Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Themen 2. Modul:

Gesundheit und Ernährung

→ Aspekte eines gesunden Lebensstils, Gesundheitsförderung in der Kindertageseinrichtung

→ Dimensionen nachhaltiger Ernährung - saisonal, regional, fair und ökologisch

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Zeitplan 14.07.2021:

8.30 – 8.45	Begrüßung/Vereinbarung zur Zusammenarbeit
8.45 – 9.00	Fragen/Anmerkungen zum letzten Modul
9.00 – 12.00	Themenbereich Gesundheit (global und deutschlandweit)
12.00 – 13.00	Mittagspause
13.00 – 15.45	Themenbereich Gesundheit (BayBEP, Gesundheitskonzepte, Kooperationen)
15.45 – 16.15	Auswertung und Feedback

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Fragen/Anmerkungen zum letzten Modul

Unterschrift für passwortgeschützten Bereich

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Brainstorming:
Welche Aspekte fallen Euch zu den Themen

- **Gesundheit**
- **Gesundheitsförderung in der Kita**
- **gesunder Lebensstil**

ein?

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Barbara Benoist-Kosler, 1. Modul:

Bildung für nachhaltige Entwicklung beinhaltet:

- Verantwortung gegenüber zukünftigen Generationen
  → Zukunftsverantwortung

- Gerechtigkeit unter den heute Lebenden
  → Verteilungsgerechtigkeit

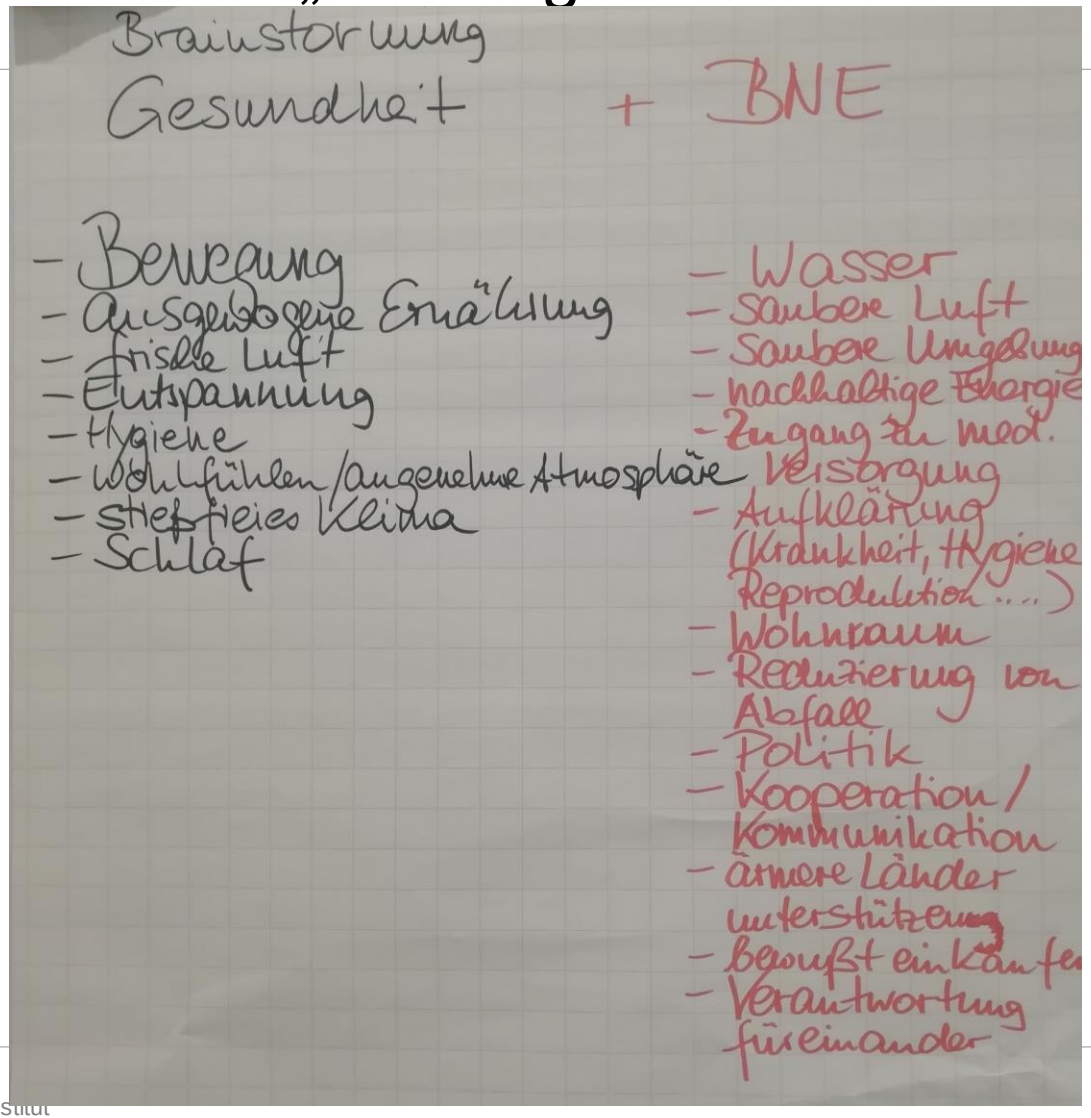
© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Wenn wir nun
Gesundheit mit
Bildung für nachhaltiger Entwicklung
verknüpfen, was fällt Euch evtl.
zusätzlich dazu ein?

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2



© Pädagogisches Institut

Definition von Gesundheit:

Die Gesundheitsdefinition der WHO (1948):
"Gesundheit ist ein Zustand völligen **psychischen, physischen und sozialen Wohlbefindens** und nicht nur das Freisein von Krankheit und Gebrechen. Sich des bestmöglichen Gesundheitszustandes zu erfreuen, ist ein **Grundrecht** jedes Menschen, **ohne Unterschied der Rasse, der Religion, der politischen Überzeugung, der wirtschaftlichen oder sozialen Stellung**."

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Selbstfürsorge:
Achtsamkeit und Innehalten

Eine-Minute-Meditation

- Locker sitzen
- Kopf anheben
- Hände entspannt ablegen
- Augen schließen
- Konzentration auf den Atem
- Ein- und Ausatmen
- Den Atem an der Nase oder der Bauchdecke wahrnehmen
- Bei Ablenkung wieder zurück kommen zum Atem
- Achten auf die Stimmung nach der Meditation

Foto privat

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

2015 verabschiedeten die 193 Mitgliedsstaaten der Vereinten Nationen in New York die
„**2030-Agenda für nachhaltige Entwicklung**“.
Sie bildet den globalen Rahmen für die Umwelt- und Entwicklungspolitik der kommenden 15 Jahre.
Übergeordnete Ziele:

- Transformation unserer Welt
- Menschenwürdiges Leben für alle,
- nachhaltige Wirtschaft,
- nachhaltigen Konsum und
- Schutz der Umwelt

Quelle: Bundesregierung und pixabay

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Die 17 nachhaltigen Entwicklungsziele der Vereinten Nationen
Aus: UN-Dokument A70/L.1 der UN-Vollversammlung vom 18.9. 2015
Ziel 1. Armut in allen ihren Formen und überall beenden.
Ziel 2. Den Hunger beenden, Ernährungssicherheit und eine bessere Ernährung erreichen und eine nachhaltige Landwirtschaft fördern.
Ziel 3. Ein gesundes Leben für alle Menschen jeden Alters gewährleisten und ihr Wohlergehen fördern.
Ziel 4. Inklusive, gleichberechtigte und hochwertige Bildung gewährleisten und Möglichkeiten lebenslangen Lernens für alle fördern.
Ziel 5. Geschlechtergleichstellung erreichen und alle Frauen und Mädchen zur Selbstbestimmung befähigen.
Ziel 6. Verfügbarkeit und nachhaltige Bewirtschaftung von Wasser und Sanitärversorgung für alle gewährleisten.
Ziel 7. Zugang zu bezahlbarer, verlässlicher, nachhaltiger und moderner Energie für alle sichern.
Ziel 8. Dauerhaftes, breitenwirksames und nachhaltiges Wirtschaftswachstum, produktive Vollbeschäftigung und menschenwürdige Arbeit für alle fördern.
Ziel 9. Eine widerstandsfähige Infrastruktur aufbauen, breitenwirksame und nachhaltige Industrialisierung fördern und Innovationen unterstützen.
Ziel 10. Ungleichheit in und zwischen Ländern verringern.
Ziel 11. Städte und Siedlungen inklusiv, sicher, widerstandsfähig und nachhaltig gestalten.
Ziel 12. Nachhaltige Konsum- und Produktionsmuster sicherstellen.
Ziel 13. Umgehend Maßnahmen zur Bekämpfung des Klimawandels und seiner Auswirkungen ergreifen.
Ziel 14. Ozeane, Meere und Meeresressourcen im Sinne nachhaltiger Entwicklung erhalten und nachhaltig nutzen.
Ziel 15. Landökosysteme schützen, wiederherstellen und ihre nachhaltige Nutzung fördern, Wälder nachhaltig bewirtschaften, Wüstenbildung bekämpfen, Bodendegradation beenden und umkehren und dem Verlust der biologische Verlust der biologischen Vielfalt ein Ende setzen.
Ziel 16. Friedliche und inklusive Gesellschaften für eine nachhaltige Entwicklung fördern, allen Menschen Zugang zur Justiz ermöglichen und leistungsfähige, rechenschaftspflichtige und inklusive Institutionen auf allen Ebenen aufbauen.
Ziel 17. Umsetzungsmittel stärken und die Globale Partnerschaft für nachhaltige Entwicklung mit neuem Leben erfüllen.

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Ziel 3: Ein gesundes Leben für alle Menschen jeden Alters gewährleisten und ihr Wohlergehen fördern

3.1: Bis 2030 die weltweite **Müttersterblichkeit** auf unter 70 je 100.000 Lebendgeburtensenken
3.2: Bis 2030 den vermeidbaren Todesfällen bei Neugeborenen und Kindern unter 5 Jahren ein Ende setzen, mit dem von allen Ländern zu verfolgenden Ziel, die **Sterblichkeit bei Neugeborenen** mindestens auf 12 je 1.000 Lebendgeburten und bei Kindern unter 5 Jahren mindestens auf 25 je 1.000 Lebendgeburten zu senken
3.3: Bis 2030 die Aids-, Tuberkulose- und Malaria**epidemien** und die vernachlässigten Tropenkrankheiten beseitigen und Hepatitis, durch Wasser übertragene Krankheiten und andere übertragbare Krankheiten bekämpfen
3.4: Bis 2030 die Frühsterblichkeit aufgrund von nichtübertragbaren Krankheiten durch Prävention und Behandlung um ein Drittel senken und die **psychische Gesundheit** und das Wohlergehen fördern
3.5: Die Prävention und Behandlung des Substanzmissbrauchs, namentlich des **Suchtstoffmissbrauchs** und des schädlichen Gebrauchs von Alkohol, verstärken
3.6: Bis 2020 die Zahl der Todesfälle und Verletzungen infolge von **Verkehrsunfällen** weltweit halbieren
3.7: Bis 2030 den allgemeinen Zugang zu sexual- und reproduktionsmedizinischer Versorgung, einschließlich Familienplanung, Information und Aufklärung, und die Einbeziehung der **reproduktiven Gesundheit** in nationale Strategien und Programme gewährleisten
3.8: Die allgemeine Gesundheitsversorgung, einschließlich der Absicherung gegen finanzielle Risiken, den **Zugang zu** hochwertigen grundlegenden **Gesundheitsdiensten** und den Zugang zu sicheren, wirksamen, hochwertigen und bezahlbaren unentbehrlichen **Arzneimitteln und Impfstoffen** für alle erreichen
3.9: Bis 2030 die Zahl der Todesfälle und Erkrankungen aufgrund gefährlicher Chemikalien und der Verschmutzung und **Verunreinigung von Luft, Wasser und Boden** erheblich verringern
3.a: Die Durchführung des Rahmenübereinkommens der Weltgesundheitsorganisation zur Eindämmung des **Tabak**gebrauchs in allen Ländern nach Bedarf stärken
3.b: Forschung und Entwicklung zu Impfstoffen und Medikamenten für übertragbare und nichtübertragbare Krankheiten, von denen hauptsächlich Entwicklungsländer betroffen sind, unterstützen, den Zugang zu bezahlbaren unentbehrlichen Arzneimitteln und Impfstoffen gewährleisten, im Einklang mit der Erklärung von Doha über das TRIPS-Übereinkommen und die öffentliche Gesundheit, die das Recht der Entwicklungsländer bekräftigt, die Bestimmungen in dem Übereinkommen über handelsbezogene Aspekte der Rechte des geistigen Eigentums über Flexibilitäten zum Schutz der öffentlichen Gesundheit voll auszuschöpfen, und insbesondere den Zugang zu Medikamenten für alle zu gewährleisten
3.c: Die Gesundheitsfinanzierung und die Rekrutierung, **Aus- und Weiterbildung** und Bindung von Gesundheitsfachkräften in den Entwicklungsländern und insbesondere in den am wenigsten entwickelten Ländern und den kleinen Inselentwicklungsländern deutlich erhöhen
3.d: Die Kapazitäten aller Länder, insbesondere der Entwicklungsländer, in den Bereichen Frühwarnung, Risikominderung und Management nationaler und globaler Gesundheitsrisiken stärken

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Ziel 3: **Ein gesundes Leben für alle Menschen jeden Alters gewährleisten und ihr Wohlergehen fördern!**

„Die wichtigsten Unterziele von SDG 3 reichen von der **Gesundheitsversorgung für alle**, der Beendigung der AIDS-, Tuberkulose- und Malariaepidemien, dem **Kampf gegen Zivilisationskrankheiten**, der Prävention und **Behandlung von Drogenmissbrauch und des übermäßigen Alkoholgebrauchs**, der Umsetzung der **Tabak**rahmenkonvention, dem **Zugang zu Medikamenten und Impfstoffen und der Senkung der Kinder- und Müttersterblichkeit**, bis hin zur Bekämpfung von Tropenkrankheiten und Epidemien einschließlich der Stärkung der Kapazitäten zur Frühwarnung und zum **Management von globalen Gesundheitsrisiken** sowie der **Verringerungen der Zahl der Erkrankungen durch Umweltbelastungen**.“

Quelle: Bundesregierung, 9/20

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Wir und alle BNE-Aktivitäten tragen zur Verwirklichung der SDGs bei!

Manche SDGs sind in Kombination mit anderen zu sehen (z.B. SDG 12 nachhaltiger Konsum und Produktion mit SDG 8 menschenwürdige Arbeit und Wirtschaftswachstum)

In welchen SDGs finden sich Aspekte von Gesundheit?

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Fakten weltweit betrachtet:

- Weltweit leben etwa 39 Prozent der Weltbevölkerung ohne **Krankenversicherung**, in einkommensarmen Ländern sind es sogar mehr als 90 Prozent. (https://zeozweifrei.de/sdg-ziel-3/)
- Immer noch sterben viele Menschen an Krankheiten, die bei richtiger **Behandlung** nicht tödlich verlaufen müssten oder durch **Impfungen** einfach zu verhindern wären. (https://zeozweifrei.de/sdg-ziel-3/)
- Alle zehn Sekunden stirbt ein Kind unter fünf Jahren an den Folgen von **Hunger**, 11% der Weltbevölkerung hungert (Angabe: Welthungerhilfe)
- 2017 waren 68,5 Millionen Menschen weltweit auf der **Flucht**, die Zahlen steigen (Angabe: UNO-Flüchtlingshilfe)

© Pädagogisches Institut

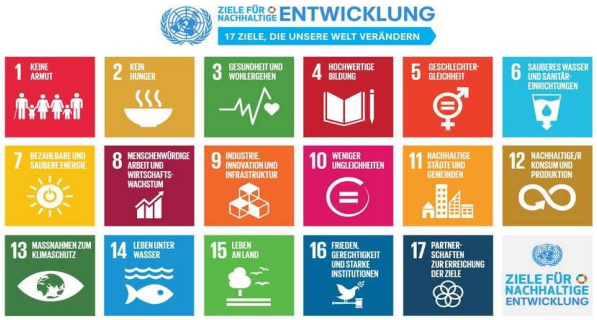
Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Relevante Gesundheitsthemen:

- **Feinstaub** (4500 t Feinstaub in der Neujahrsnacht 2019, sechsmal soviel ist 2019 von Seiten des Straßen- und Dieselverkehrs zu erwarten, SZ 02.01.2019)
- **Klimawandel** (Hitzeereignisse verschlimmern Herz-, Kreislauf-, Atemerkrankungen, Extremwetterereignisse wie Überschwemmungen und Stürme bedingen Verletzungen bis hin zum Tod und Verunreinigung von Gewässern mit Infektionskrankheiten, Pollensaison-Verlängerung vermehrt Atemwegserkrankungen, neue allergieauslösende Pflanzen siedeln sich an sowie Krankheiten übertragende Tiere, Quelle: Kleine Gase, große Wirkung)
- **Grundwasser**
- **Mikroplastik**
- **Pestizide**
- **Artenschwund**
- **Medien**
- **…**

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2



Fazit:

- **Es ist eine flächendeckende, für alle zugängliche Gesundheitsvorsorge und Gesundheitsfürsorge in allen Ländern nötig!**

„Dies ist ein Schlüssel für die Umsetzung der gesamten Agenda 2030, da direkte **Wechselwirkungen zwischen diesem Ziel und zahlreichen anderen Themen des SDG-Katalogs** bestehen (Armut, Hunger, Beschäftigung etc.)“ Quelle: Jens Martens und Wolfgang Obenland: Die Agenda 2030

- **Es geht um Chancengleichheit für alle Kinder, um Teilhabe und Selbstbestimmung von Kindern und Erziehungspersonen**

- **Es geht um Wertschätzung, Solidarität und Empathie**

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Die gesundheitliche Situation von Kindern in Deutschland?

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Welche Ziele setzt die Deutsche Nachhaltigkeitsstrategie zur Steigerung der Gesundheit und des Wohlergehens?

- Senkung vorzeitiger Sterblichkeit auf 100 (Frauen) bzw. 190 (Männer) Todesfälle pro 100.000 Einwohner bis 2030
- Senkung der Raucherquote von Jugendlichen auf 7 Prozent, der Erwachsenen auf 19 Prozent bis 2030
- Anstieg der Adipositasrate von Jugendlichen und Erwachsenen dauerhaft stoppen
- Senkung der Emissionen von Luftschadstoffen bis 2030 auf 55 Prozent gegenüber 2005
- Möglichst flächendeckende Erreichung des Richtwerts der Weltgesundheitsorganisation (WHO) für Feinstaubbelastung von nicht mehr als 20 Mikrogramm pro Kubikmeter Luft bis 2030

https://www.bundesregierung.de/breg-de/themen/nachhaltigkeitspolitik/gesundheit-und-wohlergehen-1509824

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Vor Corona:

- 95% der Kinder sind in einem **sehr guten und guten Allgemeinzustand**
- 16,9% der Kinder und Jugendlichen sind von **psychischen Auffälligkeiten** betroffen.
- Kinder und Jugendliche aus **sozial schlechter gestellten Familien** sind häufiger betroffen von einem schlechteren Gesundheitszustand und von gesundheitsbezogene Einschränkungen als Gleichaltrige aus besser gestellten Familien (Bsp. Adipositas)

Quelle: Kinder- und Jugendgesundheitssurvey, KiGGS, Robert-Koch-Institut, 2017

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

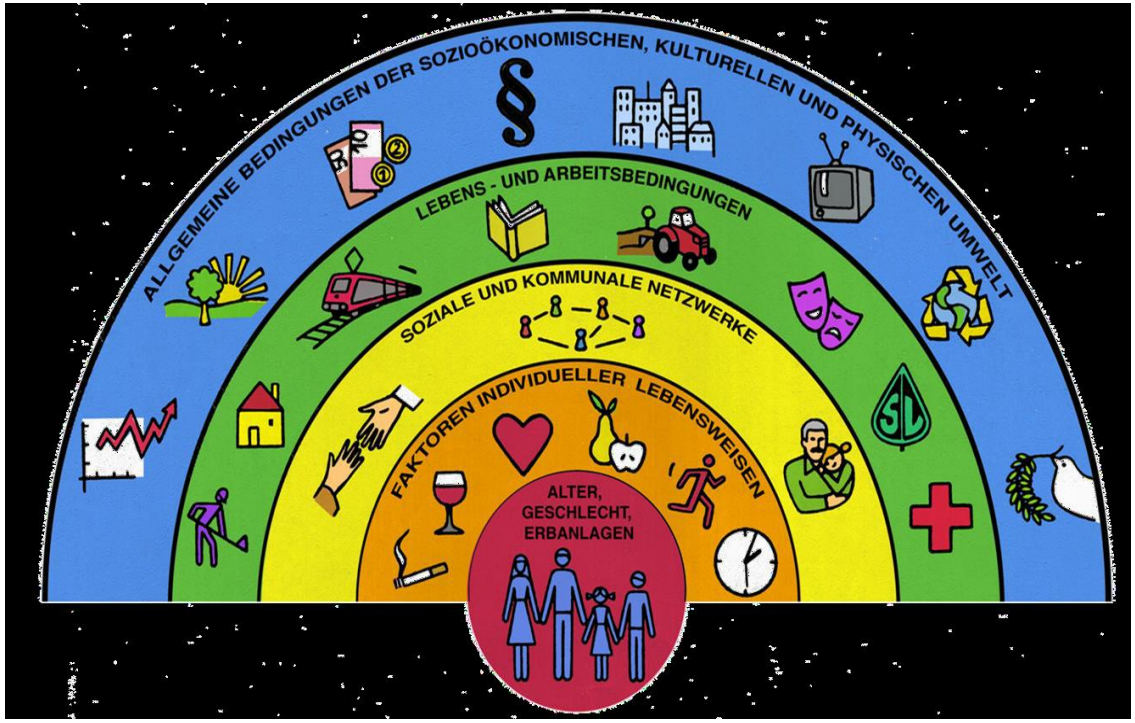
- Jedes vierte Kind ist körperlich und jedes zehnte psychisch chronisch krank
- „Die gesundheitliche Ungleichheit zwischen den Familien ist größer als gedacht. Es gibt nachweislich **erhöhte Risiken für benachteiligte Kinder**.“
- In sog. bildungsfernen Familien gibt es Kinder, die eher zu Adipositas neigen, eher Karies haben, eher Verhaltensauffälligkeiten haben, eher Entwicklungsverzögerungen. Sie werden öfter im Krankenhaus behandelt und erhalten mehr Arzneimittel.
- Bildungseinflüsse der Familie haben deutlich größere Auswirkungen auf die Kindergesundheit als zum Beispiel Einkommensunterschiede.

Quelle: Studie DAK zur Kindergesundheit, 2018 (untersucht wurden 600.000 Kinder bis 17 Jahre)

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Was beeinflusst Gesundheit?



Literatur: Dahlgren & Whitehead (1991), Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit Bayern, Carolin Bosch, Iris Grimm, 11.06.2021

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

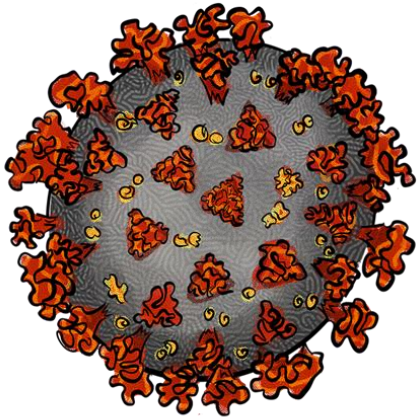
Zentrale Merkmale schwieriger Lebenslagen

- Niedriger Bildungsstatus
- Niedriger Berufsstatus
- (Langzeit-) Arbeitslosigkeit
- Soziale Isolation
- Alleinerziehend
- Psychische und/oder physische Einschränkungen
- Evtl. Wohnlage
- Evtl. ethnischer Hintergrund
- Evtl. Geschlecht
- Evtl. Gewalt in Familien

Einschätzung des IWF zu Armut: Deutschland ist eines der Länder mit der höchsten Vermögens- und Einkommensungleichheit der Welt
→ das hat Auswirkungen auf die Demokratie!

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Unter  - Bedingungen:

- Wie ist die Situation von Kindern in Eurer Einrichtung? In München? In Deutschland?
- Wie ist die globale Haltung der entwickelten Staaten in der Pandemie?

© Pädagogisches Institut

Relevante Gesundheitsthemen

- Flucht
- Krieg
- Medikamentenzugang
- Sauberes Wasser
- Strom
- Armut
- Müll-Tourismus
- Vergewaltigung
- gesundheitliche Aufklärung
- psych. Belastung
- Machtverhältnisse
- Konzerninteressen
- Kinderarbeit
- kürzere Lebenszeit
- Kinderehen
- fehlende Mädchenbildung
- Adipositas / Bewegungsmangel
- Fehlernährung (zu viel Fleisch, Kohlehydrate ...)
- Bodendegeneration
- Schädlingsbekämpfung
- Abgase / Luftqualität ↘
- Antibiotikaresistenzen

Corona - Bedingungen:

- Veränderter Alltag
- Konflikt im Team
- Belastung für Teamarbeit
- fehlende Kompromißbereitschaft im Team
- Kinder, die Abstand (nicht) wahren.
- Gewohnheit bei Maskenhaltung
- ungleiche Regeln für Kitas + Freizeit
- Arbeitsfähigkeit der Eltern im Fokus, nicht Bildung & Betreuung der Kinder
- Wertschätzung der Arbeit in Kitas teils gestiegen
- soziale Berufe müssen mehr gewertschätzt werden
- Personalmangel
- Coronaleugner innen in Elternschaft
- keine Spaltung von Geimpften / Nichtgeimpften
- weniger Erkrankungen bei Personal
- Entwicklungsstagnation, - rückschritte
- für Kinder war Gruppe gut (statt offenes Haus)
- Digitalisierung
- Kinder: mehr Gewicht, mehr psych. Probleme

Politik / Gesellschaft ▷

- Globale Kooperation fehlt
- Kooperation in Bundesländern fehlt
- Wirtschaft im Fokus
- Klimawandel bleibt Thema

→ Zusammenhalt stärken!

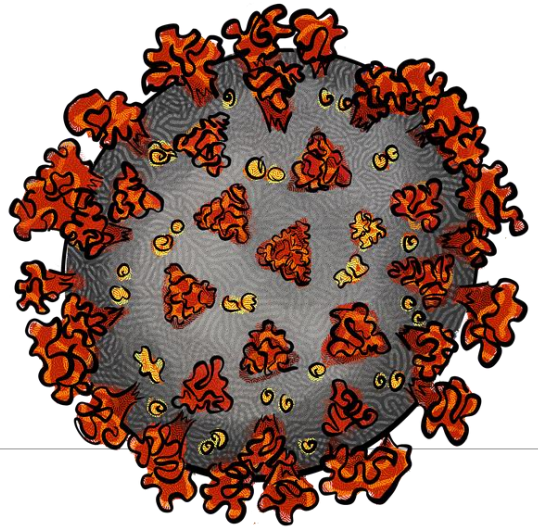
→ Reflexion unseres Verhaltens

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

- Corona-Auswirkungen?
- Was wären Maßnahmen, um die Gerechtigkeit herzustellen?

(Ernährungsgerechtigkeit, soziale Ungleichheit mindern, in der Prävention, in der Kita, in der Schule, in der Verpflegung, um die Ernährungs-/Bewegungs-digitale Medien/Entspannungs-, also insgesamt der Gesundheitskompetenz von Kindern und Eltern zu fördern? Welche Maßnahmen könnten direkt in der Kita helfen?)

- …



© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

BayBEP "Bewegung, Rhythmik, Tanz und Sport" (online über ifp S. 368-385)

Bewegungsförderung bei Kindern hat folgende Zieldimensionen:

- **Motorik** (Bewegungsbedürfnisse befriedigen, motorische und **koordinative Fähigkeiten** wie Grob-, Feinmotorik, Reaktion, Raumorientierung, Rhythmus, Gleichgewicht, Differenzierung sowie **konditionelle Fähigkeiten** wie Ausdauer stärken, Schnelligkeit, Beweglichkeit, Kraft, Grenzen erkennen, durch Üben erweitern, Körpergefühl und Körperbewusstsein entwickeln)
- **Selbstkonzept**
- **Motivation**
- **Soziale Beziehung**
- **Kognition**
- **Gesundheit**

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

BayBEP: Gesundheits-Bildungsziele (S. 388-389):

- **Bewusstsein seiner selbst** (körperliche Signale, Gefühle, äußerliche Unterschiede zu anderen wahrnehmen)
- **Ernährung** (Essen als Genuss, Anzeichen von Sättigung erkennen, Esskultur, Wissen über gesunde Ernährung, Grundverständnis über Produktion, Verarbeitung... von Lebensmitteln, Erfahrung mit Kochen)
- Kenntnisse über **Körperpflege und Hygiene** (Vermeidung von Krankheiten, Steigerung des Wohlbefindens, Körper-, Zahn- und Mundpflege)
- **Körper- und Gesundheitsbewusstsein** (Ruhe und Schlaf, Entspannungstechniken, Strategien im Umgang mit Stress und negativen Emotionen, einfache körperliche Zusammenhänge kennen, Verständnis über Zahngesundheit und Zusammenhang mit Ernährung, Verantwortung für eigenen Körper übernehmen)
- **Sexualität** (positive Geschlechtsidentität und Grundwissen über Sexualität, Nein sagen lernen, persönliche Intimsphäre kennen)
- **Sicherheit und Schutz** (Gefahren einschätzen, Konsequenzen für Gesundheit kennen, sicheres Verhalten im Straßenverkehr, Hilfe erbitten und annehmen)

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

BayBEP: Gesundheitsvorsorge (Seite 391)

- Bewegung
- Ernährung
- Körperpflege und Sauberkeit
- Körper und Sexualität
- Ruhe und Schlaf
- Ausgleich und Entspannung
- gesunde Lebensweisen
- Verantwortlicher Umgang mit Krankheit
- Sicherheit in der Einrichtung, im Verkehr
- Stressbewältigung

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Austausch in Dreiergruppen:

- Was beschäftigt mich?
- Welche Ansätze für meine Bildungsarbeit sehe ich?
- Welche Notwendigkeit in der Kita existiert? Was kann ich konkret tun?
- Vernetzung möglich mit…?
- …?

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Ideen:

- Möglichst viele Bewegungsanlässe bieten
- Gesundheitsaspekte (s.o.) täglich ansprechen, bewusst machen
- Selbstverantwortung stärken
- Kinder partizipieren selbstverständlich
- Freispiel, Spiel und Aktion in der Natur
- Kinderinteressen nach außen tragen (Stadt- und Grünflächenplanung, …)
- ...

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Verschiedene **Gesundheitskonzepte**

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Sebastian Kneipp (1821 bis 1897)

Gesundheitsidee:
Ein gesundes Leben im Einklang mit der Natur führen und auf diese Art aktiv vorbeugen und Heilung finden.

5 Elemente des Kneippschen Gesundheitskonzepts:

- **Wasser**
- **Bewegung**
- **Lebensordnung**
- **Ernährung**
- **Heilpflanzen**

Wirkprinzip: Reiz-Reaktion

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Zwischen Reiz und Reaktion liegt ein Raum.
In diesem Raum liegt unsere Macht zur Wahl unserer Reaktion.
In dieser Entscheidung liegen unsere Entwicklung und unsere Freiheit.

Viktor Frankl (1905-97)

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Aaron Antonovsky (1923-1994)
Salutogenetisches Modell: Was hält den Menschen gesund?
Kohärenzgefühl (Grundhaltungen gegenüber sich selbst und der Welt):

- Gefühl von Verstehbarkeit
- Gefühl von Handhabbarkeit und Bewältigbarkeit
- Gefühl von Sinnhaftigkeit

Gesundheits-Krankheits-Kontinuum (wie weit entfernt oder nahe ist der Mensch Gesundheit oder Krankheit?)
Stressoren und Spannungszustände (wenn Spannungsbewältigung gelingt, ist dies gesundheitsfördernd)
Generalisierte Widerstandsressourcen (individuelle Faktoren und soziale sowie kulturelle Faktoren)
Quelle: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Gesundheitsförderung (siehe salutogenetischer Ansatz)

Ziele:

- **Stärkung der Gesundheit und**
- **Gesundheitsressourcen Einzelner,**
- **Empowerment,**
- **individuelle, politische und**
- **gesellschaftliche Veränderungen**

Gesundheit wird dabei in einer ganzheitlichen Sichtweise als körperliches, psychisches und soziales Wohlbefinden definiert, das durch individuelle, soziale und gesellschaftliche Hintergründe beeinflusst wird.

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Prävention - Vorbeugung oder Früherkennung von Krankheit (z. B. durch Impfungen, gesunde Ernährung und ausreichende Bewegung)

Verhaltensprävention (Veränderung des individuellen Verhaltens in Richtung gesundes Leben)

Verhältnisprävention (Veränderung der Arbeits-, Umwelt- und Lebensbedingungen, um ein gesundes Leben führen zu können)

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Geeignete Lernumgebung:

- Ausreichender Lärm- und Schallschutz
- Gesundheitsförderliche Raumausstattung
- Gesundheitsförderliche Betriebsführung (Hygiene, Belüftung, Erste Hilfe...)
- Atmosphäre zwischen Selbstbestimmung und Unterstützung, Spaß an Umsetzung gesunder Lebensweise, Vorbildsein
- Gesundheitspartnerschaft mit Eltern, Gemeinschaft stärken, Solidarität
- Partizipation und Inklusion
- Vernetzung
- Aufnahme der Maßnahmen ins Haus-Konzept

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Kooperationen/Vernetzungen, die bei Gesundheitsthemen möglich sind:

Foto: Pixabay

- Kinder- und Fachärzte
- Beratungsstellen
- Gesundheits-, Jugend-, Sportam
- Krankenkassen
- Gemeinde-Unfallversicherung
- Verbraucherzentrale
- Verkehrswacht
- Bezirksausschuss, Jugendbeauftragte, Oberbürgermeister, Bürgermeister*innen, Parteien
- Bezirkssozialarbeit, Regsam...

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Übung:

- Welches Gesundheitsthema ist in letzter Zeit in Deiner Kita aufgetaucht?
- Wie könntest Du es umfassend, anhand der 4 Dimensionen aufgreifen?
- Wie kannst Du Partizipation einfließen lassen?

© Pädagogisches Institut

Gesunde Brotzeit in der Krippe

Kulturelle Dimension

- Wochenmarktbesuch
- Besuch beim Biobauern
- Kennenlernen von unterschiedlichen gesunden Lebensmitteln

Soziale Dimension

- Lebensmittel schmecken, riechen
- gemeinsames Zubereiten der Brotzeit
- gemeinsames Einkaufen
- selbst anbauen / herstellen (Marmelade, Brot)
- Elternfrühstück mit Selbstgemachtem

Ökonomische Dimension

- weniger, aber dafür hochwertigere Lebensmittel anbieten → Reflexion des Konsumverhaltens
- selbst anbauen
- Gewinnung von Sponsoren

Ökologische Dimension

- regional u. saisonal einkaufen
- Herstellungskreisläufe kennenlernen (vom Samenkorn zum Brot)

Landeshauptstadt München
Referat für Bildung und Sport

Pädagogisches Institut

Von A nach B
(Verantwortungsbewusst mit dem Verkehr)

Kulturelles
- Geschichte von Verkehr
- Verkehr in anderen Ländern
- Nachhaltiges Verkehr
- Großeltern einladen, um zu erzählen, wie es damals war.
- Verkehrsmuseum Ausflüge

Soziales
- Regeln
- Bewusstmachen von Zerstörung anderer Teile der Welt
- Weg zum Kindergarten:
  - Fahrrad
  - Autofrei ...
- Galerie-Vorstellung im Schulkarten (Urlaub)

Ökologie
- Naturnutzen
- Wie wird Benzin gewonnen
- Wanderung
- Wie schädlich ist das Auto bzw. Verkehrsmittel?
- Natur Doku-Reportage über Ursprung Erdöl bzw. Ressourcen

Ökonomie
- Suche nach Alternativen Ressourcen - Verbrauch
- E-Autos, ist die Lösung?
- Zukunftswerkstatt

Kulturell

- Speisen versch. Kulturen (Familie & Mitarbeiter)
- Nachhaltige Gerichte (z.B. vegan, vegetarisch, bio)
- traditionelle Rezepte
- KiTZ - Kultur „Markenzeichen" entwickeln (aus Garten)
- evt. Spendenakquise & Verteilung Messestadt

Sozial

- Gemeinschaft KiTZ-Eltern/Familien (Kooperation)
- KiTZ Rezept(e) regelmäßig gemeins. kochen
- Elternabende: Eltern kochen für Eltern
- Netzwerkpartner kochen mit uns
- Kinder machen Fotos v. Rezepten, gestalten Deckblatt

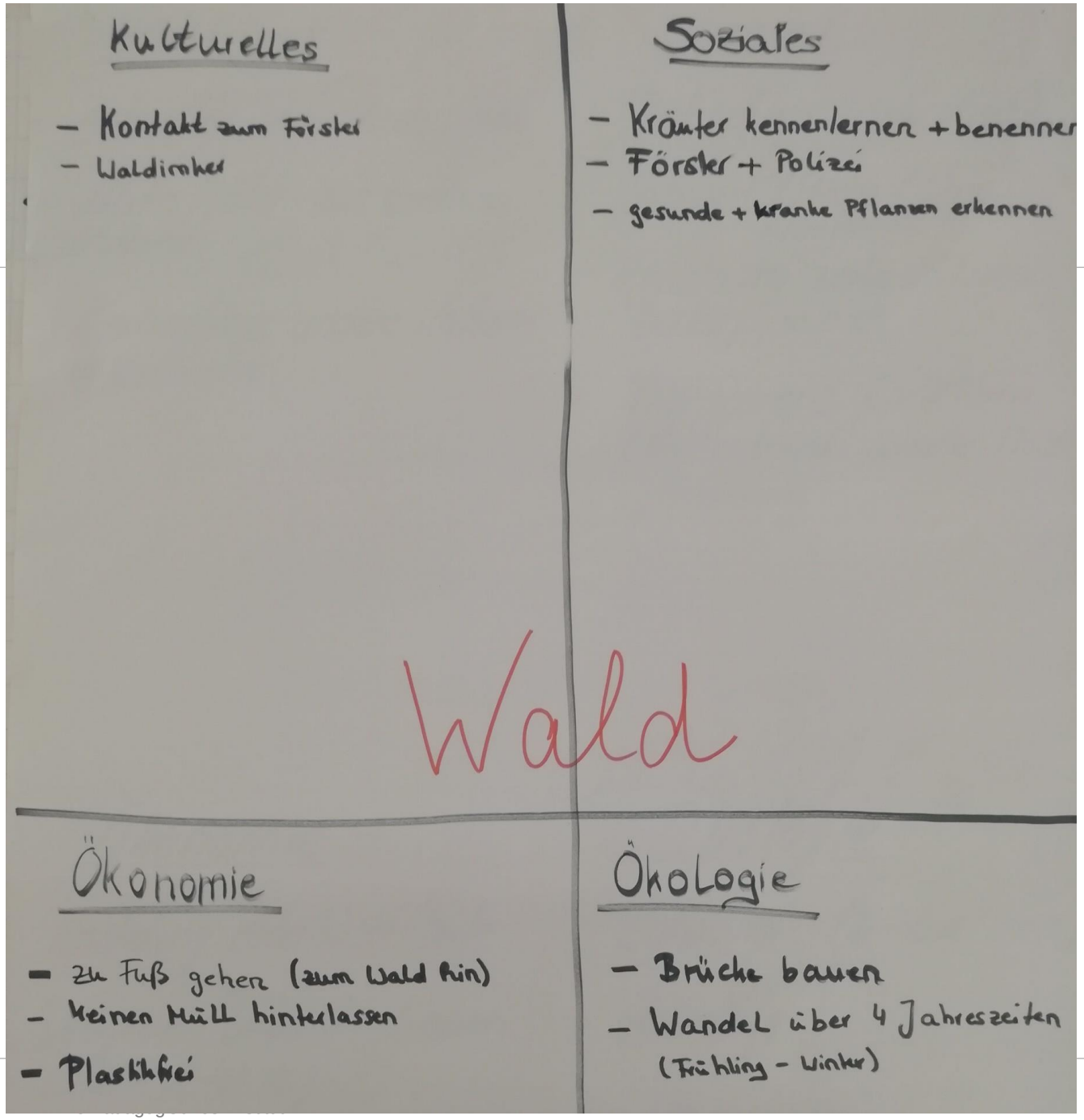
Ökonomie

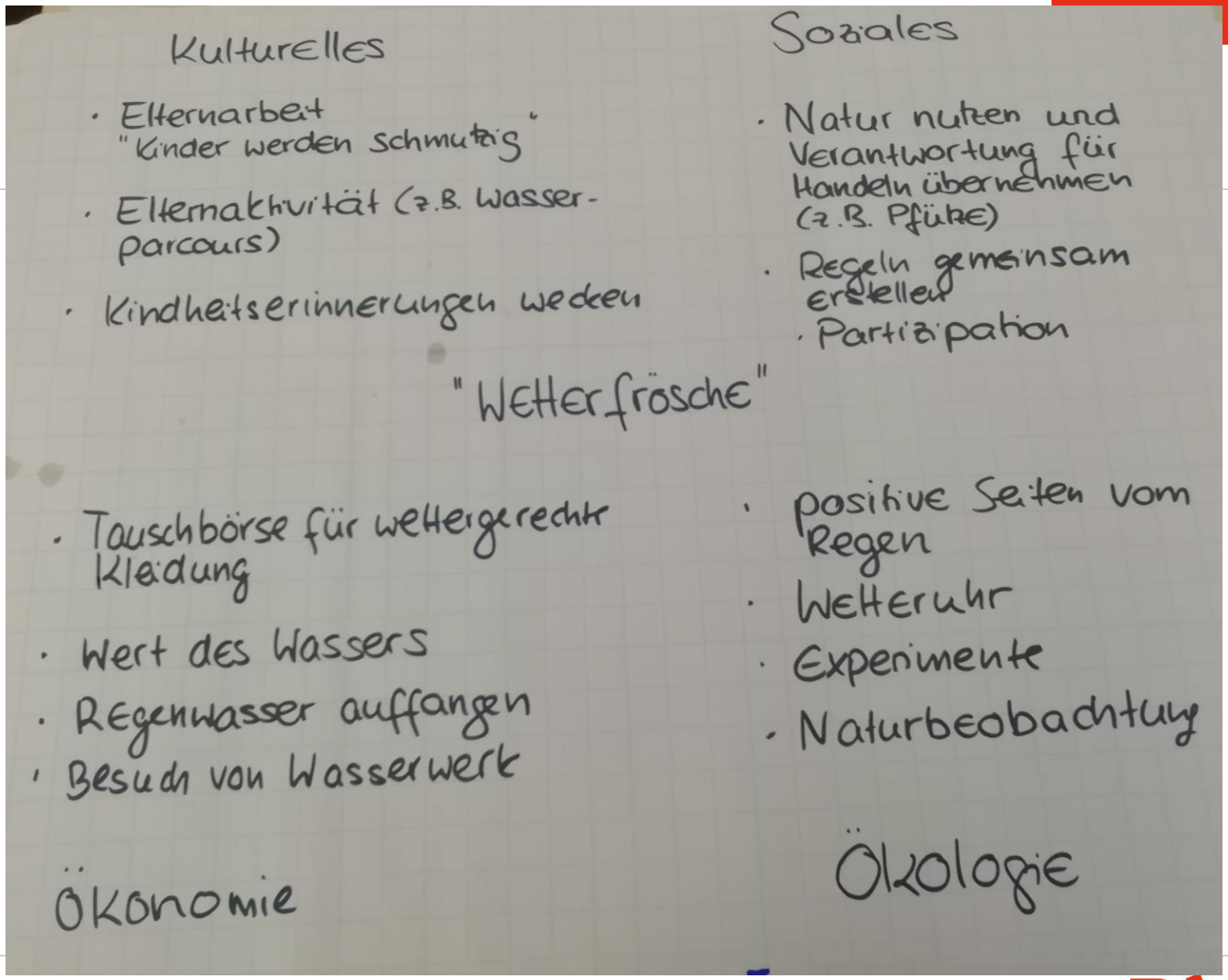
- saisonale Produkte (Saisonkalender)
- Monate berücks. (Kreislauf)
- Recyclingpapier & Baumwollfäden
- Deckblatt aus Bütten-papier

Ökologie

- Garten nutzen
- Kreislaufsystem entwickeln
- Wochenmarkt + ggf. Farm Ausflug Biobauernhof
- Kräuterschnecke bauen
- ggf. Kompost

Das „Haus am See" Kochbuch


Kulturelles
- Kontakt zum Förster
- Waldimker
Soziales
- Kräuter kennenlernen + benennen
- Förster + Polizei
- gesunde + kranke Pflanzen erkennen
Wald
Ökonomie
- zu Fuß gehen (zum Wald hin)
- keinen Müll hinterlassen
- Plastikfrei
Ökologie
- Brücke bauen
- Wandel über 4 Jahreszeiten
(Frühling - Winter)



© Pädagogisches Institut

e Zukunft“ - Modul 2

1x Monat inter-national breakfast
=> gesund

Ökonomisch

- der Weg zu uns (Handel)
- Produktion
  Anbau – Ernte
- Kosten / Währung
  => Bezahlung ausreichend?
  (Gehälter beim Anbau)
  ↳ Wertschätzung
  ↳ Thema Fair-Trade
  Wo kommts her?
  Was tun andere dafür?

kulturell

- was ist im jeweiligen Land gesund?
- was wird dort gefrühstückt?
- wie –"– ? kalt / warm?
- Anpassung ans neue Land? Und wenn, dann wie?
- Kennenlernen => Wahlfreiheit

ökologisch

regional saisonal
-> machbar?

Ressourcen verbraucht?
wasserschonend

was kann ich verwenden?
Schale? Grün etc.

selber Anbauen im Kiga?
oder daheim?

sozial

- Eltern mit einbinden
- Bewußtheit erlangen: in Dei Land ist es anders als in mei
- Vielfalt herstellen u. Erleben
  -> Verständnis Füreinander

bsp.
-> Pflanz-Trog bauen (Holzreo
-> Schwarzaugen-Bohnen
Familie betreut Beet

Kinder aus den versch. Lände zu Experten küren

Zahnpflege

Kulturell

- Zahnpflege in anderen Ländern
- Mütter/Väter aus anderen Kulturen
- Zahnpflege andere Kulturen ausprobieren

Sozial

- Zahnpflege (Gesundheit)
- Zahnarzt/Praxis (Koop) Krankenkassen
- Ernährung unterstützend Zuckerpyramide
- Transparenz für Eltern (Elternabend Schnuller, Flasche Ernährung

Ökonomie

- Herstellung Zahnbürste/Seife
- Drogerie (bewusst schauen welche Arten es gibt)
- eigene Herstellung Zahnpasta od Seife

Ökologie

- Zahnbürste (Bambus/Holz)
- Zahnseife
- Verpackung
- Wasserverbrauch

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Das Projekt im Überblick

Themenbereich	**Ressourcenschutz**
Projekttitel	
Zielgruppen	
Projekt für weitere Zielgruppen möglich	
Projektziel (Kurzfassung)	
Zeitraum	
Methoden	
Autorin und Kontakt	
Bezug zu den 4 Dimensionen der Nachhaltigkeit	
Kulturelle Dimension	
Soziale Dimension	
Ökonomische Dimension	
Ökologische Dimension	

Vier Dimensionen der Bildung für nachhaltigen Entwicklung:

Kulturelles

- Menschliches Bedürfnis nach Naturerfahrung
- Nachhaltige und gerechte Lebensstile
- Kulturelle Besonderheiten
- Traditionelles Wissen
- Kultur des Umgangs mit Dingen
- Konsumbewusstsein

Soziales

- Gesundheit
- Gemeinschaft
- Partizipation aller Beteiligten
- Kooperation
- Gleiche Rechte auf Entwicklung
- Innergesellschaftliche Gerechtigkeit

Ökonomie (nachhaltiges Wirtschaften)

- Ressourcenschonendes Produzieren und Verbrauchen
- Regionale Kreisläufe
- Vorsorgendes Wirtschaften
- Eco-Design (Nutzungsdauer, Entsorgungsfreundlichkeit, Ästhetik)
- Fairer Handel

Ökologie

- Naturerfahrung
- Natur nutzen
- Sorgsamer Umgang mit den Schätzen der Erde
- Zeitmaße der Natur
- Biodiversität
- Ökologische Kreislaufsysteme

© Pädagogisches Institut

Zusatzqualifikation „Kinder gestalten die Zukunft“ - Modul 2

Fünf-Finger-Feedback

© Pädagogisches Institut