

Liebe Eltern,

unser erstes Projekt für dieses Kindergartenjahr haben wir in drei Schwerpunkte unterteilt:

Fußgesundheit: Wie bleiben Kinderfüße gesund?

Eingliederung der neuen Kindergartenkinder

Symbolisch „**Große Schritte für Kleine Füße**“ gedacht als Sensibilisierung für Leistungen der Kinder, denen wir Erwachsene nicht immer genug Beachtung schenken.

Jahreszeit Herbst mit den Füßen erleben.

Fußgesundheit:

Der Fuß ist in unserer Gesellschaft oft unbeachtet und ein „Anhängsel“ am Bein. Wer weiß schon, dass er Schwerarbeit leistet und uns im Laufe unseres Lebens rund 4,5-mal um die ganze Erde trägt, also rund 282743 km läuft.

Etwa 97% aller neugeborenen Kinder haben gesunde Füße. Leider verschlechtert sich bereits im ersten Lebensjahr die Fußgesundheit unserer Kinder. Der Fuß wird unbeweglicher und die Zehen liegen zu eng aneinander. Mit 5-6 Jahren sind die Kinder oft schon nicht mehr in der Lage ihre Zehen zu spreizen. Sie können ihre Zehen nicht „spielerisch“ bewegen.

Barfuß laufen fördert die Fußgesundheit. Kinderfüße sind zunächst flach und bilden erst beim Heranwachsen durch das Training des Barfuß- Laufens die muskelstarke Fußwölbung aus. Das Laufen fällt den Kindern auch auf unebenen und naturbelassenen Böden nicht schwer. Zusätzlich hilft Fußgymnastik dabei die Muskulatur zu stärken und die Beweglichkeit zu fördern.

Analysen auf Laufbändern haben gezeigt, dass beim Barfußlaufen eine deutliche Zusatzbewegung des Fußes zu erkennen ist. Das Gewicht verlagert sich auf den Vorderfuß. So werden die Stöße der Laufbewegung abgefedert. Die Zehen greifen in den Boden und drücken sich anschließend ab. Trägt man einen Schuh, ist dieser Bewegungsablauf nicht möglich, der Gang ist statischer, die Fußbewegung weniger dynamisch.

Wie sensibel der Fuß gerade auch an seiner härtesten Stelle, der Sohle wirklich ist, lehrt uns asiatische Heilkunst: Wer einmal die wohltuende Wirkung gekonnter Fußreflexzonenmassage am eigene Leib gespürt hat, wird sein „Treten“ nicht länger gering schätzen.

Im bewussten Umgang mit den Füßen erfährt das Kind:

- die Vielfalt seiner Bewegungsmöglichkeiten kennen
- dass sein eigener Körper ein Oben und Unten hat, ein Rechts und Links
- die kreative Ausdrucksmöglichkeit z.B. ungewohnte Technik wie das Malen mit den Füßen, das Umblättern dicker Seiten, das Greifen und Weitergeben von Gegenständen
- grobe und feine Bewegungsabläufe zu koordinieren - zu balancieren
-

Eingliederung der neuen Kindergartenkinder

Aber nicht nur der Fußgesundheit wollen wir Beachtung schenken. Es geht uns gerade zu Beginn des Kindergartenjahres, mit all den vielfältigen Veränderungen für JEDES Kind, um die Symbolik **„Große Schritte, für Kleine Füße“**

Wir möchten Sie, liebe Eltern, einmal sensibilisieren für die wirklich großen Entwicklungsschritte, die alle Kinder gerade zu Beginn eines Kindergartenjahres, leisten.

Welche Leistung: ein Kind, das bisher noch nie von seinen Eltern getrennt war, muss jetzt plötzlich die stundenweise Trennung aushalten. Es soll sich im Kindergarten an unbekannte und zunächst undurchschaubare Regeln anpassen. Es soll mit vielen Kindern zusammen sein und muss sogar noch Konflikte erleben; die unbekannte Umgebung, die Lautstärke und den Verlust der ungeteilten Aufmerksamkeit der Eltern. Auch die nicht immer sofortige Befriedigung seiner Wünsche, alle diese Eindrücke gilt es zu verarbeiten und zu verkraften. Auch wird sich; neue Kind nicht direkt an uns Erzieherinnen wenden um von uns Trost und Unterstützung zu bekommen, denn wir sind zunächst fremde Personen, die sich ANDERS verhalten als seine Eltern. Wichtig für Sie als neue Eltern ist, dass Sie Ihrem Kind mit viel Verständnis begegnen, denn gerade in der Anfangszeit (ca. drei Monate) brauchen ihre Kinder viel emotionale Wärme und Zeit.

Als neue Eltern müssen Sie damit rechnen, dass Ihr Kind nach dem Besuch des Kindergartens müde, quengelig, fordernd, aggressiv und unausgeglichen ist.

Kognitiv sind alle Kinder erheblich weiter als noch vor Jahren, aber **emotional** durchlaufen sie immer noch die gleichen Entwicklungsphasen und das vergessen wir oftmals oder setzen vieles als selbstverständlich voraus.

Der dritte Schwerpunkt ist die jahreszeitliche Erfahrung der Natur im Herbst.

Gepante Aktivitäten sind u.a.

- Tausendfüßler aus Blättern gestalten
- phantasievolle Blätterschuhe kleben
- der Fuß-Fühl-Pfad über Kastanien, Eicheln, Tannenzapfen oder Blätter...
- mit verbundenen Augen die Füße verschiedenen Herbst Früchte ertasten und erfühlen.

Nachdem wir uns mit den eigenen Füßen beschäftigt haben, schauen wir ins einmal im Tierreich um. Füße sind zum Laufen da, ganz klar. Aber im Tierreich gibt es jede Menge Beispiele dafür, dass Tiere ihre Füße auch noch für eine Reihe anderer Dinge gut gebrauchen können: Der Tiger schleicht sich auf samtweichen Pfoten ganz leise an seine Beute an. Der Gecko kann mit seinen gerippten Zehen an spiegelglatten Wänden hochlaufen. Der Maulwurf benutzt seine Füße zum Graben. Und sogar zum Schwimmen können Füße praktisch sein: Bei Enten, Meeresschildkröten und Seehunden sind die Füße zu Flossen geworden! Spektakuläres zeigt das Foto-Bilderbuch über Tiere von GEO-Fotograf Ingo Arndt.

Das Projekt bietet vielfältige kreative Möglichkeiten sich dem Thema Fuß zu nähern.

Wenn Sie genaueres erfahren möchten, so lesen Sie unsere aushängenden Wochenpläne an der Pinnwand im Eingangsbereich.

Gepante Aktionen zum Projekt:

Infonachmittag am Mittwoch, den 20.10.2017 um 15 Uhr

Mittwoch, den 27.09.2017 Vorschulkinder besuchen Herrn Mehren in seinem Schuhgeschäft im Dorf und erfahren auch etwas über die Reparaturen von Schuhen und dem Schusterberuf

Sonntag, den 01.10.2017 Familienwanderung mit anschließendem Grillen und der Möglichkeit auf dem Bar-Fußpfad mit 12 verschiedenen Stationen zu wandeln.