

## Sensible Schlüsselsituationen im Hort

### Ruhe und Entspannung

#### Voraussetzungen für eine gelingende Gestaltung:

- Partizipation
- Individualisierung/Bedürfnisorientierung
- Empowerment
- Sensitive Responsivität
- Ritualisierte Abläufe
- Bildungspartnerschaft mit den Eltern/Bezugspersonen

**Kinder haben individuell sehr unterschiedliche Bedürfnisse  
im Wechsel ihrer Aktivitäts- und Erholungsphasen.**

**Zeiten der Entspannung und selbstbestimmte Auszeiten alleine oder in Beziehung tragen  
zur emotionalen Ausgeglichenheit bei und ermöglichen es den Kindern, sich vor  
Überforderung zu schützen und neue Kraft zu tanken.**

#### Qualitätsaspekte:

##### 1. RAUMGESTALTUNG:

- den Kindern stehen während des gesamten Tages sowohl im Innen- als auch im Außenbereich Rückzugsmöglichkeiten zur Verfügung, die sie selbstbestimmt nutzen können

BEISPIELE:

- *Entspannungsnische im Gruppenraum*
- *Rückzugsbereich im Lernraum*
- *akustisch beruhigte Zonen im Haus*
- *Weidenhäuschen/Hängematte/Tipi*
- die Rückzugsbereiche sind ansprechend gestaltet und strahlen eine Atmosphäre des Wohlbefindens und der Geborgenheit aus

- Raumausstattung und -gestaltung unterstützen die Individualisierung und erleichtern das Entspannen und Chillen

BEISPIEL:

- *unterschiedliche Sitzgelegenheiten (Sitzsack, Schaukelstuhl, Couch, Hängekorb, ...)*
  - *Liegemöglichkeiten (Teppiche, Matten, Matratzen, Pölster, ...)*
  - *Beobachtungsplätze mit Blickbezug zur Außenwelt/zum Gruppengeschehen*
- die Rückzugsbereiche sind mit Spielmaterialien für (be)ruhige(nde) Einzel- bzw. Kleingruppenaktivitäten ausgestattet

BEISPIELE:

- *phänomenales Spielzeug*
  - *Printmedien zum Schmökern und Betrachten*
  - *Hörbücher und Musik*
  - *Massagematerialien*
- die Kinder können Übergangsobjekte oder vertraute Gegenstände, die ihnen das Entspannen erleichtern, jederzeit von zu Hause mitbringen

BEISPIELE:

- *Talisman/ Glücksstein*
- *Trödelspiele*
- *Kuschel- bzw. Krafttier*

## 2. ZUSAMMENARBEIT MIT ELTERN/BERZUGSPERSONEN UND TEAM:

- die Entspannungs- und Ruhebedürfnisse der Kinder werden beim pädagogischen Aufnahmegespräch von den Eltern/Bezugspersonen erfragt und gemeinsam besprochen
- die Eltern/Bezugspersonen erhalten Rückmeldung über den Aktivitäts- und Erholungsrythmus ihres Kindes in der Einrichtung

## 3. PÄDAGOGISCHE GESTALTUNG/FACHKRAFT-KIND-INTERAKTION:

- die Kinder werden bei der Entwicklung ihrer Selbst- und Körperwahrnehmungskompetenz (müde/ausgeruht) unterstützt
- Entspannungs- und Rückzugsbedürfnisse der Kinder werden untertags für gemeinsame Zeiten der Zuwendung und ungeteilten Aufmerksamkeit sowie für regelmäßige Bildungsimpulse genützt
- die Kinder werden an der Gestaltung und Ausstattung der Ruhe- und Rückzugsbereiche beteiligt
- die Übergänge vom Mittagessen zur Freizeitgestaltung bzw. von der Freizeitgestaltung zur Lernzeit werden so geplant, dass ausreichend Zeit zur Verfügung steht und diese Mikrotransitionen entspannt erfolgen können

- jedes Kind bestimmt selbst über seine Erholungs- und Ruhephasen und nutzt selbstbestimmt und eigenverantwortlich vereinbarte Freiräume
- die päd. Fachkraft achtet darauf, dass Kinder, die sich entspannen und erholen, nicht durch Spielaktivitäten anderer Kinder gestört werden
- Kinder die sich nach einer Zeit der Entspannung und des Rückzugs erholt haben, werden von der päd. Fachkraft dabei unterstützt, sich wieder in das Gruppengeschehen zu integrieren

### Pädagogische Qualitätsmerkmale gemäß dem SEI:

- Ich achte darauf, dass den Kindern ausreichend Zeit für selbstbestimmte Freizeitgestaltung bleibt. (SEI Merkmal 3 Hort)
- Ich gestalte den Alltag so, dass er von den Kindern angenehm und stressfrei erlebt werden kann. (SEI Merkmal 4)
- Ich reagiere unmittelbar und individuell auf die Grundbedürfnisse der Kinder nach Fürsorge, Körperkontakt, Ruhe- und Rückzug. (SEI Merkmal 8)
- Raumgestaltung sowie Materialausstattung schaffen eine Atmosphäre der Geborgenheit und des Wohlbefindens. (SEI Merkmal 16)
- Ich Sorge für die Beachtung der Intimsphäre der einzelnen Kinder und respektiere individuelle Bedürfnisse im Bereich Körper. (SEI Merkmal 38)
- Ich weiß beim Eintritt eines neuen Kindes über seinen Entwicklungsstand, seine Bedürfnisse und Gewohnheiten sowie seine Bildungsbiografie Bescheid. (SEI Merkmal 67)
- Ich berücksichtige die individuellen Bedürfnisse der neuen Kinder. (SEI Merkmal 71)

### Literaturempfehlungen:

- Franz, M. (2019). Ruhen und schlafen in der Kita: Für Teams. 33 Fotoimpulse. Nachdenk-Fragen. Don Bosco Verlag
- Betz, C. (2022). Partizipation im Kita-Alltag leben: Mit Kindern zur Ruhe kommen: Bedürfnisorientierte Begleitung von Schlaf und Erholung in Krippe und Kita. Klett Kita GmbH
- Bildungsdirektion OÖ: Selbstevaluierungsinstrument: „Pädagogische Qualitätsmerkmale“ für elementare Bildungseinrichtungen in Oberösterreich; Vers. 2.0/2019