



Bildungssituation Essen

Gleitende Mahlzeiten in unserem Kinderrestaurant „Sternenküche“

Wie alles begann ...

Durch die Teilnahme an der Pädagogischen Qualitätsbegleitung haben wir die Themen Partizipation und Kinderrechte in den Fokus genommen. Mit unserem Neubau nutzten wir die Chance, ein Kinderrestaurant als zentralen Mittelpunkt in die neue Kita zu integrieren. Im gesamten Team wurde rege diskutiert, wie viele und welche Entscheidungen wir Kindern beim Essen zugestehen. Für die Erprobung haben wir viele Ideen gesammelt und mutig umgesetzt.

Ziele unserer Sternenküche sind:

- Essen als Genuss mit allen Sinnen wahrnehmen
- Hunger und Appetit unterscheiden
- Kultur- und Tischmanieren aneignen
- verschiedene Lebensmittel kennenlernen
- Autonomie erleben
- eigene Entscheidungen beim Essen zutrauen
- viele verschiedene Kompetenzen erwerben

Aktive kompetente Kinder

Da den Kindern das gleitende Frühstück schon gut bekannt war, haben wir gemeinsam beschlossen, alle weiteren Mahlzeiten ebenfalls gleitend in der Sternenküche stattfinden zu lassen. Dies führte anfangs zu regen Diskussionen und Ängsten bei einigen Teammitgliedern. Stück für Stück haben wir zusammen mit den Kindern unser Vorhaben umgesetzt. Die

anfänglichen Befürchtungen des Personals haben die Kinder durch ihre Kompetenz und Selbstverantwortung sehr schnell aufgelöst.

Die Mahlzeiten laufen reibungslos, entspannter und ruhiger ab.





Alle Kinder unserer Einrichtung entscheiden selbst, wann, mit wem und wie lange sie in der Sternenküche essen möchten. Eigenständig gehen sie nach dem Händewaschen in das Kinderrestaurant, decken sich ihren Tisch und wählen vom täglichen Angebot aus, was und wie viel sie essen möchten. Selbstständig schmieren sie ihre Brote, portionieren sich das Essen auf den Teller, gießen sich Getränke ein oder helfen sich gegenseitig. Jedes Kind hat die Möglichkeit, sich seinen Platz beziehungsweise Teller appetitlich und ästhetisch zu gestalten. Wir Pädagoginnen erkennen mit Freude, wie viel Spaß die Kinder an ihrer Aktivität haben. Auch die „Kleinsten“ sind eifrig dabei und stolz auf ihr Tun. Wenn das Kind meint, satt zu sein, räumt es sein Gedeck ab, auch wenn der Teller nicht leer gegessen wurde.

Jede und jeder hört auf das eigene Sättigungsgefühl. Zum Abschluss jeder Mahlzeit lädt jedes Kind mit einer Einladungskarte persönlich ein weiteres Kind in die Sternenküche ein. In der Regel setzt sich die pädagogische Kraft zu den Kindern und schafft eine kommunikative, sprachanregende und angenehme Atmosphäre. Bei Kinderkonferenzen bestimmen und entscheiden die Kinder über die Auswahl der angebotenen Lebensmittel. Danach wird die wöchentliche Einkaufsliste gestaltet. Das pädagogische Personal kauft alle Lebensmittel für das Frühstück und die Brotzeit am Nachmittag ein. Ab und an werden kleinere Einkäufe bei Spaziergängen gemeinsam mit den Kindern erledigt. Das Mittagessen liefert ein Caterer.

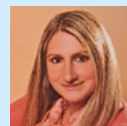
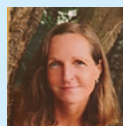
Erweiterung seit Frühjahr 2023

Mahlzeiten begreifbar für Kinder gestalten

Mit tatkräftiger Unterstützung der Kinder entsteht eine Gärtnercke mit Hochbeeten in unserem Garten. Die Kinder erleben, wie viel Arbeit hinter jeder Frucht steckt. Geerntet haben wir mit großer Freude schon Erdbeeren, Radieschen und verschiedene Kräuter. Des Weiteren freuen sich alle Kinder schon auf Himbeeren, Blaubeeren, Johannisbeeren und Brombeeren. Im Herbst ernten wir hoffentlich einen riesengroßen Kürbis. All dies erweitert unsere Auswahl am Buffet.

Zukunftsvision und was wir uns noch wünschen

In naher Zukunft werden wir die Lebensmittel auf einem Buffet nach den Farben der Ampel anrichten. Hierdurch möchten wir den Kindern besser veranschaulichen, von welchen Nahrungsmitteln man mehr oder weniger verzehren sollte, wie auch in der Ernährungspyramide beschrieben.



Leitungsteam Nicole Bätz und Elke Schwarz

Evangelische Kindertageseinrichtung Sternenhimmel Kronach