

Vorschläge für den Unterricht

● Zeit – Zuwendung – Zärtlichkeit

Inhalt/Ziel

Was sind wichtigen Faktoren für körperliches und seelisches Wohlbefinden und damit für eine gesunde kindliche Entwicklung? Die TN erkennen und benennen solche Faktoren und kennen insbesondere die Bedeutung von Zeit–Zuwendung–Zärtlichkeit (3 Z) für eine gesunde Entwicklung ihres Kindes.

Hintergrundwissen für KL

- ↓ Wissen: Zeit–Zuwendung–Zärtlichkeit
- ↓ Wissen: Bildung
- ↓ Wissen: Meilensteine der Entwicklung
- ↓ Wissen: Kinderbetreuung, familienergänzende Betreuung
- ↓ Wissen: Krankheit, Gesundheit (mit vielen Links)
- ↓ Wissen: Säuglinge
- ↓ Wissen: Zeit (insbesondere der Abschnitt «Zeit füreinander haben – Zeit miteinander verbringen»)

Wortschatz

Begriffe rund um das Thema Wohlbefinden (körperlich, psychisch), Zuwendung, Zärtlichkeit. Beschreibung von Tätigkeiten/Handlungen, die dem Kind Geborgenheit und Sicherheit vermitteln: sprechen, spielen; Geschichte erzählen, singen, das Kind in den Arm nehmen, trösten, ermutigen...

Unterrichtsmaterialien

- ↓ Arbeitsblatt 1: Körperliches und psychisches Wohlbefinden (Einzelarbeit)
- ↓ Arbeitsblatt 2: Alltagssituationen (Gruppen- oder Partnerarbeit)
- ↓ Arbeitsblatt 3: Tricks gegen die Angst (Bildergeschichte)
- ↓ Arbeitsblatt 4: Malaika lernt laufen (Bildergeschichte)
- ↓ Arbeitsblatt 5: Slatko wird Koch (Lesetext)
- ↓ Illustration 1: Tricks gegen die Angst (Einstiegsbild)

Material

- 2 Flipchartblätter
- Stifte

Möglicher Ablauf Teil 1:

● Wichtige Faktoren für körperliches und seelisches Wohlbefinden

Sie benötigen folgende Unterrichtsmaterialien:

- ↓ Arbeitsblatt 1: Körperliches und psychisches Wohlbefinden (Einzelarbeit)
- ↓ Illustration 1: Tricks gegen die Angst (Einstiegsbild)

Warum weint das Kind? Was braucht es jetzt?

Einstieg im Plenum mit Illustration 1: Es ist Nacht, ein Kind sitzt im Bett, weint und zittert.

Spontane Reaktionen der TN abwarten, ansonsten nachfragen:

- Was passiert hier?
- Was tun Sie in diesem Moment?
- Warum weint das Kind?
- Was braucht das Kind jetzt?

Was brauchen Kinder, damit sie sich gut entwickeln können?

Ein Kind möchte von sich aus jeden Tag Neues ausprobieren und entdecken. Wenn es sich wohlfühlt, kann es besser lernen und sich entwickeln:

- Was braucht ein Kind, damit es ihm gut geht?

Fortsetzung nächste Seite »

Die KL sammelt die Beiträge der TN auf 2 Flipchartblättern und erklärt die Begriffe.

«körperliches Wohlbefinden»

Ernährung, Pflege, Schutz

«psychisches Wohlbefinden»

Zeit – Zuwendung – Zärtlichkeit (3 Z)

Die TN visualisieren auf dem Arbeitsblatt die Bereiche des psychischen und körperlichen Wohlbefindens und notieren in den Blütenblättern Tätigkeiten wie spielen, sprechen, singen, vorlesen, basteln, gemeinsam etwas unternehmen, Kind baden, Gutenachtkuss etc.

Die TN stellen einander ihre Lösung vor und ergänzen sie.

Möglicher Ablauf Teil 2:

● **Schwierige Situationen im Alltag. Wie reagiere ich? Was hat mein Kind? Was braucht mein Kind?**

Sie benötigen folgende Unterrichtsmaterialien:

↓ Arbeitsblatt 2: Alltagssituationen (Gruppen- oder Partnerarbeit)

Partnerarbeit

Die TN wählen auf dem Arbeitsblatt 2–3 Situationen aus und überlegen sich, wie sie hier reagieren würden. Danach stellen sie ihre Vorschläge im Plenum vor. Entsprechen diese den erarbeiteten Kenntnissen zu den Grundpfeilern Zeit, Zuwendung, Zärtlichkeit? In welchen Situationen ist es speziell schwierig angemessen zu reagieren (z.B. bei Zeitnot, Stress, Sorgen, usw.)? Austausch im Plenum.

Das Thema «krankes Kind» lässt sich aus einigen Illustrationen ableiten und könnte im Anschluss thematisiert werden. conTAKT-kind hat dazu keine Lernmaterialien bereitgestellt.

Etwas mitnehmen und zu Hause ausprobieren

Die TN tauschen sich kurz mit einer Partnerin oder einem Partner aus und überlegen:

- Was sind für mich schwierige, immer wiederkehrende Situationen?
- Was will ich in der kommenden Woche hinsichtlich «Zeit – Zuwendung – Zärtlichkeit» besonders beachten?

Zum Weiterarbeiten:**● Tricks gegen die Angst**

Sie benötigen folgende Unterrichtsmaterialien:

↓ Arbeitsblatt 3: Tricks gegen die Angst (Bildergeschichte)

Goran sieht in der Nacht schreckliche Monster und flüchtet sich schreiend zu seinen Eltern. Die Mutter nimmt seine Ängste ernst und kennt eine Möglichkeit, wie Goran diese Monster erfolgreich besiegen kann.

● Malaika lernt laufen

Sie benötigen folgende Unterrichtsmaterialien:

↓ Arbeitsblatt 4: Malaika lernt laufen (Bildergeschichte)

An der Hand von Vater und Mutter kann Malaika bereits gehen, jetzt versucht sie es zielstrebig alleine. Die Mutter unterstützt ihre kleine Tochter von ferne, indem sie Malaika beobachtet und schliesslich in ihren Armen erwartet und auffängt.

● Slatko wird Koch

Sie benötigen folgende Unterrichtsmaterialien:

↓ Arbeitsblatt 5: Slatko wird Koch (Lesetext)

Slatko hilft der Mutter in der Küche beim Zubereiten einer Omelette, welche sehr gut gelingt. Slatko ist stolz und möchte später Koch werden. Aber vielleicht möchte er bald Bauer werden, wenn er auf dem Bauernhof gesehen hat, wie Gemüse angepflanzt und Käse produziert wird? Eine Geschichte von kindlicher Neugier, elterlicher Zuwendung und gemeinsam verbrachter und gestalteter Zeit.

Illustration 1: Tricks gegen die Angst (Einstiegsbild)

● Einstiegsbild: Tricks gegen die Angst



Grosses Bild auf nächster Seite »



Wissen: Zeit – Zuwendung – Zärtlichkeit

● Zeit – Zuwendung – Zärtlichkeit

Für eine optimale Entwicklung des Kindes muss sowohl das **körperliche als auch das psychische Wohlbefinden** gewährleistet sein.

Die **körperlichen Bedürfnisse** sind das Stillen von Hunger und Durst wie auch der Schutz vor Gefahren oder vor Kälte/Wärme, ebenso wie das Reagieren auf Unwohlsein und Krankheiten. Es beinhaltet also **Ernährung, Schutz und Pflege** (richtige/gesunde Ernährung, angemessene Kleidung, Einschätzung von Unfallgefahren, Handlungsrepertoire bei Unwohlsein und Krankheiten).

Nebst der Befriedigung der körperlichen Bedürfnisse ist das Kind für sein Wohlergehen zusätzlich auf eine Bezugsperson angewiesen. Die Bezugsperson erfüllt, indem sie eine Beziehung zum Kind aufbaut, mit dem Kind kommuniziert und interagiert die **psychischen Bedürfnisse** des Kindes. Diese Art von Wohlbefinden wird als das **psychische Wohlbefinden** definiert. **Das Kind braucht ein Gefühl von Geborgenheit, die körperliche Nähe und die liebevolle Zuwendung einer ihm vertrauten Person. Das Kind will angenommen sein, als einzigartig anerkannt werden und es benötigt Lob und Wertschätzung.**

Man spricht auch von den drei Z:

Zeit – Zuwendung – Zärtlichkeit

Die Bezugsperson soll sich **Zeit** nehmen für das Kind, **seine Bedürfnisse verstehen**, mit ihm **spielen**, ihm Geschichten erzählen. **Spielen heisst für ein Kleinkind lernen**, also entdecken, ausprobieren, Zusammenhänge erkennen, Lösungen finden etc.

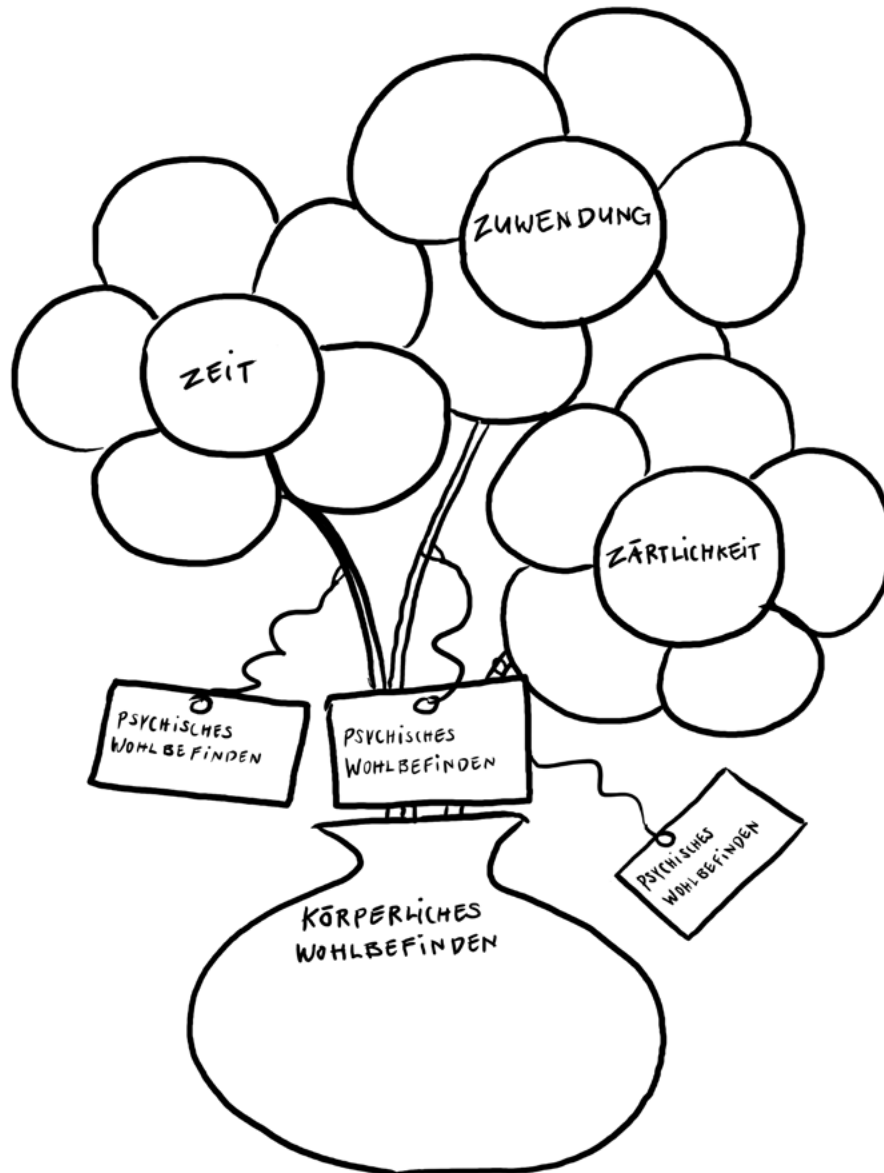
Dazu gehört auch, einem Kind **etwas zuzutrauen**, ihm einen **Freiraum** zu geben, damit es selbst **etwas ausprobieren kann**. In einem Bild ausgedrückt: Ein Kind steigt auf einem Klettergerüst nur so weit, wie es sich getraut. Die Bezugsperson steht daneben im Falle eines Sturzes, hilft aber nicht, höher zu klettern. Das muss das Kind selber schaffen. Einige Zeit später schafft das Kind den nächsten Tritt und kann stolz auf seine Leistung sein. Vor allen Dingen aber soll die Bezugsperson das Kind ernst nehmen, es nicht übergehen oder übersehen. Auch bei den alltäglichen und wiederkehrenden Aktivitäten wie Körperpflege, an- und auskleiden oder essen, kann man sich Zeit nehmen und dem Kind **Zuwendung** entgegen bringen: mit dem Kind sprechen (auch wenn es noch ein Baby ist), auf seine Gefühle eingehen, emotional zur Verfügung stehen, es loben oder trösten. Durch Freude und körperliche und sinnliche Nähe in Form von Zärtlichkeit sollen die Bezugspersonen immer wieder zum Ausdruck bringen, dass das Kind willkommen ist. **Diese liebevolle Zuwendung und emotionale Fürsorge der Bezugspersonen geben dem Kind das Gefühl von Geborgenheit und Sicherheit**, was für das psychische Wohlbefinden unerlässlich ist.

Das Bedürfnis nach Zärtlichkeit und Körperkontakt variiert je nach Situation, nach Person und verändert sich mit zunehmendem Alter.

Reaktionen der Zurückweisung seitens des Kindes sollen respektiert werden. Ein Kind soll nicht erstickt werden. Schliesslich soll das Kind nicht die Bedürfnisse der Bezugspersonen befriedigen, sondern umgekehrt die Bezugspersonen die Bedürfnisse des Kindes.

Arbeitsblatt 1: Körperliches und psychisches Wohlbefinden (Einzelarbeit)

● Körperliches und psychisches Wohlbefinden

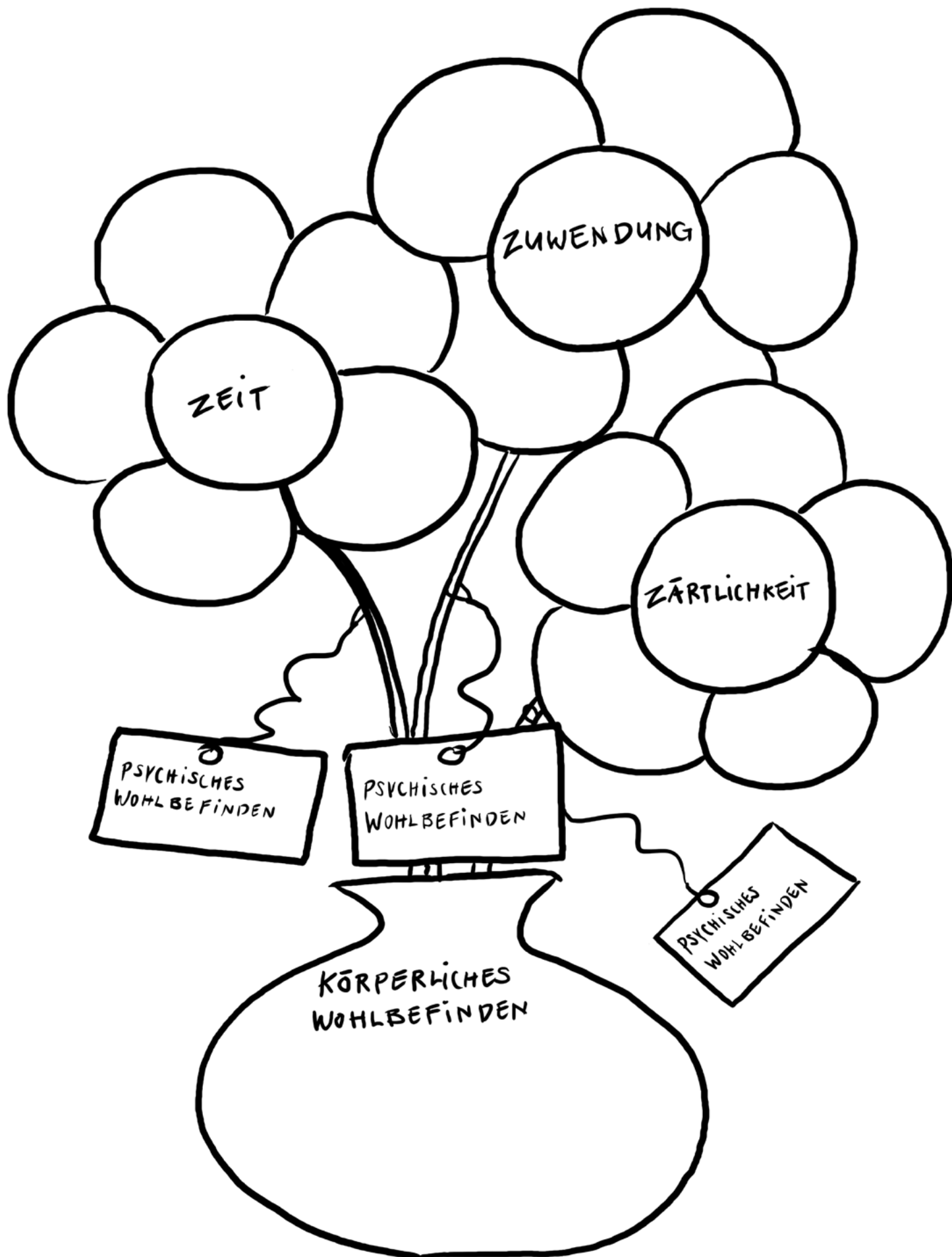


Was brauchen Kinder, damit sie sich wohl fühlen?

Bitte schreiben Sie auf die Vase, was für das **körperliche Wohlbefinden** wichtig ist.

Schreiben Sie in die Blütenblätter, was für das **psychische Wohlbefinden** wichtig ist.

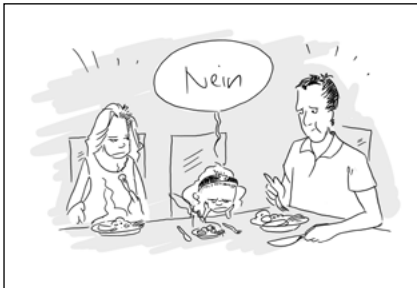
Grosses Bild auf nächster Seite »

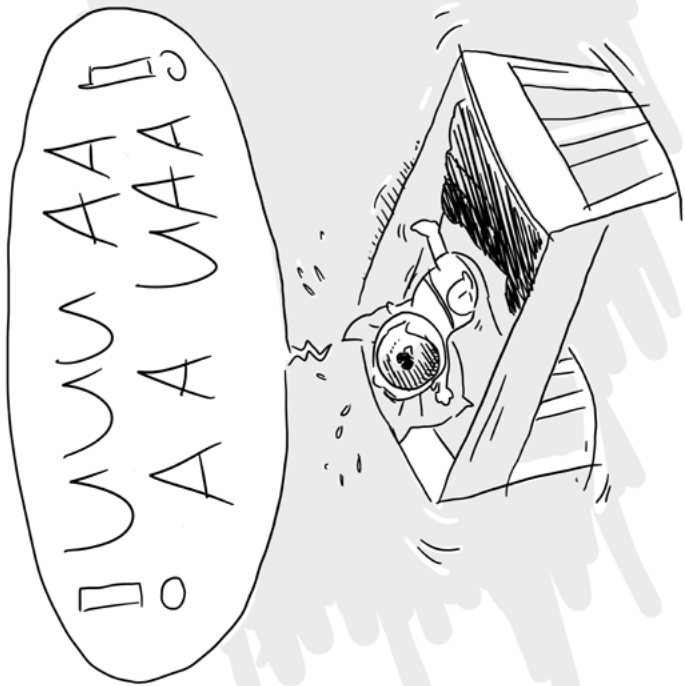


Arbeitsblatt 2: Alltagssituationen (Gruppen- oder Partnerarbeit)

● Alltagssituationen

Suchen Sie zwei Bilder aus und sprechen Sie mit einer Kollegin/mit einem Kollegen.
Wie würden Sie reagieren?





● Tricks gegen die Angst

Goran liegt im Bett.
Er weint und zittert.
In sein Bett kommen Gespenster.
Goran schreit.
Er rennt zu den Eltern.

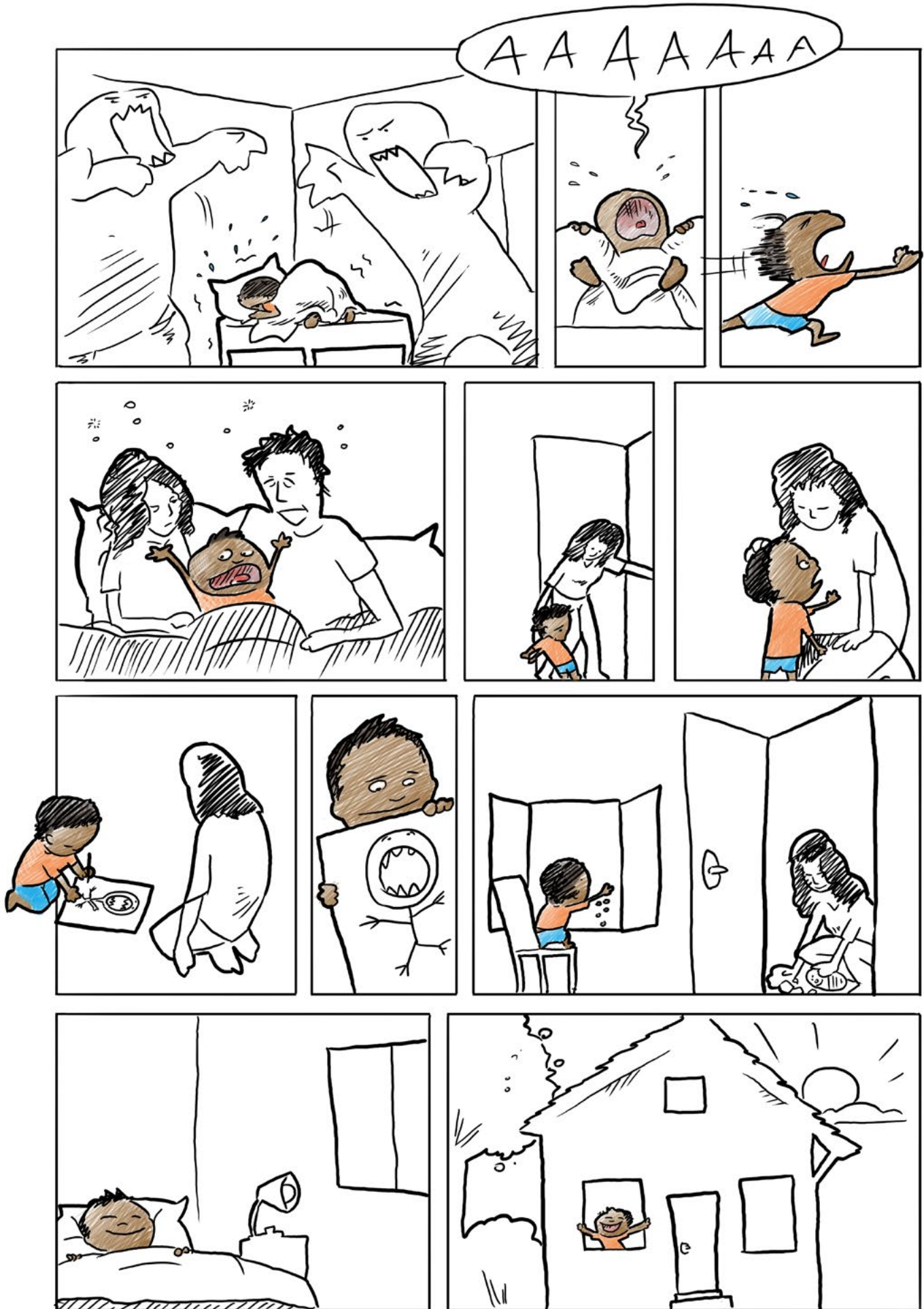
Goran braucht Schlaf.
Er muss früh aufstehen.
Am Morgen geht er in den Kindergarten.

Mutter fragt Goran:
Wie sehen die Gespenster aus?
Goran zeichnet seine Gespenster. Sie haben grosse Zähne.
Sie wollen Goran fressen.

Gorans Gespenster haben Hunger.
Essen sie Körner oder hartes Brot?
Goran streut Körner vor sein Fenster.
Vor die Türe legt die Mutter trockenes Brot.

Goran bekommt ein Nachtlicht.
Gespenster mögen kein Licht.
Ein Kuscheltier bewacht ihn.
Nun kann Goran gut schlafen.

Am Morgen liegt das Brot noch vor der Türe.
Die Körner vor dem Fenster sind weg.
Goran ist stolz.
Er hat die Gespenster besiegt.
Mama kauft neues Vogelfutter.



Arbeitsblatt 4: Malaika lernt laufen (Bildergeschichte)

● Malaika lernt laufen

Eine Hand von Malaika hält der Vater.
Die andere Hand hält die Mutter.
So kann Malaika gehen.
Das gefällt ihr.

Jetzt ist Malaika allein im Zimmer.
Sie will wieder gehen.
Sie krabbelt zum Stuhl.
Am Stuhlbein zieht sie sich hoch.

Malaika steht.
Sie schaut um sich.
Sie lässt den Stuhl los.
Malaika fällt um.

Wieder zieht sich Malaika hoch.
Wenn sie loslässt, fällt sie um.
Immer wieder zieht sich Malaika hoch.
Immer wieder sitzt sie auf ihren Windeln.

Kriechen will Malaika nicht mehr.
Sie will zur Mutter in die Küche.
Sie schiebt den Stuhl vor sich her.
Die Mutter hört Malaika kommen.

Die Mutter bückt sich.
Malaika lässt den Stuhl los.
Sie geht zur Mutter.
Nach drei Schritten schwankt sie.

Die Mutter fängt Malaika auf.
Sie drückt Malaika an sich.
Das sind die ersten Schritte von Malaika.
Sie ist stolz.

Bildergeschichte auf der nächsten Seite »



Arbeitsblatt 5: Slatko wird Koch (Lesetext)

● Slatko wird Koch

Slatko war letzten Sonntag am Flugplatz.

Da hat er viele Flugzeuge gesehen.

Slatko will Pilot werden.

Zuerst aber muss er gross und stark sein.

Slatko geht in die Küche.

Er hat grossen Hunger.

Die Mutter sagt: «Komm, hilf mir!

Heute gibt es Omelette.»

Sie fragt: «Was kommt noch in die Omelette?»

Slatko mag Wurst und Tomaten.

Die Mutter sagt: «Die Wurst haben wir gestern fertig gegessen.

Wir nehmen Käse.»

Slatko will Tomaten schneiden.

Die Mutter legt ein Brett auf den Tisch.

Sie legt ein Messer dazu.

Slatko klettert auf den Stuhl.

Slatko will wissen: «Woher kommen die Tomaten?»

Die Mutter erklärt:

«Tomaten wachsen in einem Garten oder in einem Glashaus.

Der Bauer pflückt sie, wenn sie rot sind.»

Slatko fragt: «Woher kommt der Käse?»

«Von der Kuh», antwortet die Mutter,

«sie gibt Milch.

Aus der Milch macht der Bauer Käse.»

Slatko fragt weiter: «Und die Eier für die Omelette?»

«Von den Hühnern. Sie legen Eier.

Lastwagen holen die Sachen vom Bauernhof.

Dann können wir sie im Laden kaufen.»

Fortsetzung nächste Seite »

Slatko will die Kühe und die Hühner sehen.

Die Mutter verspricht:

«Am nächsten Sonntag fahren wir aufs Land.

Der Bauer zeigt uns die Tiere.»

Slatko ist stolz.

Er hat den Käse und die Tomaten gut geschnitten.

Die Omelette schmeckt sehr gut.

Er will nun Koch werden.

Die Mutter denkt: «Warten wir bis nächsten Sonntag,
dann will Slatko sicher Bauer werden.»