

GUTE PRAXIS in der Kita Arche Noah

Mit dem Coaching der Initiative ü3 zum Kinder-Restaurant



1

In Kooperation mit:

in FORM

Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung
und mehr Bewegung

Gefördert durch:


**LAND
BRANDENBURG**
Ministerium für Soziales,
Gesundheit, Integration
und Verbraucherschutz


**LAND
BRANDENBURG**
Ministerium für Bildung,
Jugend und Sport


Projektagentur
Gemeinnützige Gesellschaft zur Förderung
von Bildung, Kultur und Umweltschutz (PA Berlin) mbH

Das sind wir:

Kita Arche Noah

- **Träger:** evangelische Kirchengemeinde Seelow
- **Leitung:** Susanne Röllig-Silex
- **Pädagogisches Team:** 9 Erzieher:innen
- **Betreuungskapazität:** 65 Kinder
- **Verpflegungssituation:**
 - Frühstück & Vesper bereiten wir selbst, frisch vor Ort zu
 - Mittagessen = externe Warmverpflegung

Web:

<https://www.arche-noah-seelow.de/>

Kita Arche Noah

Bergstraße 8
15306 Seelow

Tel: 03346/854896

kita.archenoah.seelow@
ekkos.de

Unsere Ausgangssituation:

- Viele Kinder benötigen Unterstützung
- Kinder überfordert im Umgang mit Besteck
- Eine Fachkraft für alle Kinder
- Viel Essen wandert in Bio-Eimer
- Konsequenz: Unzufriedenheit im Team



Unterstützung durch das Projekt Initiative ü3

<https://initiative-ue3.de/index.php>

Die Initiative ü3 ist ein gemeinsames Projekt von:

BARMER grünewald-funk

Nächster Schritt: Mahlzeitenbeobachtung

Einige Ergebnisse

- Die Kinder haben „eigenen Stil“ entwickelt, um mit Besteck essen zu können.
- Immer mehr Kindern fällt es schwer, mit beiden Händen Besteck zu benutzen.
- Auge- und Hand- Koordination nicht altersangemessen entwickelt
- Bevorzugt: Löffel oder nur die Gabel
- Kinder fordern sich schnell Hilfe ein, wenn Speisen mit dem Messer geschnitten werden müssen.



Nächster Schritt: Maßnahmen festlegen



- Reflexion und Bestandsaufnahme mit dem Team
- Mahlzeiten als große Chance und spannendes Lernfeld im Kita-Alltag umsetzen
- Partizipation war uns als Team sehr wichtig!

Susanne Röllig-Silex berichtet:

„Mahlzeiten sollen bei uns wieder ein spannendes Lernfeld werden.“

Ziele für die pädagogische Mahlzeiten-Begleitung



- Die Mahlzeiten bewusster begleiten und als Lernchance nutzen
- Entwickeln einer guten Esskultur
- Altersgerechte Handhabung des Besteckes fördern
- Essen in Gemeinschaft macht Spaß
- Kinder sprachlich begleiten und die Selbständigkeit fördern
- Eine ruhige Atmosphäre schaffen, Zeit nehmen
- Wir sind Vorbild!

Susanne Röllig-Silex berichtet:

„Wir machen uns auf den Weg zu einer tollen Gemeinschaft mit leckerem Essen.“

Susanne Röllig-Silex berichtet:

„Das ist ein Prozess und jeder muss gehört werden!“

Nächster Schritt: Maßnahmen umsetzen

Umgestaltung unserer Tischgemeinschaft



- Umstellung des Speiseplanes nach DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in Kitas
- Freitags ist immer Veggy-Day
- Alle Speisen appetitanregend und kindgerecht angerichtet
- Es gehen max. 10 Kinder ins Restaurant, begleitet von 2 Fachkräften
- Alle Kinder werden motiviert & eingeladen zum Essen zu gehen
- Neues Geschirr, kleinere Teller!
- Probierschälchen und Probierlöffel, die zum Kosten einladen
- Die Fachkraft sitzt am Tisch und isst mit!

Unser Kinder-Restaurant



[ü3]
Initiative ü3
gesund · essen · lernen

Unser Kinder-Restaurant

- Anrichte auf Kinderhöhe, so können die Kinder sich selbst bedienen
- Die Bilder geben Orientierung und Sicherheit
- Alles hat seinen Platz, alles hat einen Namen oder Bezeichnung
- Größere Kinder erkennen Buchstaben und benennen sie
- Sprachanlässe sind gewünscht und verleihen der gemeinsamen Mahlzeit eine schöne Essatmosphäre



Ablauf im Kinder-Restaurant



- Geschirr steht griff-bereit
- Jedes Kind nimmt sich sein Geschirr von der Anrichte. Größere helfen Kleineren
- Die Kinder wählen an Hand der Speisen das Geschirr bzw. das Besteck
- Die Speisen stehen überschaubar auf dem Tisch in Schüsseln, Kinder schöpfen alleine
- Kinder wählen einen Tischspruch, oder ein Gebet zu Beginn der Mahlzeit
- Wer fertig ist, räumt selbständig ab, Essenreste werden entsorgt
- Der Platz wird, wenn nötig, gereinigt und die Kinder schicken selbständig ein neues Kind
- Jedes Kind bekommt die Zeit, die es zum Essen benötigt. Auf den „Bummeletzten“ muss keiner warten!

Unterstützungsinstrumente: „Der Raum als 3. Erzieher“

- Kinder wählen „Lieblingstischspruch“
- Dokumentation an der Wand hilfreich für neue Mitarbeitende
- Fördert Gemeinschaft und schafft Sprachanlässe
- Unterstützt sprachliche Entwicklung (schwierige Wörter oder „Zungenbrecher“ werden gesprochen)



Unterstützungsinstrumente: Bebilderter Speiseplan

- Gut sichtbar im Kinderrestaurant
- Beim Frühstück werden die Karten ausgewählt und besprochen
- Zu Beginn der Mahlzeit wird darauf Bezug genommen



Unterstützungsinstrumente: Probierlöffel & -schalen

- Vielfalt der Lebensmittel und Speisen kennenlernen
- Entfaltung der Sinne und Genussfähigkeit
- Eigenständig essen und trinken lernen
- Wahrnehmung von Hunger/ Sättigung fördern
- Essenregeln und -rituale kennen lernen und annehmen
- Mitverantwortung für die eigene Ernährung entwickeln
- Gesundheitsbewusst essen und trinken



Selbstständigkeit fördern „Das kann ich schon“

- Eigenaktivität unterstützen
- Schwankungen bei Menge normal
- natürliches Gefühl für Sättigung entwickeln
- Essen nicht als Lob oder Tadel benutzen!
- Kinder essen mit allen Sinnen.
- Immer wieder anbieten. Kreativ sein!

