstehen, zu bewerten und anzuwenden. Bereits im Kindergarten ist es wichtig, die Kinder darin zu fördern und zu unterstützen. Je früher diese Fähigkeiten geschult werden, umso besser für eine gesunde Entwicklung.

Die GET-Materialien ...

- enthalten Unterlagen zu **folgenden Themen**. Jedem Thema ist eine Farbe zugeordnet.

BEWEGUNG

KLIMA

ERNÄHRUNG

MEDIEN

GESUNDHEIT und KRANKHEIT

PSYCHOSOZIALE GESUNDHEIT

INTERKULTURELLE GESUNDHEIT

ZAHNGESUNDHEIT

- enthalten **Kärtchen** mit Übungen und Spielen. Die thematische Zuordnung der Materialien erfolgt durch den Farbcode.
- enthalten **Broschüren** mit PädagogInneninformationen, Arbeitsblättern, Elternbriefen sowie Link- und Literaturhinweisen.
- sind in Kooperation mit KindergartenpädagogInnen und ExpertInnen zu den enthaltenen Themen entstanden.

Mit den Kärtchen und den Broschüren arbeiten

Die Materialien sollen helfen, Gesundheitskompetenz in den Kindergartenalltag zu integrieren. Dabei kann der auf Seite 5 dargestellte Zyklus als Orientierung dienen.

1. Thema festlegen

Das Kinderteam entscheidet sich für eines der Themen aus der Box.

2. Überblick verschaffen, Material auswählen

Die PädagogInneninformation in den Broschüren liefert Hintergrundwissen zum jeweiligen Thema.

3. Eltern informieren

Die Kärtchen enthalten auch Übungen für zuhause, welche die Kinder mit ihrer Familie umsetzen können, um sich auch im Familienalltag mit den Gesundheitsthemen zu beschäftigen. Die Elternbriefe zu den jeweiligen Themen sind als Vorlagen gestaltet.

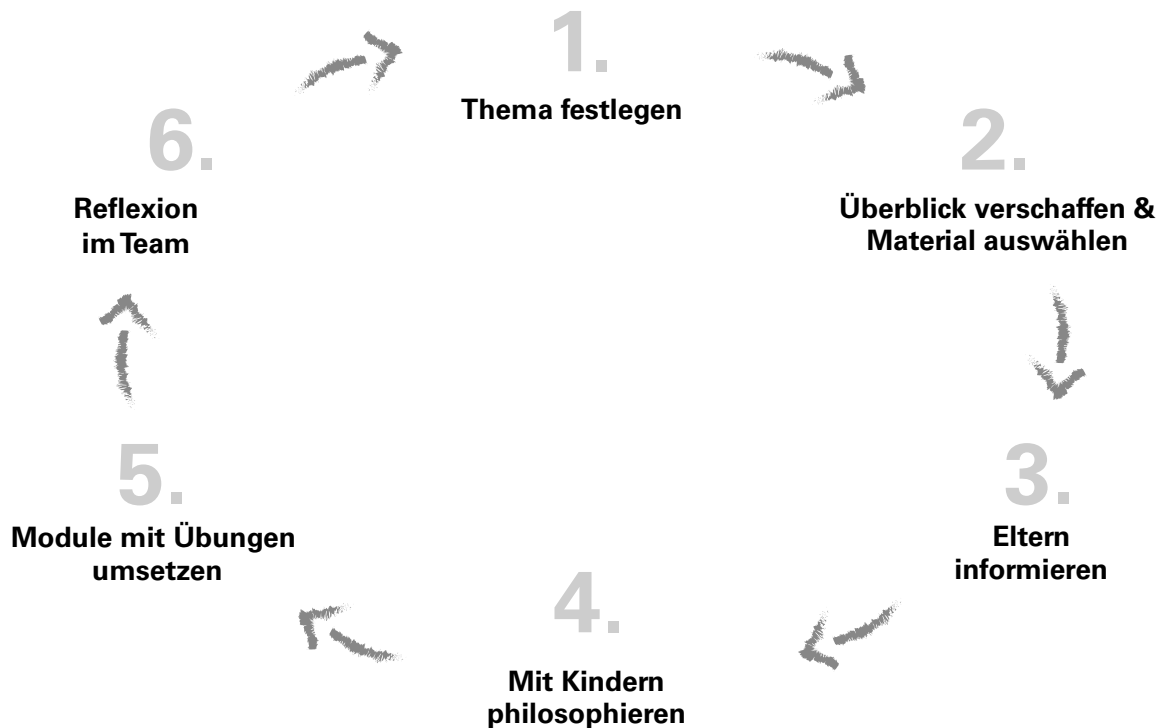


Abbildung: Ablauf Themenschwerpunkt

4. Mit Kindern philosophieren

Mit Kindern zu philosophieren, ist ein empfehlenswerter Einstieg in das jeweilige Gesundheitsthema. Das Philosophiekärtchen am Anfang eines jeden Themas enthält daher Vorschläge für Denk- und Impulsfragen, die die PädagogInnen für ein Gespräch mit den Kindern verwenden können. Durch Fragen bleibt das Gespräch im Fluss. Die PädagogInnen halten aber ihre eigene inhaltliche Meinung zurück.

5. Module mit Übungen umsetzen

Jedes Thema enthält verschiedene Module mit mehreren Übungen. Jedes Kärtchen beschreibt eine Übung mit den dafür notwendigen Materialien, möglichen Varianten und häufig auch einer Übung für zuhause. Natürlich liegt die Entscheidung, welche Übung passend ist, bei den PädagogInnen. Sie sind auch eingeladen, weitere Übungen zu ergänzen.

6. Reflexion im Team

Es ist wichtig, im Kindergarten team zu reflektieren, welche Übungen, Variationen und Materialien sich für den Kindergartenalltag (weniger) gut eignen bzw. welche Themen zur Förderung der Gesundheitskompetenz hinzugefügt werden sollten.