

Kneipp-Konzeption des städtischen Kindergartens „Am Weidenweg“



Städtischer Kindergarten
Am Weidenweg 9a
86609 Donauwörth

Telefon: 0906/99989990
Telefon: 0906/29 99 87-0
Telefax: 0906/29 99 87 29
eMail: schneegarten@mnet-mail.de
Internet: www.donauwoerth.de

Vorwort

In den städtischen Einrichtungen "Kindergarten Schneegarten" und "Kindergarten am Weidenweg" stellen Kneipp-Angebote einen wesentlichen Bestandteil in der Kindergartenkonzeption dar und finden sich im pädagogischen Geschehen wieder.

So steht eine gesundheitsbewusste Erziehung stark im Vordergrund.

Dank einer engagierten pädagogischen Fachkraft, die aus eigener Initiative im Jahr 2002 eine Ausbildung zur Kneipp-Gesundheitserzieherin SKA absolviert hat, konnte die Stadt Donauwörth den Grundstein für die Kneipp-Konzeption legen.

In unserer technisch geprägten Zeit mit zahllosen Reizen und ständig neuen Eindrücken ist es besonders wichtig, den Kindern eine gesunde Lebensweise und der damit verbundenen Wertschätzung des eigenen Körpers aufzuzeigen.

Sebastian Kneipp hat bereits vor langer Zeit am eigenen Körper die wohltuende Wirkung der fünf Grundprinzipien erfahren und dabei festgestellt, wie wichtig diese Prinzipien für die eigene Gesundheit sind. Diese lauten:

- Lebensordnung und seelisches Wohlbefinden
- Bewegung
- Gesunde Ernährung
- Kräuter und Heilpflanzen
- Wasser und natürliche Reize

Kneipp-Anwendungen

Die Kneipp-Anwendungen sind fester Bestandteil im täglichen Kindergartenalltag. Ziel ist dabei, durch die routinemäßigen Wiederholungen einen Ankereffekt zu erreichen, um die „Übungen“ zu verinnerlichen. Gleichzeitig sollen die Anwendungen das kindliche Immunsystem stärken und ihnen Freude beim täglichen Tun vermitteln.

Die fünf Wirkprinzipien nach Kneipp

1. Lebensordnung/seelisches Wohlbefinden

Die Lebensweise an die vorgegebenen natürlichen Rhythmen, wie Tag und Nacht bzw. Sommer und Winter anzupassen führt zur äußeren und inneren Ordnung.

Wichtig ist dabei, diese Wurzeln bereits in die frühe Kindheit zu legen, damit die Kinder eine gesunde Basis haben zu einer seelisch stabilen und selbstbewussten Persönlichkeit heranzuwachsen.

Feste, regelmäßige Rituale, wie z.B. der Ablauf beim Morgenkreis mit dem „Sonnengruß“ dienen den Kindern als Orientierung und schaffen Sicherheit. Die Förderung der Selbstständigkeit wird durch den Einfluss der Montessori-Pädagogik besonders berücksichtigt. Den Kindern werden, im Rahmen ihrer Möglichkeiten, zusätzliche Aufgaben übertragen. Dadurch möchten wir ihr

Selbstbewusstsein stärken. Gemeinsame Aktivitäten wie Singen, Spaziergänge und Massageübungen, wie z. B. „Pizzabacken“ oder die „Wettermassage“, vermitteln Geborgenheit und tragen mit Entspannungsübungen zum allgemeinen Wohlbefinden bei.

Zudem schafft eine partnerschaftliche Zusammenarbeit mit den Eltern eine vertrauensvolle Atmosphäre, die sich positiv auf die Bildung, Erziehung und Betreuung des Kindes auswirkt.

2. Bewegung

Durch die körperliche Bewegung können sich die Kinder aktiv mit der Umwelt und dem eigenen Körper auseinandersetzen. Sie ist für die körperliche Entwicklung und für die Ausbildung der kindlichen Persönlichkeit von zentraler Bedeutung. Körperliche Bewegung schafft Ausgleich, baut Stress ab und führt zu geistiger Entspannung.

Der Außenbereich des Kindergartens „Am Weidenweg“ wurde so konzipiert, dass er zahlreiche Naturerlebnisse anbietet. In der Natur bieten sich unzählige Anreize zum Entdecken, zum Erkunden, zum Ausprobieren und zum Erleben der Jahreszeiten. Auch die Beobachtung vom Entstehen des Lebens, dem Aufwachsen und der Vergänglichkeit kann z.B. beim Aussäen im Hochbeet erlebt werden.

Natürliche Bewegungsabläufe werden zudem gefördert und trainiert, wie z.B. beim Klettern und Balancieren. Die Gartengestaltung bietet Freiflächen und auch Rückzugsbereiche, abgestimmt auf unterschiedliche Altersgruppen und Schwierigkeitsgrade.

Der Gartenbereich bindet die fünf Grundprinzipien nach Sebastian Kneipp in das Gesamtkonzept mit ein. So entstanden Bereiche, die auf die Schwerpunkte

- Entspannung (Lebensordnung)
- Bewegung
- Anbauen & Ernten von Gemüse
- Kräutern und Heilpflanzen
- Wasser/natürliche Reize

ausgerichtet sind und die kindliche Neugierde fördern.

Der Außenbereich „Am Weidenweg“ bietet zudem einen direkten Zugang zur Toilette und einer Wickelmöglichkeit.

Ausgestattet mit wetterfester Kleidung und solidem Schuhwerk können die Kinder bei fast jeder Witterung ins Freie. Da wir uns auch während der Wintermonate draußen aufhalten, werden die Eltern gebeten, die Kleidung für das Kind der Witterung entsprechend auszuwählen. Kleidung, wie Matschhosen und Gummistiefel, können im Kindergarten aufbewahrt werden.

Im Innenbereich ist der pädagogische Tagesablauf so gestaltet, dass sich Aufgaben, die Konzentration erfordern mit Phasen der Bewegung und Entspannung immer wieder abwechseln.

3. Gesunde Ernährung

Die Ernährung nach Sebastian Kneipp entspricht einer ausgewogenen, möglichst naturbelassenen Vollwertkost. Obst und Gemüse, Vollkorn- und Milchprodukte versorgen den Körper mit reichlich Vitaminen und Mineralstoffen.

Um den Kindern eine Fülle an Geschmackserlebnissen aufzuzeigen, bieten wir, neben dem täglich wechselnden und ausgewogenen Mittagsangebot, regelmäßig am „Tischlein-deck-dich-Tag“ verschiedene Speisen und abwechslungsreiche Snacks an.

Die Aussaat, Pflege, Ernte und Zubereitung von Gartenprodukten vermittelt sinnliche Eindrücke und bietet einen Einblick in die Herkunft der Nahrungsmittel.

Zudem werden die Eltern frühzeitig über ein gesundes Pausenbrot als Bestandteil der Esskultur im Kindergarten informiert. Die tägliche Brotzeit bietet Möglichkeiten, um sich über gesunde Lebensmittel auszutauschen. Dieses Wissen wird über die Kinder zu den Familien weitergeleitet.

Das tägliche Getränkeangebot beinhaltet wahlweise Milch, Tee, Saftschorle oder Wasser.

4. Kräuter und Heilpflanzen

Durch die Nutzung von Kräutern wecken wir das Interesse für die Natur und die Wertschätzung unserer Umwelt. Die Kinder erfahren Wissenswertes über Kräuter, Gewürze und Beeren und werden mit deren Aufzucht, Ernte und Zubereitung vertraut gemacht.

Im Gemüsebeet im naturnahen Außenbereich und an der Kräuterschnecke haben sie die Möglichkeit das Wissen praxisnah umzusetzen. Zudem werden Kräuter und Heilpflanzen beim sogenannten „Tischlein-deck-dich-Tag“ für Speisen oder Getränke verwendet. Bei der Herstellung von wohlriechenden Badezusätzen oder Duftsäckchen finden sie ebenfalls eine sinnvolle Verwendung.

5. Wasser/natürliche Reize

Die heilsamen Kräfte des Wassers werden bei zahlreichen Anwendungen genutzt. Die wichtigsten dabei sind Waschungen, Güsse, Armbäder und Wechsel-Fußbäder.

Wasser dient als Vermittler natürlicher Reize. Mit Wasseranwendungen werden über die Haut Temperaturreize vermittelt, die im Körper positive Reaktionen auslösen.

Deshalb ermöglichen wir Erlebnisse mit Wasser in den unterschiedlichen Aggregatzuständen, wie Schnee, Eis, Tau, Nebel... und mit verschiedenen Temperaturen, wie beim Armbad, Wechselfußbad, Gesichtsguss...

Zu diesem Zweck stehen uns verschiedene Ausstattungsgegenstände und Hilfsmittel zur Verfügung:

- ✓ Arm- und Fußwannen von Kneipp
- ✓ Sanduhren mit verschiedenen Zeiten
- ✓ Waschhandschuhe
- ✓ Massagehandschuhe
- ✓ Grünflächen zum Taulaufen
oder Schneetreten
- ✓ Thermometer
- ✓ Gussrohr
- ✓ und vieles mehr



Impressum

Das Team des städtischen Kindergartens „Am Weidenweg“ und „Schneegarten“.
Die Stadt Donauwörth als Träger der Einrichtung

Erstellung

Februar 2024

Überarbeitung