Wasseroase

__ Wasser als täglicher Begleiter

Ziel

Durch die Bereitstellung von Trinkgelegenheiten im Gruppenraum werden Barrieren für das Trinken abgebaut. Die optische Präsenz von Wasser und Gläsern schafft zudem eine Erinnerung an die Notwendigkeit, zu trinken.

Material

- **Tisch, Regal oder Wagen**
- **Karaffen, Flaschen, Wasserspender mit Wasser**
- **Trinkgefäße (Becher, Gläser, Tassen)**
- **Markierung zur Zuordnung der Becher zu den Kindern**

Allgegenwärtig zum Wassertrinken einladen

Durchführung

- Zunächst ist ein geeigneter Ort für die Wasseroase zu finden. Dieser sollte optisch stets präsent sein (also nicht in einer abgelegenen Ecke), zugleich aber auch nicht im Weg stehen, um das Umkippen von Flaschen oder Karaffen zu vermeiden.
- Außerdem gilt es, ein geeignetes Möbel zu finden. Aus der Praxis sind unterschiedliche Umsetzungen bekannt: Von einem offenen Regal über einen einfachen Tisch bis hin zu speziell hierfür konstruierten Möbeln der Kita-Möbelhersteller. Wichtig ist, dass die Fläche groß genug ist, um Wasserbehälter und Trinkgefäße für alle Kinder zu beherbergen. Das Material sollte widerstandsfähig genug sein, um kleine Wasserlachen auszuhalten.
- Schließlich ist es wichtig, dass die Becher den Kindern zugeordnet werden können und weder vertauscht werden (Krankheitsprävention) noch nach einmaliger Benutzung gespült werden müssen. Besondere Klarheit ist sicher gegeben, wenn Becher dauerhaft mit den Namen der Kinder sowie jeweils einem eigenen Symbol oder Foto bedruckt oder beklebt werden. Alternativ können selbstgestaltete Untersetzer (z. B. aus laminiertem Karton) oder Anhänger als Markierung dienen.
- Die Kinder können bei der Befüllung der Karaffen mit Trinkwasser einbezogen werden, um die ständige Verfügbarkeit des Wassers zu untermauern

Die Wasseroase kann auch aus von zuhause mitgebrachten Trinkflaschen der Kinder bestehen. Da sich an den Mundstücken jedoch leicht Keime ansiedeln, ist diese Lösung möglicherweise ungünstig. Zudem verfügen nicht alle Familien über die Möglichkeit, ihrem Kind eine solche Flasche mitzugeben bzw. die Flaschen könnten unterschiedlich attraktiv sein und so zu Stigmatisierungen führen.

Als Wasseroase kann auch ein großer Wasserspender dienen, aus dem sich die Kinder jederzeit Trinkwasser zapfen können.

Erklärung

Die Wasseroase soll Wasser für Kinder leicht zugänglich machen. Studien zeigen, dass insbesondere die mangelnde Verfügbarkeit eine Hürde für das regelmäßige Trinken darstellt. Sind Wasser und Becher stets griffbereit, können die Kinder sich etwas nehmen, ohne erst eine pädagogische Fachkraft zu fragen. Darüber hinaus kann das Trinken auch „ansteckend“ sein: Sehen die Kinder andere beim Trinken, werden sie dadurch auf den eigenen Durst überhaupt erst aufmerksam.

Bildungsfokus dieser Aktivität auf den Bildungsbereich ...

- Körper, Bewegung, Gesundheit, Prävention

Foto ©Lim/iStock