

Partizipation der Kinder

Mitwirkung der Kinder beim Essen

- **Beispiel:** Eine Beteiligung der Kinder in Form eines Kinderparlaments ist uns ein großes Anliegen. Hier lernen die Kinder demokratische Prozesse kennen, die ein wichtiger Grundstein in unserer Gesellschaft sind. Im Kinderparlament können die Kinder ihre Ideen und Wünsche zur Kitaverpflegung und zu Aktionen zur Ernährungsbildung einbringen, z. B. zusammen einzukaufen oder zu backen.

Beteiligung bei der Vor- und Zubereitung von Mahlzeiten

- **Beispiel:** Die Kinder werden regelmäßig eingeladen und ermutigt, bei der Vor- und Zubereitung der Mahlzeiten mitzumachen und dabei auch mitzuentcheiden, was angeboten wird. Beispielsweise schneiden sie Obst und Gemüse für den Nachmittagssnack oder bereiten eine Quarkspeise als Nachtisch zu. Sie werden dabei ermuntert, viel Gemüse, Obst oder Vollkornprodukte zu verwenden, damit die Verpflegung insgesamt ausgewogen bleibt.

Wunschessen

- **Beispiel 1:** Um die Kinder bei der Wahl des Mittagessens zu beteiligen, entscheidet einmal im Monat eine Gruppe im Wechsel über ein Wunschessen für die Kita.
- **Beispiel 2:** Die Kinder stimmen mit einem Smiley in fest gelegten Zeiträumen über das Mittagessen ab. Dabei können sie drei verschiedene Smileys für eine Woche vergeben.

Förderung der Selbstständigkeit beim Essen und Trinken

- **Beispiel:** Jedes Kind kann bei den Mahlzeiten selbst entscheiden, was und wie viel es vom Speiseangebot isst. Es kann entsprechend seinem Entwicklungsstand sein Essen selbst auffüllen und sein Getränk eingießen.

Beteiligung beim Gestalten von Tischkultur und -regeln

- **Beispiel:** Die Tischregeln erarbeiten wir gemeinsam mit den Kindern in den Gruppen. Dazu sammeln wir mit den Kindern zunächst, welche Regeln sie in diesem Zusammenhang schon kennen und welche sie gut oder nicht so gut finden. Als nächstes denken wir darüber nach, warum es eigentlich solche Regeln gibt und spielen ggf. an Beispielen durch, was passiert, wenn es keine Regeln gäbe oder sich jemand nicht daran hält. Abschließend stellen wir in der Gruppe verbindliche Regeln für die Mahlzeit auf.

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages