

# Partizipation der Kinder beim Kitaessen

Online-Vortrag

Kooperationsveranstaltung

Sarah-Wiener-Stiftung, Netzwerk

Gesunde Kita, Vernetzungsstelle

Kitaverpflegung Brandenburg

16. Juni 2025

Annalena Thimm



Vernetzungsstelle  
Kita- und Schulverpflegung Brandenburg

1

In Kooperation mit:

**In Form**

Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung  
und mehr Bewegung

Gefördert durch:

  
**LAND  
BRANDENBURG**  
Ministerium für Soziales,  
Gesundheit, Integration  
und Verbraucherschutz

  
**LAND  
BRANDENBURG**  
Ministerium für Bildung,  
Jugend und Sport

  
**Projektagentur**  
Gemeinnützige Gesellschaft zur Förderung  
von Bildung, Kultur und Umweltschutz (PA Berlin) mbH

# Partizipation

## - Fahrplan -



- 1. Stunde: Impulsvorträge der Projektpartner\*innen

- Partizipation im Bildungsplan



- Kinderstube der Demokratie



- Ernährungsbildung



- 2. Stunde: Praxisaustausch mit Praxisstimme

# Kennen Sie schon die Vernetzungsstelle Brandenburg?

Die Expert:innen für Kita- und Schulverpflegung sowie für Seniorenernährung in Brandenburg



# Kita- und Schulverpflegung in Brandenburg

## Wir INFORMIEREN - BERATEN – VERNETZEN

z.B. Träger, Caterer/Küchen, Schulen/Kitas, PädagogInnen, Eltern ...



### INFORMIEREN

- Web: [www.vernetzungsstelle-brandenburg.de](http://www.vernetzungsstelle-brandenburg.de)
- Newsletter, vierteljährlich
- Infobriefe
- Infostände, Vorträge
- Ideenkatalog



### BERATEN

- DGE-Qualitätsstandards Kita/Schule
- Arbeits- und Implementationshilfen
- Workshops & Fortbildungen
- Aktionstage Kita- und Schulverpflegung
- Speiseplanchecks



### VERNETZEN

- Austausch untereinander
- Weitergabe Angebote Netzwerkpartner
- Auf Landes- und Bundesebene



Vernetzungsstelle  
Kita- und Schulverpflegung Brandenburg

Team der Vernetzungsstelle c/o Projektagentur  
Gutenbergstr. 15, 14467 Potsdam

Tel.: 0331 – 620 34 32

Email: [info@vernetzungsstelle-brandenburg.de](mailto:info@vernetzungsstelle-brandenburg.de)

Web: [www.vernetzungsstelle-brandenburg.de](http://www.vernetzungsstelle-brandenburg.de)



# Bildungsplan – Partizipation

**Bildungsplan** – Erweiterte Grundsätze elementarer Bildung in Einrichtungen der Kindertagesbetreuung im Land Brandenburg



**Kinder- und Jugendhilfegesetz SGB VIII:**

**§ 8: Recht auf Selbstbestimmung**



**Fokussiert auf Beteiligung und Kinderrechte.**



**Gibt konkrete Orientierung in Alltagssituationen.**

<https://bildungsplan-brandenburg.de/>, MBJS, 2024



# Bildungsplan – Alltagssituation Essen



|                                                 |            |
|-------------------------------------------------|------------|
| <b>6 Pädagogische Alltagssituationen</b>        | <b>47</b>  |
| <b>6.1 Zentrale Autonomie-Situationen</b>       | <b>50</b>  |
| Spielen                                         | 51         |
| <b>Essen</b>                                    | 62         |
| Ausruhen und Schlafen                           | 74         |
| Bad und Hygiene                                 | 84         |
| <br>                                            |            |
| <b>7 Bildungsbereiche</b>                       | <b>209</b> |
| 7.1 Sprache und Kommunikation                   | 213        |
| 7.2 Mathematik                                  | 223        |
| 7.3 Körper und Gesundheit                       | 231        |
| 7.4 Bewegung und Sport                          | 237        |
| 7.5 Natur und Technik                           | 247        |
| 7.6 Ästhetik und Musik                          | 253        |
| 7.7 Kinderrechte, Menschenrechte und Demokratie | 265        |
| 7.8 Philosophie, Ethik und Religion             | 271        |
| 7.9 Nachhaltige Entwicklung                     | 277        |
| 7.10 Digitale Medien                            | 281        |

↓ **verknüpfen mit**

<https://bildungsplan-brandenburg.de/>, MBJS, 2024

# Partizipative Bildungsumgebung beim Essen

**Bildungsbereich Körper und Gesundheit:** gesunde vs. weniger gesunde Lebensmittel kennenlernen, gemeinsam gesunde Einkaufslisten schreiben und einkaufen gehen, gemeinsam gesunde Mahlzeiten vorbereiten

Ernährungsbildung

**Bildungsbereich Kinderrechte, Menschenrechte u. Demokratie:** gemeinsame Gestaltung des Speiseplans, die Kinder entscheiden lassen, was und wie viel sie sich auf tun, überlegt gemeinsam, wie Essen für alle reicht und nicht weggeschmissen wird

Demokratiebildung



**Wichtige Hinweis: Rolle der Betreuungsperson (S. 17)**

Lernen funktioniert nur durch eine gute Interaktions-/Beziehungsqualität

<https://bildungsplan-brandenburg.de/>, MBJS, 2024

# Partizipative Bildungsumgebung beim Essen

**Bildungsbereich Körper und Gesundheit:** gesunde vs. weniger gesunde Lebensmittel kennenlernen, gemeinsam gesunde Einkaufslisten schreiben und einkaufen gehen, gemeinsam gesunde Mahlzeiten vorbereiten

Ernährungsbildung

**Bildungsbereich Kinderrechte, Menschenrechte u. Demokratie:** gemeinsame Gestaltung des Speiseplans, die Kinder entscheiden lassen, was und wie viel sie sich auftun, überlegt gemeinsam, wie Essen für alle reicht und nicht weggeschmissen wird

Demokratiebildung

Habt ihr eine negative Erinnerung an die Essenssituation früher (zu Hause oder in der Kita?) Wenn ja, welche?  
**(Antwort gerne im Chat)**

**Wichtige Hinweis: Rolle der Betreuungsperson (S. 17)**

Lernen funktioniert nur durch eine gute Interaktions-/Beziehungsqualität

<https://bildungsplan-brandenburg.de/>, MBSJ, 2024



# Angebote der Vernetzungsstelle

## Rezeptsammlung Vesper Frühstück



Bunte Brotspieße



Frischkäsecreme (Sommer)



Gemüseaufstrich – Grundrezept



Haferflockenkuchen



Knusper-Müsli



Kürbis-Aufstrich

GEMEINSAM IST'S AM SCHÖNSTEN



Tipps, die Kinder zu beteiligen



MIT VIELFALT DURCHS JAHR

Tipps für saisonale Anpassungen

**Tipp: Unsere Ideensammlung**  
Download oder Printordner  
auf Wunsch mit Set an Rezepten



# Angebote der Vernetzungsstelle

## Qualitätsmanagement-Tool und Lernplattform

**unser  
kita  
essen**

Qualitätsportal Unser Kitaessen -  
für das gesamte Kita-Team:  
<https://www.unser-kitaessen.de/home>

**in form**  
Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung  
und mehr Bewegung

Essen in der Kita



Entdecken | Verstehen | Gestalten



Umgesetzt wird das Angebot durch die Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung Brandenburg, die Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung Rheinland-Pfalz und die Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung Nordrhein-Westfalen.

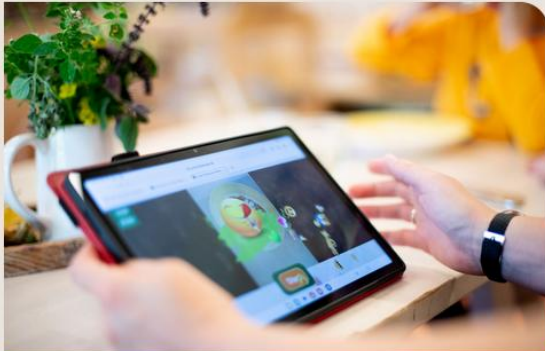
10

# Angebote der Vernetzungsstelle

## Qualitätsmanagement-Tool

**unser  
kita  
essen**

**Qualitätsmanagement-Tool** für  
das gesamte Kita-Team:  
[https://www.unser-  
kitaessen.de/qualitaet/tool-kennenlernen](https://www.unser-kitaessen.de/qualitaet/tool-kennenlernen)



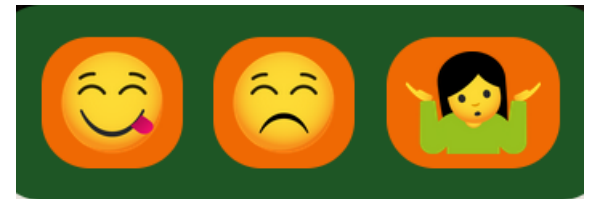
### Qualität

Das Qualitäts-Tool unterstützt  
dabei, Qualität erfolgreich zu  
messen und zu gestalten.

weiter

- 🏠 Überblick
- 🏛️ Unsere Kita
- ✅ Qualitäts-Check
- 🔄 Qualitätsprozess
- 📊 Zufriedenheitsumfragen
- 📊 Frag doch mal die Kids!**
- 📄 Dokumente

Funktionsbereich  
„Frag doch mal die Kids“





# Angebote der Vernetzungsstelle

## Lernplattform

**unser  
kita  
essen**

**Lernplattform Unser Kitaessen**  
- für das gesamte Kita-Team:

<https://www.unser-kitaessen.de/lernen/uebersicht>



### Lernen

Wie gutes Kitaessen gelingen kann, erfahren sie auf der interaktiven Lernplattform.

weiter



### Verpflegung gestalten

Erfahre mehr zum Thema einer gesundheitsfördernden Speiseplanung in der Kita

weiter



### Lernfeld Essen

Entdecke Essen als spannendes Gebiet mit verschiedenen Bildungsanlässen

weiter



### Teamarbeit in Punkto Essen

Erfahre mehr zur Kooperation im Team, mit Kindern und ihren Eltern

weiter



### Gestaltung der Ernährungsumgebung

Gestalte ein angenehmes Umfeld beim Essen

weiter

# Angebote der Vernetzungsstelle

## Lernplattform

**unser  
kita  
essen**

### Lernplattform Unser Kitaessen

- für das gesamte Kita-Team:

<https://www.unser-kitaessen.de/lernen/uebersicht>



### Gestaltung der Ernährungsumgebung

Gestalte ein angenehmes Umfeld beim Essen

weiter



### Lernfeld Essen

Entdecke Essen als spannendes Gebiet mit verschiedenen Bildungsanlässen

weiter

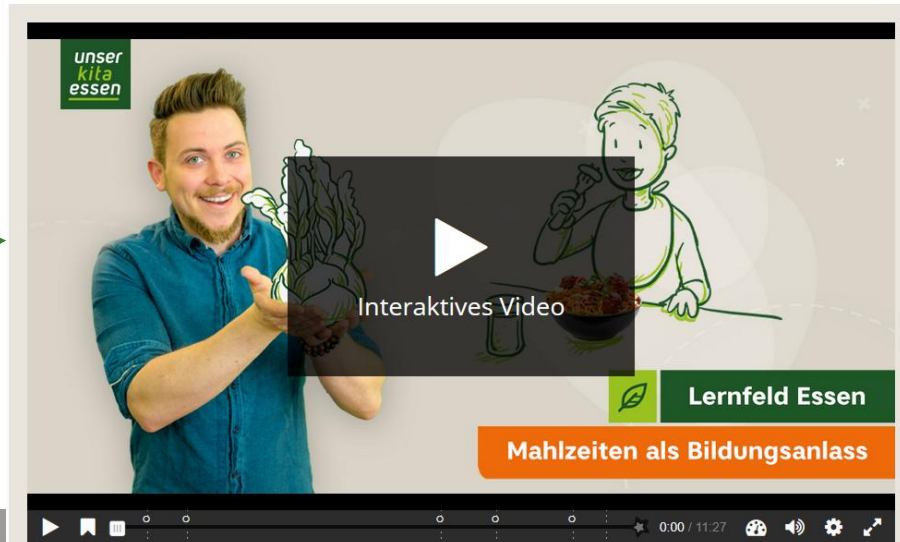
## Mahlzeiten professionell begleiten

Die Rolle der eigenen Essbiografie für die professionelle Haltung



## Mahlzeiten als Bildungsanlass

Bildungsanlässe rund um die Mahlzeiten in der Kita



# Übersicht Angebote Vernetzungsstelle



- **Zwischenverpflegung** gemeinsam ausgewogen und nachhaltig gestalten
  - <https://vernetzungsstelle-brandenburg.de/kitaverpflegung/zwischenverpflegung-kita/>
- **Rezeptsammlung** für mehr Vielfalt beim Frühstück und der Zwischenverpflegung
  - <https://vernetzungsstelle-brandenburg.de/kitaverpflegung/rezeptsammlung-vesper-kita/>
- **Ideensammlung** für die Gestaltung des Kitaessens und Umsetzung von Ernährungsbildung
  - [https://vernetzungsstelle-brandenburg.de/wp-content/uploads/VNS\\_Ideensammlung\\_Online\\_25MB.pdf](https://vernetzungsstelle-brandenburg.de/wp-content/uploads/VNS_Ideensammlung_Online_25MB.pdf)
- **Qualitätstool und Lernplattform Unser Kitaessen** für das gesamte Kita-Team zur Qualitätsentwicklung und Weiterbildung
  - <https://www.unser-kitaessen.de/home>





# Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

## Offene Fragen? - Dann kontaktieren Sie uns!

Annalena Thimm  
Nancy Berg (in Elternzeit)  
Projektverantwortliche Kitaverpflegung  
Vernetzungsstelle c/o Projektagentur  
Gutenbergstr. 15, 14467 Potsdam

Tel.: 0331 – 730 855 6  
Email: [thimm@vernetzungsstelle-brandenburg.de](mailto:thimm@vernetzungsstelle-brandenburg.de)  
Web: [www.vernetzungsstelle-brandenburg.de](http://www.vernetzungsstelle-brandenburg.de)



**Bekommt ihr schon unseren  
Newsletter und unsere Infopost?**

Nein? – Hier geht's zur  
Anmeldung





## Praktische Ernährungsbildung mit Ich kann kochen!

16.07.2025

Die Ernährungsinitiative von:

  
SARAH WIENER  
STIFTUNG

**BARMER**

23. Juli 2025

# Die Ernährungsinitiative von Sarah Wiener Stiftung und BARMER



Die Sarah Wiener Stiftung und die BARMER wollen Kinder frühestmöglich für ausgewogene Ernährung begeistern: durch eigene Erfahrungen beim Kochen mit frischen Lebensmitteln. Das persönliche Erleben vermittelt wirkungsvoll Wissen über Ernährung. Und der Effekt ist nachhaltig: Das Kochen fördert die Gesundheit der Kinder! Dafür riefen sie 2015 die gemeinsame Initiative Ich kann kochen! ins Leben.

**Ich kann kochen! fördert im Rahmen des Präventionsgesetzes § 20 a SGB V die Gesundheit von Kindern in den Lebenswelten Kita und Grundschule.**



# BARMER



Wenn ihr an eure Kindheit denkt:  
Gab es ein Rezept, das ihr selbst  
zubereitet habt oder eines, bei dem  
ihr immer mithelfen durftet?  
Welches Rezept war es?



# Wir holen Kochen und Essen wieder in den pädagogischen Alltag und nutzen Mahlzeiten als vielseitige Bildungsmomente.



- Wissen, Fertigkeiten und Einstellung zu ausgewogener Ernährung
- Kinder lernen essen
- Ernährungsbildung von Anfang an
- Mahlzeiten als praktische Bildungsmomente

**Durch das Kochen in Kita und Schule lernen Kinder, sich frisch und vielseitig zu ernähren, in der Küche selbstbewusst zu agieren und Essen mit Genuss zu verbinden.**



# Ideen für den Start in die Pädagogische Praxis



# Drei Säulen der praktischen Ernährungsbildung



## Lebensmittel

- **Lebensmittel erkunden**
- Herkunft und Merkmale der Lebensmittel
- Was wächst wann, wo und wie?



## Kochen

- **Als Prozess mit unterschiedlichen Bildungsmomenten**
- **Rezeptauswahl**
- Organisation: Vor- und Nachbereitung
- Hygiene & Allergien
- Handwerk und Technik



## Ess- und Tischkultur

- **Wie essen wir?**
- Tischpräsentation und -rituale
- Achtsamkeit: Gemeinsam essen und genießen
- Wertschätzung



# Praktische Ernährungsbildung mit dem Ziel: Wissen erlebbar machen – Durch Erfahrungen und Mitgestaltung fürs Leben lernen



**Lebensmittel**  
Kinder wählen aus und  
bringen Fragen ein,  
Lebensmittel des Monats  
*z. B. Woher kommt das?  
Können wir das selbst  
anbauen?*



**Kochen**  
Kinder verhandeln Regeln  
und übernehmen  
Verantwortung in der  
gemeinsamen Zubereitung  
*z. B. eigene Kochteams,  
gemeinsames Küchen-ABC*



**Ess- und Tischkultur**  
Kinder gestalten Rituale  
und Atmosphäre, Kinder  
wählen Gericht des  
Monats  
*z. B. So essen wir bei uns zu  
Hause, Feedback mit der  
Küche entwickeln*





# Ich kann kochen! – Unsere Unterstützungsangebote



# Ich kann kochen! bietet kostenfreie Unterstützungsangebote für Kitas und Schulen



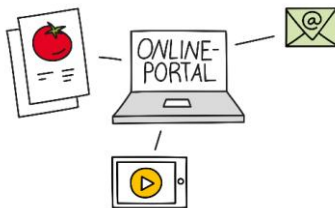
Einstiegs- und Aufbaufortbildung sowie eine Kitateamfortbildung vor Ort und online durch engagierte und kompetente Trainer:innen



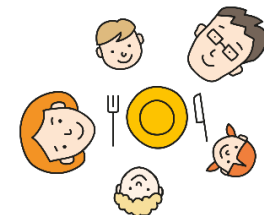
Lebensmittelförderung als finanzielle Starthilfe zur Umsetzung eigener pädagogischer Kochangebote



Bildungsmaterial und digitale Lernangebote



Gestärkte Fachkräfte begeistern Kinder und wirken positiv in die Familien durch Elternwebinare und digitale Elternabende



# Fortbildungen für pädagogische Fach- und Lehrkräfte und Hauswirtschaftskräfte



## Einstiegsfortbildung

- Grundlagen **praktischer Ernährungsbildung**
- Entwicklung des **Ernährungs- und Essverhaltens** von Kindern
- **Sinnesübungen** als Einstiegsmöglichkeit
- **Küchenpraxis**: Arbeitstechniken, Zeitplanung, Rezeptauswahl, Hygiene
- **Rolle und Haltung**



## Aufbaufortbildung

- **Erfahrungsaustausch** zu Umsetzung, Hürden und Gelingensfaktoren
- Wissenswertes rund um **Einkauf, Lagerung, Zubereitung**
- Küchenpraxis: **Basisrezepte** und ihre vielfältigen Möglichkeiten
- Hilfestellungen zu **Planung und Kommunikation** pädagogischer Kochangebote durch **Praxisplaner und Familienküche**

Zertifikat als **Genussbotschafter:in**

# Für das ganze Kita-Team: die Ich kann kochen!-Teamfortbildung



- **Alle Beteiligten sind einbezogen:** Pädagogische Fachkräfte, Leitungen, Köchinnen und Köche, Fachkräfte für Hauswirtschaft und Küche -alle, die an der Essbegleitung und Ernährungsbildung der Kinder beteiligt sind, nehmen zusammen an der Fortbildung teil.
- **Gemeinsame Wissensbasis:** Alle im Team haben das gleiche Grundverständnis von Ernährungsbildung und entwickeln gemeinsam Ideen zur Umsetzung
- **Individuelle Lösungen und konkrete Ideen:** Die Situation in der eigenen Einrichtung wird betrachtet und individuelle Lösungsansätze entwickelt.
- **Teamgefühl:** Der Team-Tag fördert die Motivation, die Mahlzeitsituationen weiterzuentwickeln und praktische Ernährungsbildung umzusetzen.





# Für Ich kann kochen!-Genussbotschafter:innen: Die neuen digitalen Elternabende



**Dauer Elternabend: 90 Minuten, digital  
via Zoom**

Inhalt: Ich kann kochen!-Trainer:in referiert zu Ernährungsbildung, Entwicklung des Ernährungs- und Essverhaltens und praktischen Tipps für die Familienküche Zuhause



**Anmeldung nach Teilnahme an einem Fortbildungsangebot. 100 digitale Elternabende bundesweit in 2025 geplant – aktuell noch Reservierung möglich!**

# Für Genussbotschafter:innen: Das Online-Portal mit Bildungsmaterialien



## Rezepte

**Knusperkartoffeln mit Ketchup**

**Zutaten | 12 Kinder**

- 2 kg große Kartoffeln (festkochend/vorwiegend festkochend)
- 4 EL Öl (Sonnenbl.)
- 3 TL Polenta (Maisgrieß)
- 1 TL Paprikapulver edelsüß
- Salz und Pfeffer
- 1 Apfel
- 1 Zwiebel (Größe wie Apfel)
- ca. 4 EL Wasser (Topfboden bedeckt)
- ca. 150 g Tomatenmark
- je zwei Prisen Salz, Zimt und Curry
- 1 TL Honig

**Küchenwerkzeug**

- 2 große Schüsseln
- Sparschäler (Y-Form)
- Küchenmesser
- Schneidebrett
- Rührlöffel
- 2 Backbleche mit Backpapier
- Küchenwaage
- kleiner Topf mit Deckel
- hohe Rührschüssel
- Pinsetstab

**Zutaten | 2 Kinder + 2 Erwachsene**

- 1 kg große Kartoffeln (festkochend/vorwiegend festkochend)
- 2 EL Öl (Sonnenbl.)
- 1 TL Polenta (Maisgrieß)
- 1 TL Paprikapulver edelsüß
- Salz und Pfeffer
- 1 kleiner Apfel
- 1 kleine Zwiebel (Größe wie Apfel)
- ca. 2 EL Wasser (Topfboden bedeckt)
- ca. 75 g Tomatenmark
- je eine Prise Salz, Zimt und Curry
- ½ TL Honig

**(Saisonale) Alternativen**

- Auch lecker: Sonnenbl., Curry, gemahlene Koriandersamen oder getrockneter Majoran statt Paprikapulver.
- Sommer: Pfirsich statt Apfel für den Ketchup.
- Herbst/Winter: Statt Kirschen, Wurzelgemüse wie Möhren, Pastinake oder Rote Bete.

Einmal Pommes mit Ketchup? Gernt hier als knusprige Variante aus frischen Kartoffeln mit Polenta und selbstgemachtem Ketchup. Das passt ideal zu den Gemüse-Bratlingen und zum Ayran dieses Moduls.

Modul 10  
6. Jahrgang

Die Ernährungsinitiative von: SARAH WIENER STIFTUNG BARMER

## Praxistipps

**Sinnesübung Apfel**

**Material für 12 Kinder**

- 5 Äpfel einer Sorte
- Schneidebrett
- Messer

Möglich ist auch ein Sortenvergleich - der benötigt jedoch Zeit. Lieber eine Apfelsorte in Ruhe erkunden als zwei Sorten in Hektik.

**Vorbereitung | ca. 10 Minuten**

Die Äpfel waschen, in Viertel oder Achtel schneiden und die Kerngehäuse entfernen. Äpfelstücke auf einem Brett anrichten. Einen Apfel ganz lassen. Außerdem einen Apfel quer und einen Längs aufschneiden (wie im Foto rechts oben) - als Material zum Sortenvergleich und zum genauen Anschauen.

**Vor dem Start: Händewaschen nicht vergessen!**

**Ablauf | ca. 20 Minuten**

**Das Gespräch zum Einstieg:** Wer ist gerne Apfel? Habt ihr schon mal einen Apfelbaum gesehen? Sehen alle Äpfel gleich aus?

- 1. Sehen:** Welche Form und Farbe hat der Apfel? Ist er groß oder klein? Wie sieht der Apfel von innen aus? Und wie die Kerne?
- 2. Tasten:** Jedes Kind erhält ein Stück Apfel: Wie fühlt sich der Apfel an? Ist die Schale glatt oder eher rau? Wie fühlt sich das Fruchtfleisch an? Was ist frischer: die Schale oder das Fruchtfleisch?
- 3. Hören:** Klopft einmal gegen den ganzen Apfel: Wie klingt das? Klingt es dumpf und hohl oder hell? Klopft als Vergleich einmal auf den Tisch - klingt das genauso?
- 4. Riechen:** Wie riecht der Apfel? Zum Beispiel süßlich, süß oder fruchtig? Kennt ihr den Geruch? Wenn ja: woher?
- 5. Schmecken:** Wie schmeckt der Apfel - ist er süß oder eher sauer? Schmeckt die Schale anders als das Fruchtfleisch?

**Das Gespräch zum Abschluss:** Was habt ihr herausgefunden? Was fandet ihr spannend? Was hat euch nicht so gefallen? Habt ihr Lust, so etwas noch einmal zu machen?

**Tip:** Mit einer Wackelkammer den aktuellen Schritt markieren.

Die Ernährungsinitiative von: SARAH WIENER STIFTUNG BARMER

Version 03/21 Stand 04/24

## Lernmodule

**Alle an einem Tisch!**

**Elternarbeit in der praktischen Ernährungsbildung**

Die Ernährungsinitiative von: SARAH WIENER STIFTUNG BARMER

**Das passende Rezept**

**Wie wähle ich Rezepte fürs Kochen mit Kindern aus?**

**mit Checkliste der Kriterien**

Die Ernährungsinitiative von: SARAH WIENER STIFTUNG BARMER

# Lebensmittelförderung von bis zu 500 € zur Unterstützung von Kitas und Grundschulen



Wir freuen uns, dass Sie Ich kann kochen! in Ihrer Kita umsetzen und dazu eine finanzielle Förderung beantragen möchten. Ich kann kochen! ist die größte bundesweite Initiative für praktische Ernährungsbildung von Kita- und Grundschulkindern. Die Initiative wird gemeinsam von der BARMER und der Sarah Wiener Stiftung umgesetzt. Dabei qualifizieren wir pädagogische Fach- und Lehrkräfte dafür, mit Kindern in ihren Kitas zu kochen.

Die Anschubförderung soll den Genussbotschafterinnen und -botschaftern – also den Teilnehmerinnen und Teilnehmern der Ich kann kochen!-Fortbildungen – helfen, Ich kann kochen! nachhaltig in ihren Kitas zu etablieren. Die finanzielle Förderung der Lebensmittel soll den Aufbau eines eigenen Angebots und die gesundheitsförderliche Anpassung der Rahmenbedingungen in den Kitas erleichtern.

Pro Kita können einmalig bis zu 500 € beantragt werden. Die Mittel sind ausschließlich für den Einkauf von Lebensmitteln bestimmt, die für die Umsetzung von gesundheitsförderlichen Koch- und Ernährungs-Projekten im Rahmen von Ich kann kochen!-Projekten geeignet sind. Beispiele finden Sie auf der folgenden Seite. Andere Sachmittel wie z. B. Küchenausstattungen sind nicht förderfähig.

#### Bitte beachten Sie:

Da die Lebensmittelförderung Bestandteil der Initiative Ich kann kochen! ist, kann die Förderung nur gewährt werden, wenn die Person, die das Projekt in der Kita durchführt, zuvor eine Ich kann kochen!-Fortbildung besucht hat. Die Teilnahme an der Schulung ist durch eine Kopie des Zertifikats zur Genussbotschafterin/zum Genussbotschafter zu belegen. Da die BARMER mit der Lebensmittelförderung eine nachhaltige Implementierung von Ich kann kochen! erreichen möchte, können nur Projekte gefördert werden, die durch Genussbotschafter/-innen umgesetzt werden, die in den Einrichtungen angestellt sind.

Reichen Sie den Förderantrag bitte bei der BARMER ein:

#### • Per Post:

BARMER Hauptverwaltung  
Stichwort: „Gesunde Kita – gute Kita“  
73520 Schwäbisch Gmünd

#### • Gerne auch per E-Mail an:

[gesundekita-gutekita@barmar.de](mailto:gesundekita-gutekita@barmar.de)  
(Hinweis: Bitte denken Sie dabei an eine gesicherte Datenübermittlung!)

Die **Anschubförderung** hilft Genussbotschafterinnen und -botschaftern nach der Fortbildung, Ich kann kochen! nachhaltig in ihren Kitas und Schulen zu etablieren. Die finanzielle Förderung der Lebensmittel soll den Aufbau eines eigenen Angebots erleichtern.

**Umsetzung:** Förderantrag Ich kann kochen! auf der Website der BARMER oder im Online Portal herunterladen, ausfüllen und an die BARMER vor Ort senden

**Vorteile:** Schnell und unbürokratisch

**Mitmachen können** Kitas und Grundschulen

# Für Eltern und Familien:

## Die digitale Plattform Familienküche und unsere Elternwebinare



TUN

**Ich will mit meinem Kind kochen.**

[Mehr →](#)



WISSEN

**Ich möchte mein Kind verstehen.**

[Mehr →](#)



ORGANISATION

**Ich brauche einen Plan.**

[Mehr →](#)



TIPPS

**Ich will weniger Stress im Alltag.**

[Mehr →](#)



IDEEN

**Ich suche Rezepte und Inspiration.**

[Mehr →](#)



ORGANISATION

**Ich will gesund und günstig kochen.**

[Mehr →](#)

**Kinder lernen essen, wie sie laufen lernen!**

Tipps, Tricks und leckere Rezepte für die Familienküche zu Hause helfen **Familien** bei alltäglichen Herausforderungen und unseren **Genussbotschafter:innen** in ihrer Elternarbeit.



# Eine Linksammlung - Hier geht es zu:



- [Einstiegsfortbildung](#)
- [Aufbaufortbildung](#)
- [Teamfortbildung](#)
- [Lebensmittelförderung](#)
- [Online Portal](#)
- [Praxisdialoge für pädagogische Fachkräfte](#)
- [Familienküche](#)
- [Praxisdialoge für Eltern](#)

# Fragen zu Ich kann kochen?



Schreiben Sie eine Mail an [Kooperationen@sw-stiftung.de](mailto:Kooperationen@sw-stiftung.de) und wir melden uns bei Ihnen!

Anmeldung zu einer Ich kann kochen!-Fortbildung auf unserer Webseite: [www.ichkannkochen.de/mitmachen](http://www.ichkannkochen.de/mitmachen)



**Bildnachweis:** Alle Fotos, Illustrationen und Abbildungen stammen von der Sarah Wiener Stiftung, mit Ausnahme des Fotos auf Folie 10, Creative Commons Zero (CC0)



Wie steht´s  
um die  
Partizipation  
in den  
KITAs?

# PIEP, PIEP, PIEP GUTEN APPETIT!

## Partizipation beim Essen in der KITA

Vorstellung der  
Kinderstube der  
Demokratie

Janet Priebe \* Netzwerk Gesunde Kita Brandenburg

# BETEILIGUNG BEGINNT BEI DEN ERWACHSENEN...

Im KITA-  
Alltag

„Bis jetzt hing alles vom guten Willen und von der guten oder schlechten Laune des Erziehers ab. Das Kind war nicht berechtigt, Einspruch zu erheben. Dieser Despotismus muss ein Ende haben.“

*Janusz Korczak 1920*

**Wenn Menschenwürde das Grundrecht umfasst, über die eigenen Angelegenheiten selbst zu bestimmen, stellt sich hier die Frage: Wodurch ist es zu rechtfertigen, eine Entscheidung über die Köpfe der Kinder hinweg oder sogar gegen ihren expliziten Willen zu fällen?**

**FÜRSORGE VS.  
SELBSTVERANTWORTUNG**



# AUF DIE HALTUNG DER FACHKRÄFTE KOMMT ES AN!

Wie kann  
Partizipation  
ganz  
praktisch  
umgesetzt  
werden?

Die Freiheit des jungen Menschen ergibt sich nicht von Selbst. Sie muss gewollt, beschlossen und gestaltet werden!

Ich muss Freiheit der Kinder wollen! (Eigene Haltung)

Wir müssen Freiheit der Kinder wollen! (Beschluss im Team)

Wir müssen Freiheit gestalten! (pädagogisches Handeln/ Partizipation und Kita-Verfassung)

# RECHTLICHER HINTERGRUND

## Rechtlicher Hintergrund



### UN-Kinderrechtskonvention

Insbesondere Artikel 12  
Berücksichtigung des Kindeswillens

Internationale  
Ebene



### Kinder- und Jugendhilfegesetz

SGB VIII  
Insbesondere Paragraf 45 und 8

Nationale  
Ebene



### Kindertagesstättengesetz

Landesverfassung und  
Gemeindeordnung

Kommunal und  
Länderspezifisch



### Erweiterte Grundsätze Elementarer Bildung

Bildungsbereich Kinderrechte

Brandenburger  
Bildungsplan

# RECHTLICHE GRUNDLAGEN



Rechtlicher  
Hintergrund  
wörtlich...

## ***Übereinkommen über die Rechte des Kindes UN- Kinderrechtskonvention / Art. 12 [Berücksichtigung des Kindeswillens]***

- (1) Die Vertragsstaaten sichern dem Kind, das fähig ist, sich eine eigene Meinung zu bilden, das Recht zu, diese Meinung in allen das Kind berührenden Angelegenheiten frei zu äußern, und berücksichtigen die Meinung des Kindes angemessen und entsprechend seinem Alter und seiner Reife.**

# WIE GEHT BETEILIGUNG DEMOKRATIE IN KITA UND HORT?

Demokratie  
in Kita und  
Hort –  
geht das  
überhaupt?

Einblick in das  
Konzept  
„Die Kinderstube  
der Demokratie“



# DIE KINDERSTUBE DER DEMOKRATIE

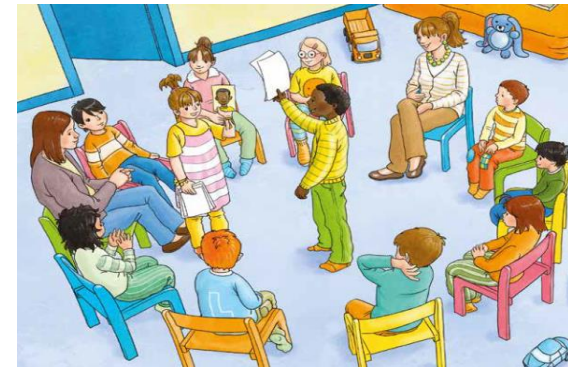


- Umfassendes Konzept für Partizipation in Kitas und Horten
- 2002 in Modellprojekten in Schleswig-Holstein gestartet, seitdem bundesweit erprobt
- In Brandenburg seit 2021

Wie kann  
Partizipation  
ganz  
praktisch  
umgesetzt  
werden?



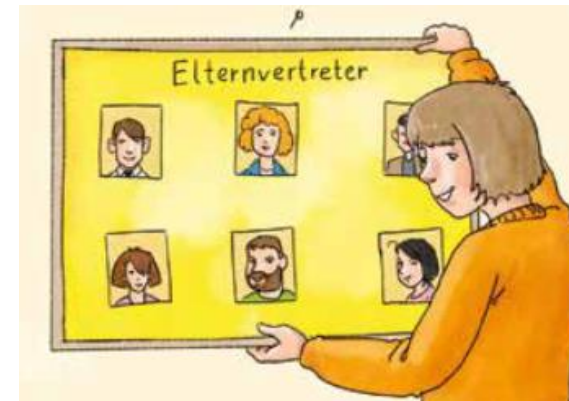
Planung eines  
Beteiligungsprojektes



Erarbeitung einer  
Kita-Verfassung



Beschwerdeverfahren  
nach § 45 SGB VIII  
Umgang mit Regeln  
und Regelbrüchen



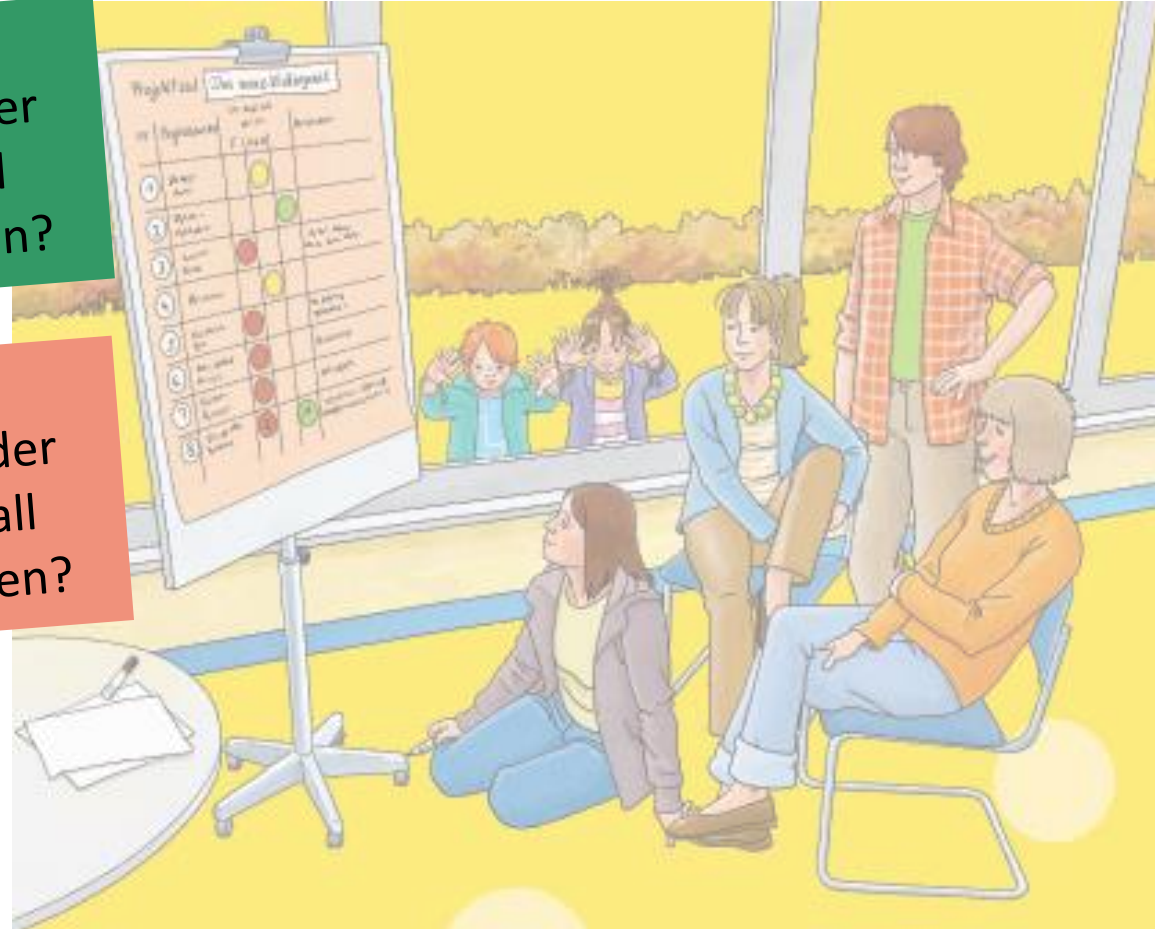
Elternbeteiligung  
und Partizipation  
in der Krippe

# EINRICHTUNGS-VERFASSUNG

KITA  
Verfassung

Worüber  
sollen die Kinder  
auf jeden Fall  
mitentscheiden?

Worüber  
sollen die Kinder  
auf keinen Fall  
mitentscheiden?



Das Kita-Team als Verfassunggebende Versammlung

# EINRICHTUNGS-VERFASSUNG

Wie verläuft  
die  
Erarbeitung  
einer  
Einrichtungs-  
Verfassung?



## Tag 1

- Einführung
- Sammlung der Selbst- und Mitbestimmungsthemen



## Tag 2

- Inhaltliche Klärung der Selbst- und Mitbestimmungsthemen
- Dialogwerkstatt



## Tag 3

- Gremien und Beteiligungsformate
- Handlungsplan



## Nach der Fortbildung

- Entwurf
- 1. und 2. Lesung
- Etablierung der Beteiligungsformate und Gremien
- Probephase



# KLÄRUNG VON SELBST- UND MITBESTIMMUNGSRECHTEN DER KINDER



**Dabei gibt es keine Themen, die nicht thematisiert werden können.**

# EINRICHTUNGS-VERFASSUNG

Wie verläuft  
die  
Erarbeitung  
einer  
Einrichtungs-  
Verfassung?



## Tag 1

- Einführung
- Sammlung der Selbst- und Mitbestimmungsthemen



## Tag 2

- Inhaltliche Klärung der Selbst- und Mitbestimmungsthemen
- Dialogwerkstatt



## Tag 3

- Gremien und Beteiligungsformate
- Handlungsplan



## Nach der Fortbildung

- Entwurf
- 1. und 2. Lesung
- Etablierung der Beteiligungsformate und Gremien
- Probephase



# ERARBEITUNG EINER KITA-VERFASSUNG



## Kita-Verfassung

| Essen & Trinken    | Wer entscheidet? |     |    | Anmerkungen                                           |
|--------------------|------------------|-----|----|-------------------------------------------------------|
|                    | F                | F+K | K  |                                                       |
| ob sie essen       |                  |     | X  |                                                       |
| was sie essen      |                  |     | X  | wenn keine gesundheitlichen Einschränkungen vorliegen |
| wie viel sie essen |                  |     | X  | solange genug für alle ist                            |
| wann sie essen     | X1               |     | X2 | 1 Mittag / 2 Frühstück (im vorgegebenen Zeitrahmen)   |
| wo sie essen       | X                |     |    |                                                       |
| wie sie essen      |                  | X   |    |                                                       |
| was es gibt        |                  | X   |    | Rückmeldungen an Küche                                |
| Sitzordnung        |                  |     | X  | kann bei Regelverstößen vorübergehend entzogen werden |
| ...                |                  |     |    |                                                       |



## Kita- Verfassung

| Essen & Trinken | Wer entscheidet |     |   | Anmerkungen                                   |
|-----------------|-----------------|-----|---|-----------------------------------------------|
|                 | F               | F+k | K |                                               |
| - wo essen      | X               |     |   |                                               |
| - wann          | X               |     |   |                                               |
| - wie (sitzen)  | X               |     |   |                                               |
| - womit         |                 |     | X |                                               |
| - wie viel      |                 |     | X | muss für alle ausreichend zu Verfügung stehen |
| - ob sie essen  |                 |     | X |                                               |
| - wie lange     |                 |     | X | innerhalb Essenszeit                          |
| - Probierklecks |                 |     | X |                                               |
| - wer tut auf   |                 |     | X | bei jungen k. Unterstützung                   |
| - was           |                 |     | X |                                               |
| - Speiseplan    |                 |     | X | Küchenkraft, Kinder äußern Wünsche            |
| Trinken ob      |                 |     | X |                                               |
| - wo            | X               |     | X | am Getränkewagen                              |
| - wann          |                 |     | X |                                               |
| - wie viel      |                 |     | X |                                               |
| - was           | X               |     | X |                                               |
| - Aufstehen     |                 |     | X | wenn sie fertig sind                          |
| - Sitzordnung   |                 |     | X | Tischmanieren                                 |
| - Tisch decken  |                 |     | X |                                               |
| + Abräumen      |                 |     | X |                                               |
| - Tischspruch   |                 |     | X |                                               |



# AUSZUG AUS EINER KITA-VERFASSUNG



## § 12 Mahlzeiten

- (1) Jedes Kind hat das Recht, selbst zu entscheiden, ob, was, womit und wie viel es isst und trinkt, sofern für alle Kinder genug da ist. Dieses Recht umfasst auch das Recht des Kindes, selbst zu bestimmen, ob und was es probieren möchte, und wer auftut. Die pädagogischen Mitarbeiter\*innen unterstützen junge Kinder beim Auftun und Einschenken.
- (2) Die pädagogischen Mitarbeiter\*innen behalten sich das Recht vor, zu bestimmen, wann die Hauptmahlzeiten eingenommen werden können. Die Kinder haben innerhalb der Essenszeit das Recht, selbst zu entscheiden, wie lange sie essen möchten.
- (3) Die pädagogischen Mitarbeiter\*innen behalten sich das Recht vor, zu bestimmen, wo die Mahlzeiten eingenommen werden können und wo getrunken werden kann (am Getränkewagen).
- (4) Die pädagogischen Mitarbeiter\*innen behalten sich das Recht vor, zu bestimmen, dass die Mahlzeiten im Sitzen eingenommen werden können.
- (5) Die Kinder haben ein Recht, bei der Planung der Mahlzeiten durch die Küchenkraft angehört zu werden.
- (6) Die Kinder haben das Recht, über die mitzuentscheiden, wie der Tisch gedeckt und abgeräumt wird. Die Kinder haben auch das Recht, mitzuentscheiden, welcher Tischspruch aufgesagt wird.
- (7) Die Kinder haben das Recht, selbst zu entscheiden, neben wem sie sitzen und ob sie aufstehen, wenn sie mit dem Essen fertig sind.



# EINRICHTUNGS-VERFASSUNG

Wie verläuft  
die  
Erarbeitung  
einer  
Einrichtungs-  
Verfassung?



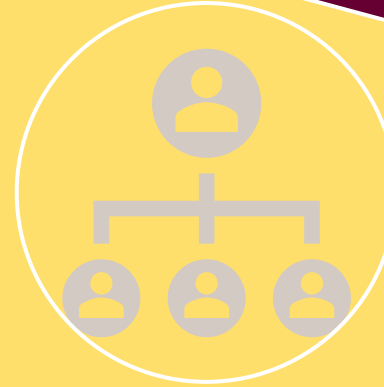
## Tag 1

- Einführung
- Sammlung der Selbst- und Mitbestimmungsthemen



## Tag 2

- Inhaltliche Klärung der Selbst- und Mitbestimmungsthemen
- Dialogwerkstatt



## Tag 3

- Gremien und Beteiligungsformate
- Handlungsplan



## Nach der Fortbildung

- Entwurf
- 1. und 2. Lesung
- Etablierung der Beteiligungsformate und Gremien
- Probephase





**Wichtig ist  
der erste  
Schritt...**

# KINDERRECHTE



Es ist nachrangig, welche Rechte Kinder in der Kita haben. Zunächst geht es darum, dass sie Rechte haben und diese verbindlich garantiert sind.

Das „Recht, Rechte zu haben“ (*Hannah Arendt*) muss im Alltag der Kita strukturell verankert werden

Kita-Kinder können ihre Rechte nicht erkämpfen.  
Kindern müssen ihre Rechte zugestanden werden.  
Dafür müssen die Erwachsenen freiwillig auf einen Teil ihrer Macht verzichten!

*nach Rüdiger Hansen*



# EINBLICKE IN DIE KITA-PRAXIS



Praktisch

...

Welche Methoden setzen die pädagogischen Fachkräfte ein, um die Kinder bei der Bildung einer eigenen Meinung zu unterstützen?



<https://www.youtube.com/watch?v=qezq90FnLZE>



# LITERATUREMPFEHLUNGEN



- Hansen, Rüdiger; Knauer, Raingard (seit 2014): Leon & Jelena. Geschichten vom Mitbestimmen und Mitmachen im Kindergarten. 19 Bände. Gütersloh.
- Hansen, Rüdiger; Knauer, Raingard (2015): Das Praxisbuch: Mitentscheiden und Mithandeln in der Kita. Gütersloh.
- Hansen, Rüdiger; Knauer, Raingard; Sturzenhecker, Benedikt (2015): Partizipation in Kindertageseinrichtungen. Weimar.
- Hansen, Rüdiger; Knauer, Raingard (2016): Partizipation. Themenkarten für Teamarbeit, Elternabende, Seminare. München

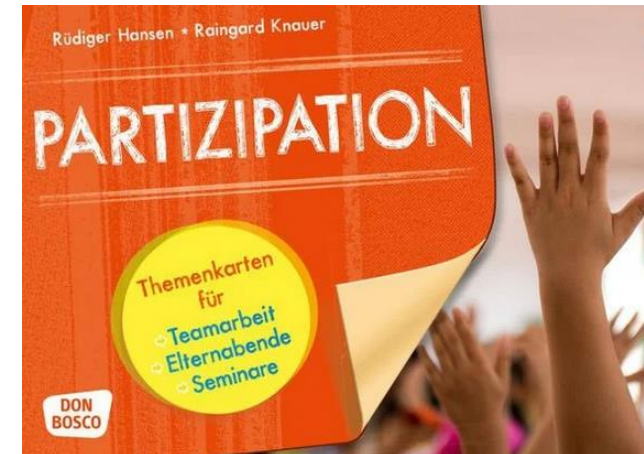


Rüdiger Hansen, Raingard Knauer

## Das Praxisbuch: Mitentscheiden und Mithandeln in der Kita

Wie pädagogische Fachkräfte Partizipation und Engagement von Kindern fördern

Verlag BertelsmannStiftung



Rüdiger Hansen · Raingard Knauer · Benedikt Sturzenhecker

## Partizipation in Kindertageseinrichtungen

So gelingt Demokratiebildung mit Kindern!

verlag das netz