

# Inhalt

<b>Einleitung</b>	<b>9</b>
<b>Teil 1: Die Lebenswelt Kita</b>	<b>12</b>
1.1 Die Kita als kleine Organisation für die Kleinen	13
1.2 Welche Kita braucht das Kind?	15
1.3 Die Rolle der Eltern	17
1.4 Der Beruf mit den besonderen Belastungen: ErzieherIn	19
1.5 Die Kita als Korrektiv sozialer Benachteiligung	25
<b>Teil 2: Erfahrungen in der Gesunden Kita</b>	<b>29</b>
2.1 Die Struktur der Gesundheitsförderung im Kita-Alltag	30
2.1.1 Projektvorbereitung	34
2.1.2 Partizipative Analyse	35
2.1.3 Intervention	36
2.1.4 Evaluation	39
2.2 Die Themen der Gesunden Kita	42
	5

2.2.1	Übergewicht	43
2.2.2	Bewegungsförderung	46
2.2.3	Körperwahrnehmung	48
2.2.4	Lern- und Konzentrationsfähigkeit	53
2.2.5	Entspannung und Stressbewältigung	56
2.2.6	Lärm	60
2.3	Die finanzielle Unterstützung durch die Gesetzliche Krankenversicherung	63
<b>Teil 3: Die Kita-Träger</b>		<b>67</b>
3.1	Die Idee: Organisationsentwicklung	68
3.2	Die Methode: gesundheitsorientiertes Qualitätsmanagement	70
3.3	Das Instrument: Steuerkreis Gesundheit	73
3.4	Die Ansatzpunkte des Kita-Trägers	76
3.4.1	Kommunikation und Partizipation	76
3.4.2	Die psychischen Belastungen	78
3.4.3	Zeit- und Pausenmanagement	81
3.4.4	Die Ergonomie der Arbeitsplätze	84
3.5	Gesunde Kita als Element einer gesunden Kommune	85

<b>Teil 4: Projektbeispiele zur Gesunden Kita</b>	<b>88</b>
4.1 Das ZAGG-Modell	90
4.2 Kitas fit für die Zukunft (HAG e.V.)	95
4.2.1 Der Projektverlauf	97
4.2.2 Die konkrete Durchführung des Modell-Projektes	99
4.2.3 Projektevaluation	101
4.2.4 Fazit	102
4.3 Anerkannte gesundheitsfördernde Kindertagesstätte (JAMBUS GmbH)	103
4.3.1 Der Projektverlauf	104
4.3.2 Zertifizierung der Einrichtungen	108
4.3.3 Fazit	110
4.4 AWO Gesundheitsinitiative ICH LEBE GESUND	110
4.4.1 Beschreibung des Gesundheitsbereiches Sprachförderung	113
4.4.2 Fazit	115
4.5 Audit Gesunde Kita (Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V.)	116
4.5.1 Ablauf der Auditierung	116
4.5.2 Fazit	119

4.6	Starke Wurzeln (TU Dresden)	120
4.6.1	Durchführung	121
4.6.2	Fazit	125
4.7	Förderkonzept "Gesunde Kita" (TK)	126
4.8	Entwicklungsschwerpunkt Ernährung – FIT KID Die Gesund-Essen-Aktion für Kitas (DGE)	128
4.9	Ansprechpartner	131
Teil 5: Plädoyer		133
Literatur		136
Die AutorInnen		149