

Gestaltung der Ess-Situationen

Essenszeiten und essensfreie Zeiten

- **Beispiel 1:** In unserer Kita sind folgende Zeiten für die verschiedenen Mahlzeiten festgelegt:

Frühstück	von XX Uhr bis XY Uhr
Mittagessen für Kinder unter 3 Jahren	von XX Uhr bis XY Uhr
Nachmittagsnack	von XX Uhr bis XY Uhr

- **Beispiel 2:** Wir essen das mitgebrachte Frühstück, das Mittagessen und den Snack am Nachmittag gemeinsam. Die dafür festgelegten Zeiten werden in den Gruppen, je nach Alter der Kinder abgestimmt.

Raum- und Tischgestaltung

- **Beispiel 1:** Die Mahlzeiten in allen Kitas unseres Trägers/in unserer Kita finden in den Gruppenräumen statt. Sie sind klar von den übrigen Aktivitäten abgegrenzt, wie z. B. dem Spielen. Wir bilden einzelne Tischgruppen, damit die Ess-Situation auch für die kleineren Kinder überschaubar bleibt.
- **Beispiel 2:** Die Mahlzeiten in unserer Kita finden in einem gesonderten Essraum statt. Dabei sitzen die Kinder in Tischgruppen zusammen. Die Tischgruppen beginnen und beenden die Mahlzeiten gemeinsam.
- **Beispiel 3:** Die Tische werden ansprechend gestaltet, z. B. mit gebastelter Tischdekoration entsprechend der Jahreszeiten. Jedes Kind soll ausreichend Platz zum Essen haben. Geeignetes Mobiliar und Geschirr steht in den Kitas zur Verfügung.

Essatmosphäre und Tischkultur

- **Beispiel 1:** Zu unserer Tischkultur gehört das Eindecken der Tische mit Tischset, geeignetem Geschirr und kindgerechtem Besteck. In den einzelnen Gruppen werden Rituale zum Beginn der Mahlzeiten eingeübt und gepflegt. Dazu gehört, dass sich alle vor der Mahlzeit die Hände waschen. Wenn alle sitzen, sagt ein Kind einen Tischspruch. Dann fangen wir gemeinsam an zu essen.
- **Beispiel 2:** Während der Mahlzeiten bemühen wir uns, angenehme Gespräche zu führen. Unsere begleitenden pädagogischen Kräfte fördern dies. Negative Bemerkungen zu Geschmack oder Konsistenz der Speisen fangen die pädagogischen Fachkräfte auf. Wir achten bewusst auf eine angenehme Atmosphäre.

Pädagogische Begleitung der Mahlzeiten

- **Beispiel 1:** Alle Mahlzeiten werden von den pädagogischen Fachkräften begleitet. Das bedeutet, dass sie die Kinder beim Essen und Trinken unterstützen, beispielsweise beim Umgang mit Besteck. Sie bieten den Kindern Lebensmittel an, benennen diese und leben ihre Vorbildfunktion, indem sie mit den Kindern gemeinsam essen.

Kinder zum Probieren anregen

- **Beispiel 1:** Wir möchten den Kindern die Möglichkeit bieten, ihnen unbekannte Lebensmittel und Gerichte kennenzulernen und zu probieren. Wir bieten dazu kleine Teller an, von dem das Kind einen Probierhappen nehmen

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

kann. Stößt das auf Ablehnung, bleibt dies von den pädagogischen Kräften unkommentiert. Die Anregung zum Probieren neuer Lebensmittel und Gerichte erfolgt immer wieder.

- **Beispiel 2:** Die pädagogischen Fachkräfte regen die Kinder immer wieder zum Probieren von Lebensmitteln und Speisen an. Dabei ist die Fachkraft selbst ein Vorbild und isst entsprechend einen sogenannten „pädagogischen Happen“. Grundsätzlich tolerieren und berücksichtigen wir Abneigungen gegenüber Speisen.

Umgang mit schwierigen Ess-Situationen

- **Beispiel 1:** Essen wird grundsätzlich nicht als Trost, Belohnung oder Bestrafung eingesetzt. Damit möchten wir der Entwicklung von ungünstigen Ernährungsgewohnheiten vorbeugen. In schwierigen Situationen lassen wir den Kindern alternativ Nähe, Aufmerksamkeit und Zuspruch oder ein gemeinsames Spiel zukommen.
- **Beispiel 2:** Die Kinder müssen bei uns ihren Teller nicht leer essen. Auch kommt es vor, dass ein Kind an manchen Tagen keine oder nur sehr wenig der angebotenen Speisekomponenten essen möchte. Trotzdem bekommen alle Kinder den Nachtisch, da bei uns Nahrungsmittel nicht als Belohnung oder Strafe eingesetzt werden.