

„Piep, piep, piep“

.... oder: Die Gestaltung der Mahlzeiten in der Kindertagespflege

Den gemeinsamen Mahlzeiten kommt im Alltag (nicht nur) mit kleinen Kindern eine besondere Bedeutung zu. Gemeinsam eingenommene Mahlzeiten symbolisieren immer eine Gemeinschaft, eine Zugehörigkeit, einen Zusammenhalt und eine Wertevermittlung. Sie dienen nicht nur der Nahrungsaufnahme, sondern ermöglichen auch ein In-Kontakt-Treten mit den anderen Kindern und der Tagesmutter bzw. dem Tagesvater.

Kleine Rituale können dabei im Alltag behilflich sein, eine entspannte Atmosphäre bei Tisch zu fördern. Ein – täglich gesungenes – Lied (oder ein gesprochener Reim) bereitet die Kinder darauf vor, dass nun ein „Szenenwechsel“ ansteht. Etwa: Die Spielzeit geht zu Ende, das Essen steht bevor. So „informiert“ fällt es den meisten Kindern nach einer gewissen Zeit leicht, die wiederkehrenden Abläufe der Mahlzeiten zu überblicken. Vielleicht wird der Tisch

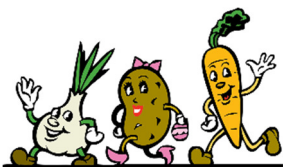
gemeinsam gedeckt? Vielleicht gehen vorab alle gemeinsam ins Badezimmer, um die Hände zu waschen? Vielleicht gibt es einen Spruch oder ein Fingerspiel, wenn endlich alle großen und kleinen Leute gemeinsam am Tisch sitzen und das Essen beginnen kann?



Morgens früh um sechs kommt die kleine Hex'.
Morgens früh um sieben schabt sie gelbe Rüben.
Morgens früh um acht wird Kaffee gemacht.
Morgens früh um neun geht sie in die Scheun'.
Morgens früh um zehn holt sie Holz und Spän'.
Feuert an um elf, kocht dann bis um zwölf.
Fröschebein und Krebs und Fisch,
hurtig Kinder, kommt zu Tisch!

Das Essen an sich wird mitgebracht oder frisch gekocht, aufgewärmt oder kalt verzehrt. Manchmal dürfen die Kinder bei der Zubereitung helfen und haben dadurch die Möglichkeit, einen Zuwachs an Selbstwirksamkeit zu erleben.

In dem Maße, in dem Kindern (ihrem Entwicklungsstand entsprechend) etwas zugetraut wird, was sie bewältigen können, **erfahren sie sich als wirksam** in dieser Welt. Dazu gehört auch, dass sie, sobald sie die **motorischen Fähigkeiten** erlangt haben, die Möglichkeit erhalten, beim Essen selbst zu sitzen, selbst die Nahrung zum Mund zu führen (sei es mit Hand oder Löffel), eigenständig zu trinken oder später das Essen selbst zu schöpfen. Das



unterstützt sie nicht nur in ihrem **Bestreben nach Selbstständigkeit**, sondern fördert auch das Explorieren und die **Freude am Erkunden, Kennenlernen und Genießen** der Nahrungsmittel. Sind die Schüsseln aus Glas, können auch Kinder, die noch nicht in die Töpfe schauen können, sehen, was es zu essen gibt.

So gestaltet bieten die Mahlzeiten für kleine Kinder eine breite Palette an Erfahrungs- und Erforschungsmöglichkeiten, die immer auch mit einem verbunden sein sollten: **Möglichst viel Genuss!**

