

Unser Kneippprojekt unter dem Motto:



**Wir sind ein
zertifizierter
Kneippkindergarten!**



Das bedeutet, dass das Kneipp-Gesundheitskonzept zu einem fixen Bestandteil unserer Bildungsarbeit im Kindergarten geworden ist. Viele dieser Aktivitäten fließen ohnehin in unsere tägliche Bildungsarbeit ein, sind in unserem Bildungsplan verankert!

Was beinhaltet unser Kneippprojekt? Wie setzen wir es um?

Die fünf Säulen nach Kneipp, die unten angeführt sind, beinhalten folgende Schwerpunkte:

Wasser, Heilkräuter, Ernährung, Bewegung und Lebensordnung!

Den Kindern werden spielerisch die Grundlagen einer gesunden und naturgemäßen Lebensweise vermittelt. Wir wollen das Gesundheitsbewusstsein der Kinder stärken und ihnen Wohlbefinden und ein positives Lebensgefühl vermitteln.

Es werden in regelmäßigen Abständen gezielte Kneippanwendungen (Wasseranwendungen, Taulaufen,..) durchgeführt. Die Kinder können an diesen Tagen die Kneippschen Elemente intensiv erleben, erfahren. Damit die Kinder an den **Kneippanwendungen** teilnehmen können, ist es notwendig, eine **Einverständniserklärung** seitens der Eltern beim Eintritt in den Kindergarten einzuholen.

Überblick: Praktische Anwendungen und Zielsetzungen

1.Säule: WASSER

Ziele: Wasseranwendungen als wohltuend, gesundheitsstärkend, angenehm, lustbetont, spürbar, spannend ... erleben. Wasser ist kostbar!

Angebote: Wassertreten, Gurgeln, Armbäder, Schneelaufen, Taulaufen, Schüttspiele, Sinnesübungen, Wasserkreislauf kennen lernen, Experimente mit Wasser,...

Wir trinken im Kindergarten Wasser! Nur zur Jause und beim Mittagessen werden zusätzlich Säfte angeboten!

2.Säule: HEILKRÄUTER

Ziele: Heilkräuter als Naturgeschenk schätzen lernen, als Heilmittel erkennen (Aussehen, Geschmack, Geruch), Pflege, Anwendung, Nutzen für Gesundheit.

Angebote: Kräutermärchen, Kräuterbeet pflegen, Kräuterelixiere herstellen, gesunde Jause selbst zubereiten z.B.: Kräuteraufstrich,...

Kräutertees trinken → Dazu öffnen wir mehrmals im Jahr die Teestube! Ein echter Genuss!

Wir verarbeiten Kräuter, z. B. Kräutersalz, Duftsäckchen, Badekugeln,.....anfertigen.

3.Säule: BEWEGUNG

Ziele: Den Bewegungsdrang der Kinder stillen! Gesunderhaltung von Körper und Psyche, Selbstkontrolle, Geschicklichkeit, Kräftigung der Muskulatur, Förderung koordinativer Fähigkeiten, Ausdauertraining,....

Die Bewegungsfreude unterstützen und fördern. Bewegung macht Spaß!

Angebote: abwechslungsreiche Bewegungsmöglichkeiten in den Alltag integrieren, Turn- und Bewegungsstunden aller Art, Taulaufen, Bewegung im Freien, Naturforschertage, Kobelbesuch, Spaziergänge, Tänze, Lauf- und Fangspiele, Ballspiele,...

4.Säule: ERNÄHRUNG

Ziele: Kennenlernen einer ausgewogenen, vollwertigen Ernährung und deren Vorteile für unser gesundheitliches Wohlbefinden. Lustvolles Essen - mit allen Sinnen genießen. Etwas über Lebensmittel und deren Herkunft erfahren. Qualitativ hochwertige, biologische Zutaten verwenden. Regionale Produktauswahl, saisonale Speisen zubereiten. Ernährungspyramide kennen lernen!

Angebote: Gesunde Jause: Obst, Gemüse für alle aus dem Fruchtkorb - von den Eltern mitgebracht! Vollwertige Speisen (Brot, Kuchen, Kekse,...) zubereiten, Säfte, Marmeladen zubereiten! Wir bereiten saisonale Speisen zu!

Gemeinsames Genießen von Speisen - „Mit dem Auge essen“ – Die Kinder dürfen den Tisch decken, schmücken (Tischkultur pflegen).

5.Säule: LEBENSFREUDE

Ziele: Harmonisches, ausgeglichenes Lebensumfeld schaffen (Wohlfühlklima): Kontinuität, Vertrauen, Liebe und Geborgenheit bieten und leben! Achtsamkeit! Ein harmonisches Miteinander leben: Klare Regeln und Grenzen aufstellen, Mitgefühl, Verständnis, Hilfsbereitschaft zeigen!

Selbstwert des Kindes stärken – Ich bin etwas Besonderes, ich bin einzigartig!

Ich bin wertvoll! Anerkennung und Lob aussprechen!

Rituale und ein strukturierter Tagesablauf geben dem Kind Orientierung!

Emotionen wie Ängste, Unsicherheiten, soziale Konflikte aufgreifen und Möglichkeiten zur Konfliktbereinigung schaffen. Gefühle zulassen, ausdrücken!

Angebote: Märchen, Rollenspiele, Gespräche, Fantasiereisen, Entspannungsübungen, Meditation, Legearbeiten, Achtsamkeitsübungen, viel Zeit für Spiel und Spaß, Bilderbücher, Singen und Musizieren, Ausgänge in die Natur, Kreativität fördern,.....

Das ist uns wichtig: Erwünschte soziale Umgangsformen vorleben, authentisch sein!

Wir freuen uns auf eine spannende Kindergartenzeit mit vielen wertvollen Erfahrungen, damit die Lebensfreude täglich aufs Neue spürbar werden kann.



Ihr Kindergartenteam

