

Berufliche Identität entwickeln

1.	Berufsmotivation – „Woher komme ich, wohin gehe ich“	18
1.1	Biografie und Berufswunsch – „Was hat die Familie mit der Berufswahl zu tun?“	18
1.1.1	Bedeutung biografischer Erfahrungen	18
1.1.2	Persönliche Motivation	19
1.2	Berufswahlmotive – „Es gibt viele Wege zum passenden Beruf“	20
1.3	Eigene Erfahrungen und die Ausbildung im sozialen Arbeitsfeld – „Wo ich meine Erfahrungen einbringe“	25
1.3.1	Rollenerwartungen	25
1.3.2	Rollenkonflikte	26
1.4	Kompetenzerwerb in der Ausbildung – „Der ganze Mensch ist gefragt“	27
1.4.1	Fach-, Human- und Sozialkompetenz	27
1.4.2	Berufsspezifischer Kompetenzerwerb	28
2.	Berufsfeld Sozialpädagogik – „Hauptsache, was mit Kindern“	29
2.1	Soziale Arbeit – „Kein Beruf wie jeder andere“	29
2.2	Soziale Berufe – „Kinderbetreuung & Co“	32
2.2.1	Familienergänzende Einrichtungen	32
2.2.2	Familienersetzende Einrichtungen	33
2.2.3	Einrichtungen für Kinder und Jugendliche mit besonderem Förderbedarf	33
2.2.4	Kooperation mit anderen Fachleuten	34
2.3	Recht in der Kindertagesbetreuung – „Alles geregelt?!“	34
2.3.1	Bundesrechtliche Regelungen	36
2.3.2	Länderspezifische Regelungen	36
2.3.3	Einrichtungsinterne Regelungen	39
2.3.4	Regelungen zur Zusammenarbeit mit Eltern	40
●	Lernsituationen zum Weiterarbeiten	43
3.	Sozialpädagogische Berufskunde – „Wie geht’s los und wie geht’s weiter?“	44
3.1	Stellung der Kinderpflegerin in Ausbildung und Beruf – „Entdecke die Möglichkeiten“	44
3.1.1	Rechte und Pflichten im Praktikum	44
3.1.2	Dienst- und Weisungsstrukturen	45
3.1.3	Rechte und Pflichten aus dem Arbeitsvertrag	46
3.1.4	Tarifrechtliche Vertretung	48
3.2	Möglichkeiten der Weiterqualifizierung – „Das kann doch nicht alles gewesen sein“	49
3.2.1	Weiterqualifizierung im Bereich Sozialpädagogik	50
3.2.2	Weiterqualifizierung im Bereich Heilerziehungspflege und Heilpädagogik	50
3.2.3	Weiterqualifizierung im Bereich Fach- und Betriebswirtschaft in der sozialen Arbeit	51
3.3	Soziale Arbeit – „Ein Tätigkeitsfeld mit Zukunft“	52
●	Lernsituationen zum Weiterarbeiten	53

Berufliche Identität entwickeln

4.	Werte und Normen – „In was für einer Gesellschaft willst du leben?“	54
4.1	Grundfragen des Menschseins – „Was macht den Menschen zum Menschen?“	54
4.1.1	Menschenbilder	55
4.1.2	Menschenwürde	55
4.1.3	Keine Gesellschaft ohne Werte und Normen	56
4.2	Wertevielfalt im Beruf – „Auch wenn ich finde, dass es anders besser wäre...“	57
4.2.1	Werte und Erziehungsziele können sich unterscheiden	57
4.2.2	Persönliche Überzeugungen und die Folgen für den pädagogischen Umgang mit Kindern	59
4.2.3	Reflexion als sozialpädagogische Handlung	60
●	Lernsituationen zum Weiterarbeiten	62
5.	Lern- und Methodenkompetenz – „Mit der richtigen Technik leichter lernen“	63
5.1	Lernen als Verknüpfung von Erfahrung und Wissen – „Was ist Lernen eigentlich?“	63
5.1.1	Der Begriff „Lernen“	63
5.1.2	Der Lernprozess und das Gehirn	64
5.1.3	Arten des Lernens	65
5.2	Informationen strukturieren – „Das Lernen vorbereiten“	66
5.2.1	Informationen sammeln	66
5.2.2	Informationen verarbeiten und gliedern	68
5.2.3	Zeitmanagement beim Lernen	70
5.3	Lernen organisieren – „Wie kriege ich das alles in meinen Kopf?“	71
5.3.1	Lerntypen und Lernkanäle	71
5.3.2	Konzentration	71
5.3.3	Lern- und Arbeitstechniken	72
5.4	Lernen in der Gruppe – „Gemeinsam geht es leichter“	74
5.4.1	Vorteile gemeinsamen Lernens	74
5.4.2	Kooperatives Lernen	74
5.4.3	Voraussetzungen für gemeinsames Lernen	75
5.4.4	Der Arbeitsprozess in der Gruppe	75
5.5	Präsentationstechniken – „Wie bring ich es rüber?“	76
5.5.1	Planung einer Präsentation	76
5.5.2	Vortragstechniken	78
5.5.3	Gestaltung und Einsatz von unterstützenden Medien	78
●	Lernsituationen zum Weiterarbeiten	79

Soziale Beziehungen aufbauen und mitgestalten

1.	Kommunikation – „Verstehen wir uns richtig?“	82
1.1	Miteinander kommunizieren – „Quatschen, simsens, chatten & Co.“	82
1.1.1	Grundlagen der Kommunikation	83
1.1.2	Kommunikationsmodelle	85
1.2	Mit unterschiedlichen Zielgruppen kommunizieren und Gespräche führen – „Mit wem sprichst du?“	88
1.2.1	Kommunikation mit Kindern und Jugendlichen	88
1.2.2	Kommunikation in und mit Familien	89
1.3	Erfolgreich kommunizieren im Beruf – „Wie kann ich meine Kommunikation verbessern?“	90
1.3.1	Kommunikationsanlässe im Beruf	90
1.3.2	Gesprächsverläufe	92
1.3.3	Hilfreiches Kommunikationsverhalten	93
1.3.4	Schwierige Gespräche führen	95
●	Lernsituationen zum Weiterarbeiten	97
2.	Verhalten des Menschen – „Warum bin ich, wie ich bin?“	98
2.1	Entwicklung des Menschen – „Wird man denn nie fertig?“	98
2.1.1	Der Mensch verändert sich	98
2.1.2	Individuelle Entwicklung	99
2.1.3	Die Entwicklung des Menschen wird beeinflusst	100
2.1.4	Entwicklung der Motorik	104
2.1.5	Entwicklung des Denkens	106
2.1.6	Entwicklung der Sprechens	108
2.1.7	Entwicklung des Sozialverhaltens	112
2.1.8	Entwicklung der Motivation	114
2.1.9	Entwicklung der Sexualität in der Kindheit	116
2.2	Gruppe – „Arbeiten mit mehreren Kindern“	118
2.2.1	Kindergartenkinder sind eine Gruppe	118
2.2.2	Bedeutung der Gruppe für das Kind	119
2.2.3	Arten von Gruppen	120
2.2.4	Gruppenstruktur	121
2.2.5	Arbeiten mit der Gruppe	128
2.3	Kinder mit Behinderungen – „Alles ganz anders?“	130
2.3.1	Ursachen und Formen von Behinderung	130
2.3.2	Auswirkungen von Behinderung	133
2.3.3	Konzepte der Heilpädagogik	134
2.4	Kinder mit Verhaltensauffälligkeiten – „Warum störst du ständig?“	138
2.4.1	Erkennen von Verhaltensauffälligkeiten	138
2.4.2	Ursachen von Verhaltensauffälligkeiten	139
2.4.3	Formen auffälligen Verhaltens	140
2.4.4	Auswirkungen von Verhaltensauffälligkeiten	146
2.4.5	Umgang mit verhaltensauffälligen Kindern	148
●	Lernsituationen zum Weiterarbeiten	149

Soziale Beziehungen aufbauen und mitgestalten

3.	Grundlagen der Erziehung – „Was brauchen Kinder?“	150
3.1	Kinder erziehen – „Großziehen oder wachsen lassen?“	150
3.1.1	Erziehbarkeit und Erziehungsbedürftigkeit	150
3.1.2	Ziele der Erziehung	152
3.1.3	Pädagogische Ansätze in der Erziehung	154
3.1.4	Erziehungsstile	157
3.2	Lerntheorien – „Wie lernen Menschen Verhalten?“	158
3.2.1	Klassische Konditionierung oder Signallernen	158
3.2.2	Lernen durch Verstärkung	159
3.2.3	Lernen durch Beobachtung	160
3.2.4	Lernen durch Einsicht	162
3.3	Familie – „Wir gehören zusammen!“	163
3.3.1	Was eine Familie ausmacht	163
3.3.2	Familienformen im Überblick	164
3.3.3	Als Eltern Verantwortung übernehmen	166
3.3.4	Folgen für die Arbeit in der Kindertagesbetreuung	168
3.4	Interkulturalität – „Fremd sein, was ist das?“	170
3.4.1	Kulturelle Vielfalt in den Kindertagesstätten	170
3.4.2	Zur Situation von Kindern aus anderen Kulturen	172
3.4.3	Ursachen von und Umgang mit Vorurteilen	174
3.4.4	Möglichkeiten und Ziele der interkulturellen Erziehung	175
●	Lernsituationen zum Weiterarbeiten	179
3.5	Übergänge gestalten – „Fit für Kita und Schule!“	180
3.5.1	Übergänge und ihre Bedeutung	180
3.5.2	Von der Familie in die Betreuungseinrichtung	180
3.5.3	Schulbereitschaft und Schulfähigkeit	181
3.5.4	Kinder auf die Schule vorbereiten	183
3.5.5	Zusammenarbeiten mit Eltern und Schule	185
4.	Wahrnehmen und Beobachten – „Ich sehe was, was du nicht siehst“	186
4.1	Wahrnehmung als alltägliches Handeln – „Mit allen Sinnen“	186
4.1.1	Prozess der Wahrnehmung	187
4.1.2	Einflussfaktoren auf die Wahrnehmung	188
4.2	Fachliches Beobachten als Grundlage der Sozialen Arbeit – „Nur Wahrnehmen ist zu wenig“	189
4.3	Grundlagen der fachlichen Beobachtung – „Mit Sinn <u>und</u> Verstand“	191
4.3.1	Beobachtungsziele	191
4.3.2	Beobachtungsmethoden	192
4.3.3	Organisatorische Voraussetzungen von Beobachtung	193
4.3.4	Beobachtungsthemen	194
4.4	Der Beobachtungsprozess – „Schritt für Schritt zum richtigen Handeln“	195
4.4.1	Planen von Beobachtungen	195
4.4.2	Durchführen von Beobachtungen	195
4.4.3	Dokumentation von Beobachtungen	196
4.4.4	Auswertung von Beobachtungen	198
4.4.5	Beobachtungsfehler	200
4.5	Umsetzung von Beobachtungsergebnissen in praktisches Handeln – „Nutzen für die beruflichen Alltag“	201

Beschäftigungs- und Bildungsangebote für Kinder schaffen

1.	Beschäftigungs- und Bildungsangebote für Kinder – „Mehr als Sport, Spiel und Spaß“	204
1.1	Bedeutung von Beschäftigung und Bildung – „Warum ist es wichtig, etwas zu tun?“	204
1.1.1	Begriffsklärung Beschäftigung	204
1.1.2	Alltag und besondere Anlässe	205
1.1.3	Feste und Feiern im kulturellen Kontext	206
1.2	Planung und Durchführung von Angeboten – „Wir haben heute etwas vor“	207
1.2.1	Pädagogische Grundsätze	207
1.2.2	Strukturierte Angebotsplanung	210
	Schema zur Planung von Angeboten	211
1.2.3	Ziele von Angeboten	212
1.2.4	Organisatorische Hinweise	214
1.2.5	Arbeit im Team	215
1.3	Nachbereitung von Bildungs- und Beschäftigungsangeboten – „Gut gelungen oder doch nicht?“	216
1.3.1	Präsentieren von Ergebnissen	216
1.3.2	Auswerten und verbessern	217
	Lernsituationen zum Weiterarbeiten	218
2.	Werkerziehung und Gestaltung - „Punkte, Linien, Flächen, Formen“	219
2.1	Bedeutung der Werkerziehung und Gestaltung – „Einfach nur Malen und Basteln?“	219
2.1.1	Künstlerisches Gestalten	220
2.1.2	Entwicklung der Kinderzeichnung	221
2.2	Förderung kindlicher Gestaltungsfreude – „Im Reich der Farben und der Fantasie“	223
2.2.1	Ziele der Werkerziehung und Gestaltung	223
2.2.2	Anlässe und Impulse als Ausgangspunkte zur Werkerziehung und Gestaltung	224
2.3	Rahmenbedingungen und methodisch-didaktische Hinweise – „Von der Idee zum Kunstwerk“	226
2.3.1	Raum, Material und Werkzeuge	226
2.3.2	Begleitung und Feedback zur Kunst von Kindern	228
2.3.3	Sicherheit und Unfallschutz beim kreativen Gestalten	229
2.4	Ausdrucksformen der Werkerziehung und Gestaltung – „Was kann ich mit Farbe, Papier und Holz anfangen?“	230
2.4.1	Gestaltungsarbeiten im Krippenbereich	230
2.4.2	Gestaltungstechniken im Elementarbereich	232
	Angebotsplanung: Schweine backen aus Salzteig	235
3.	Musik und Musikerziehung – „Hier spielt die Musik!“	236
3.1	Bedeutung von Musik – „Musik ist mehr als nur singen“	236
3.1.1	Musikbegriff	236
3.1.2	Kindliche Musikalität	237
3.1.3	Ausdrucksfreude und ganzheitliches Erleben fördern	237
3.2	Musiktheoretisches Grundwissen – „Wie funktioniert Musik eigentlich?“	238
3.2.1	Elementare Musiklehre	238

Beschäftigungs- und Bildungsangebote für Kinder schaffen

3.2.2	Die Stimme als Basisinstrument	239
3.2.3	Klangerzeugende Instrumente	240
3.3	Musik in der Praxis – „Gewusst wie – so kann ich Musik machen!“	241
3.3.1	Klangspiele mit der Stimme, mit Instrumenten und Alltagsmaterialien	241
3.3.2	Rhythmus im Spiel	243
3.3.3	Rhythmus mit der Stimme erzeugen	244
3.3.4	Rhythmisches Gestalten mit Instrument und Stimme	244
3.3.5	Erarbeitung von Liedern	245
3.3.6	Lieder mit Instrumenten begleiten	247
3.4	Musik hören – „Was klingt denn da?“	247
3.4.1	Hörgewohnheiten im Alltag der Kinder	248
3.4.2	Aktives Hören spielerisch fördern	248
3.4.3	Umgang mit Hörbeispielen	249
3.4.4	Gestalterische Umsetzung von Musik	249
3.5	Rahmen für methodisches Handeln im Bereich Musik – „Grundlagen schaffen!“	250
3.5.1	Ausstattung in der Praxisstelle	250
3.5.2	Einbeziehung musikalischer Ressourcen im Umfeld	250
3.5.3	Musikalische Aktivitäten in Eltern- und Familienarbeit	250
	Angebotsplanung: Musik hören und sich zur Musik bewegen	
	„Der Karneval der Tiere“	251
4.	Sport und Bewegungserziehung – „Bewegung tut auch Kindern gut!“	252
4.1	Bewegungsapparat – „Starke Knochen mit Schwung“	253
4.1.1	Bedeutung der Bewegung für die Gesundheit	253
4.1.2	Aufbau des Bewegungsapparates	253
4.2	Förderung der Entwicklung des Kindes – „Immer in Bewegung“	255
4.2.1	Förderung der sportmotorischen Fähigkeiten	255
4.2.2	Förderung der Persönlichkeit	256
4.2.3	Förderung der Wahrnehmung durch sinnliche Erfahrungen	256
4.3	Organisation von Sport- und Bewegungsstunden – „Alle auf der grünen Linie aufstellen!“	258
4.3.1	Prinzipien der Bewegungserziehung	259
4.3.2	Rahmenbedingungen für Bewegungsangebote in Kindereinrichtungen	260
4.3.3	Ablauf einer Bewegungsstunde	262
4.3.4	Aufstellungsformen und Ansagen	263
4.4	Entspannung – „Der Ausgleich zur Bewegung“	264
4.5	Förderung motorisch auffälliger Kinder – „Schau, was ich kann!“	265
	Angebotsplanung Bewegungsparcours Zoospaziergang	266
5.	Medien und Medienerziehung – „Mit TV, PC, und Internet lernen“	267
5.1.	Medien – „Was gibt es da überhaupt so?“	267
5.1.1	Medienarten	267
5.1.2	Aufgabe der Medien	267
5.1.3	Rechtliche Bestimmungen im Bereich der Medien	268
5.1.4	Veränderung der Medienlandschaft	269
5.2	Medienkompetenz – „Wie kann ich die Medien nutzen?“	270
5.2.1	Begriffsklärung Medienkompetenz	270

Beschäftigungs- und Bildungsangebote für Kinder schaffen

5.2.2	Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen	270
5.2.3	Chancen der Mediennutzung	271
5.2.4	Gefahren der Mediennutzung	274
5.2.5	Konzepte der Medienerziehung	278
5.3	Angebote der Mediennutzung und -produktion – „Wie setze ich Medienerziehung praktisch um?“	280
	Angebotsplanung: Mein persönlicher Zoo	281

Einen Haushalt führen

1.	Haushaltsführung – „Was kann ich mir leisten?“	284
1.1	Haushaltsbuch – „Die Übersicht behalten“	284
1.2	Brutto und Netto – „Was bleibt vom Lohn übrig?“	285
1.2.1	Lohn- und Gehaltsabrechnung	285
1.2.2	Versicherungen	286
1.2.3	Steuern	287
1.3	Verträge – „Verträge kommen von Verträgen“	288
1.3.1	Rechtsfähigkeit und Geschäftsfähigkeit	288
1.3.2	Übersicht über verschiedene Verträge	289
1.4	Umgang mit Geld – „Ohne Moos nix los“	291
1.4.1	Zahlungsmöglichkeiten	291
1.4.2	Geldanlagemöglichkeiten	292
1.4.3	Finanzierungsmöglichkeiten	292
2.	Wohnen – „Endlich eine eigene Bude“	293
2.1	Checkliste Einrichtung – „Alles, was man braucht“	293
2.2	Wohnen und Leben mit Kindern – „Wo man sich wohlfühlt“	294
2.3	Unfallschutz – „Lieber vorbeugen als hinfallen“	295
2.3.1	Vorbeugung von Unfällen im Haushalt	295
2.3.2	Sicherheitszeichen	296
2.3.3	Maßnahmen zur Unfallverhütung im Kindesalter	297
3.	Versorgung des Haushaltes – „Mit Köpfchen eingekauft und gut gegessen“	299
3.1	Einkauf – „Augen auf beim Warenkauf“	299
3.1.1	Tipps für den Einkauf	299
3.1.2	Einkaufsmöglichkeiten	301
3.1.3	Einkaufen mit Kindern	301
3.2	Lagerung von Lebensmitteln – „Ein guter Rat: VorRAT“	302
3.2.1	Vorratshaltung	302
3.2.2	Kühlschrank	303
3.2.3	Vorratsschrank	304
3.3	Techniken der Speisenzubereitung – „Essen hält Leib und Seele zusammen“	305
3.3.1	Küchentechnische Fachbegriffe	305
3.3.2	Saisonkalender für Obst und Gemüse	306
3.3.3	Portionsgrößen	307

Einen Haushalt führen

3.3.4	Herstellen von Speisen	307
3.4	Zubereitung von Speisen für Kinder – „Hm..., das schmeckt mir lecker“	312
3.4.1	Zubereitung von Flaschennahrung	312
3.4.2	Zubereitung von Breien und Kindergerichten	312
3.5	Hygienische Anforderungen an die Speisenzubereitung – „Kein Haar in der Suppe“	315
4.	Haushaltspflege – „Alles muss sauber sein“	316
4.1	Grundlagen der Haushaltshygiene – „Nicht nur sauber, sondern rein?“	316
4.2	Haushaltsreinigung – „Reinigen nach Plan“	317
4.2.1	Reinigungsarbeiten	317
4.2.2	Reinigungsfaktoren	318
4.2.3	Reinigungsmittel	318
4.3	Haushalte mit besonderen hygienischen Anforderungen – „Wenn Struppi mit dabei ist...“	321
4.3.1	Sauberkeit und Hygiene in Heimen	321
4.3.2	Sauberkeit und Hygiene in der Kindereinrichtungen	322
5.	Wäsche und Textilpflege – „Kleider machen Leute“	323
5.1	Waschvorgang – „Sehen statt Übersehen, sonst Nachsehen“	323
5.1.1	Vorsortieren der Wäsche	323
5.1.2	Vorbehandlung der Wäsche	324
5.1.3	Auswahl des Waschmittels und des Waschprogramms	325
5.2	Textilien schrankfertig machen – „Saubere Wäsche und doch nicht anziehfertig?“	327
5.2.1	Trocknen von Textilien	327
5.2.2	Bügeln von Textilien	328
5.2.3	Legen von Textilien	328
6.	Umweltbewusstsein – „Auf der Erde sind wir Gäste“	329
6.1	Umweltgerechtes Verhalten im Haushalt – „Kleine Dinge machen den Unterschied“	329
6.2	Sichtbar Energie sparen – „Für die Umwelt“	330
6.3	Abfall richtig entsorgen – „Da gehört es hin“	330
	Lernsituationen zum Weiterarbeiten	331

Gesundheit von Kindern erhalten und fördern

1.	Das gesunde Kind – „Gib Krankheit keine Chance!“	334
1.1	Gesundheitsbegriff – „Was bedeutet Gesundheit eigentlich?“	334
1.1.1	Definition Gesundheit	334
1.1.2	Modell der Salutogenese	335
1.2	Einflüsse auf die Gesundheit – „Was hält mich gesund, was macht mich krank“	336
1.2.1	Verhaltensfaktoren	336
1.2.2	Soziale Faktoren	336
1.2.3	Umweltfaktoren	337
1.2.4	Genetische Faktoren	337
1.3	Entwicklung eines gesunden Kindes – „Alles im grünen Bereich?“	338
2.	Säuglingspflege – „Am Anfang des Lebens“	342
2.1	Schwangerschaft und Geburt – „Ein Kind entsteht“	342
2.1.1	Geschlechtsorgane	343
2.1.2	Menstruationszyklus und Befruchtung	344
2.1.3	Schwangerschaftszeichen und Schwangerschaftsnachweis	346
2.1.4	Entwicklung des Kindes im Mutterleib	346
2.1.5	Geburt	347
2.1.6	Das gesunde Neugeborene	347
2.1.7	Vorsorge im ersten Lebensjahr und darüber hinaus	348
2.2	Besondere Bedürfnisse des Säuglings – „Für einen guten Start ins Leben“	349
2.2.1	Wahrnehmung des Säuglings	349
2.2.2	Kompetenzen in den ersten zwölf Lebensmonaten	350
2.2.3	Kommunikation mit dem Säugling	351
2.2.4	Bedeutung sozialer Beziehungen für den Säugling	352
2.2.5	Formen emotionaler Zuwendung	352
2.3	Tägliche Versorgung eines Säuglings – „Von A wie Aufmerksamkeit bis W wie Wickeln“	354
2.3.1	Grundausrüstung für die Versorgung eines Säuglings	354
2.3.2	Tagesgestaltung	355
2.3.3	Ernährung eines Säuglings	355
2.3.4	Baden eines Säuglings	357
2.3.5	Haut- und Nabelpflege	358
2.3.6	Pflege von Nase, Ohren, Fingernägeln und Zähnen beim Säugling	359
2.3.7	Wickeln eines Säuglings	359
2.3.8	Richtiges Tragen und Heben von Säuglingen	361
2.3.9	Schlafen und Betten	362
2.3.10	Spielzeug für Säuglinge und Babys	363
2.4	Gesundheitsstörungen bei Säuglingen – „Wenn es dem Baby nicht gut geht“	365
3.	Gesundheits- und Hygieneerziehung – „Mehr als nur waschen“	366
3.1	Den Körper pflegen – „Wohlfühlen in der eigenen Haut“	366
3.1.1	Sinn und Bedeutung der Körperpflege	366
3.1.2	Wie pflege ich mich persönlich?	367
3.2	Unsere Haut – „Ein echtes Multitalent“	367

Gesundheit von Kindern erhalten und fördern

3.2.1	Funktion der Haut	367
3.2.2	Aufbau der Haut	368
3.2.3	Veränderungen und Krankheiten der Haut bei Kindern beobachten	369
3.3	Unterstützung bei der Haut- und Körperpflege – „Eine Hand wäscht die andere“	372
3.3.1	Durchführung der Körperpflege bei Kindern	373
3.3.2	Zahn und Mundpflege	375
3.4	Unterstützung bei der Ausscheidung – „Im Bad und WC ist alles okay“	377
3.4.1	Bedeutung der Ausscheidung für den Einzelnen	377
3.4.2	Aufbau und Funktion der Ausscheidungsorgane	377
3.4.3	„Sauberkeitserziehung“	379
3.4.4	Beobachtung der Ausscheidung	380
3.5	Hygiene – „Wie kann ich Erreger vermeiden?“	382
3.5.1	Hygienemaßnahmen	382
3.5.2	Hygieneprinzipien	382
●	Lernsituationen zum Weiterarbeiten	383
4.	Sich gesund ernähren – „Man ist, was man isst“	384
4.1	Ernährung heute – „Warum wir essen, wie wir essen?“	384
4.1.1	Beeinflussung der Essgewohnheiten durch Erziehung	385
4.1.2	Beeinflussung der Essgewohnheiten durch Kultur und Religion	386
4.1.3	Beeinflussung der Essgewohnheiten durch Lebens- und Arbeitsstil	387
4.1.4	Beeinflussung der Essgewohnheiten durch Medien und modische Trends	387
4.2	Stoffwechsel und Verdauung – „Warum essen wir?“	388
4.3	Die Bedeutung der gesunden Ernährung – „Wie viel Essen brauchen wir?“	390
4.3.1	Energiebedarf	390
4.3.2	Empfehlungen zur gesunden Ernährung	391
4.3.3	Besondere Formen der Ernährung	393
4.3.4	Spezielle Ernährung von Kindern und Säuglingen	394
4.4	Bestandteile unserer Nahrung – „Was steckt drin?“	395
4.4.1	Die Zusammensetzung der Nahrung	395
4.4.2	Die Inhaltsstoffe der Nahrung	396
4.5	Besonderheiten der Essgewohnheiten bei Erkrankungen – „Was muss ich beachten?“	398
4.5.1	Ernährung bei akuten Beschwerden	398
4.5.2	Diabetes mellitus	399
4.5.3	Nahrungsmittelunverträglichkeit und Nahrungsmittelallergie	400
4.6	Essstörungen und Adipositas – „Wann ist Essverhalten gestört?“	401
4.6.1	Magersucht	401
4.6.2	Ess-Brech-Sucht	401
4.6.3	Adipositas	402
●	Lernsituationen zum Weiterarbeiten	402
5.	Das kranke Kind – „Tränen trocknen, Pflaster kleben, Fieber messen...“	403
5.1	Erreger von Infektionskrankheiten – „Bakterien, Viren und Co“	403
5.1.1	Infektion und Krankheit	404
5.1.2	Infektionswege	404

Gesundheit von Kindern erhalten und fördern

5.2	Immunsystem – „Meine persönliche Abwehr“	405
5.2.1	Spezifische und unspezifische Abwehr	405
5.2.2	Infektionskrankheiten	407
5.2.3	Allergien	410
5.2.4	Schutzimpfungen	411
5.3	Handeln in Notfällen – „Sind Unfälle Zufälle?“	412
5.3.1	Kontrolle der Vitalfunktionen	413
5.3.2	Erste-Hilfe-Maßnahmen	416
5.3.3	Mit Schmerzen bei Kindern umgehen	418
5.3.4	Notfallsituationen	419
	Lernsituationen zum Weiterarbeiten	423
	Praxis-Spicker: BAUCHSCHMERZEN	424
	Praxis-Spicker: BEWUSSTLOSIGKEIT	425
	Praxis-Spicker: DURCHFALL	426
	Praxis-Spicker: FIEBER	427
	Praxis-Spicker: GEWEBSVERLETZUNGEN	428
	Praxis-Spicker: HAUTAUSSCHLAG	429
	Praxis-Spicker: HUSTENANFALL	430
	Praxis-Spicker: KRAMPFANFALL	431
	Praxis-Spicker: NASENBLUTEN	432
	Praxis-Spicker: ÜBELKEIT/ERBRECHEN	433
	Glossar	434
	Stichwortverzeichnis	437
	Bildquellenverzeichnis	445