

# Gesundheitskompetente Kita

## Leitfaden für Kindertageseinrichtungen





# GeKoRegio-Bayern

GeKoRegio-Bayern wurde in Kooperation mit der Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Landkreis Neu-Ulm durchgeführt sowie von einem Projektbeirat begleitet. Darüber hinaus haben Fachkräfte aus Kindertageseinrichtungen im Landkreis Neu-Ulm im Rahmen von Workshops aktiv an der Konzeptentwicklung mitgewirkt. Wir möchten uns an dieser Stelle herzlich für die Unterstützung bedanken.

## Projektpartner

Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Landkreis Neu-Ulm,  
Geschäftsstellenleitung **Marc Löchner**



## Projektbeirat

**Ulli Claus** (Landratsamt Neu-Ulm,  
Geschäftsbereichsleiter Gesundheit)

**Thorsten Freudenberger** (CSU, Mitglied des  
Bayerischen Landtags)

**Gunnar Geuter** (Bayerisches Landesamt für  
Gesundheit und Lebensmittelsicherheit,  
Fachliche Leitstelle Gesundheitsregionen<sup>plus</sup>)

**Christina Hackl** (Bayerisches Landesamt für  
Gesundheit und Lebensmittelsicherheit,  
Fachliche Leitstelle Gesundheitsregionen<sup>plus</sup>)

**Sonja Seger-Scheib** (Landratsamt Neu-Ulm,  
Bildungsbeauftragte)

**Dr. Ulla Verdugo-Raab** (Bayerisches Zentrum  
für Prävention und Gesundheitsförderung  
(ZPG) im Bayerischen Landesamt für  
Gesundheit und Lebensmittelsicherheit,  
Stellvertretende Leitung)

## Auf den nächsten Seiten finden Sie:

Hintergrundinformationen

ab Seite 6

Acht Standards einer gesundheitskompetenten Kita

ab Seite 8

Anhang: Selbstcheck-Fragebogen

ab Seite 17

Literatur und Referenzen

ab Seite 26

# Impressum

## Herausgeber

Professur für Gesundheitskompetenz  
WHO Kollaborationszentrum für  
Gesundheitskompetenz  
Department of Health and Sport Sciences  
School of Medicine and Health  
Technische Universität München

Campus Olympiapark München  
Am Olympiacampus 11  
80809 München

[www.hs.mh.tum.de/healthliteracy](http://www.hs.mh.tum.de/healthliteracy)  
[gekoregio.hl@mh.tum.de](mailto:gekoregio.hl@mh.tum.de)

## Projektteam TU München

Prof. Dr. Orkan Okan  
[orkan.okan@tum.de](mailto:orkan.okan@tum.de)

Sophie Rauschmayr, M. Sc.  
[sophie.rauschmayr@tum.de](mailto:sophie.rauschmayr@tum.de)

Cara Krudewig, M. Sc.  
[cara.krudewig@tum.de](mailto:cara.krudewig@tum.de)

## Grafikdesign

Kathrin Dickmann, M.A.  
TUM ProLehre | Medien und Didaktik

## Bildnachweise

Best Content Production Group (iStock-1207958823)  
Pavlo Stavnichuk (iStock-1192888901)  
Kathrin Dickmann (Grafik und Icons *Acht Standards*)



Gefördert durch

Bayerisches Staatsministerium für  
Gesundheit, Pflege und Prävention



Leitfaden Version 1.0  
1. Auflage: April 2025

Der Leitfaden „Gesundheitskompetente Kita“ wurde im Rahmen des vom Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit, Pflege und Prävention (StMGPP) geförderten Projekts „GeKoRegio-Bayern“ entwickelt. Das Projekt wurde in der Zeit von Juli 2023 bis Juni 2025 an der Technischen Universität München durchgeführt (Förderkennzeichen: K1-2497-Projekte-23-V3).

### Zitiervorschlag:

Rauschmayr, S., Krudewig, C., Okan, O. (2025). Gesundheitskompetente Kita: Leitfaden für Kindertageseinrichtungen. Gefördert durch das Bayerische Staatsministerium für Gesundheit, Pflege und Prävention. Technische Universität München. <https://doi.org/10.14459/2025md1774240>.

# Leitfaden „Gesundheitskompetente Kita“

## Gesundheitskompetenz + Kita = Gesundheitskompetente Kita?

In Deutschland wird die Förderung der Gesundheitskompetenz im Nationalen Aktionsplan Gesundheitskompetenz, in der Roadmap Gesundheitskompetenz des Bundesministeriums für Gesundheit und auch im Präventionsgesetz betont. Kinder sind dabei eine besonders wichtige Zielgruppe, da in diesem jungen Alter viele Grundlagen für ihre geistige, psychische und soziale Entwicklung gelegt werden.

Das Ziel ist, dass Kinder gesund aufwachsen und später auch zu gesundheitskompetenten Erwachsenen werden, die informierte Entscheidungen zur Gesundheit treffen und einen gesunden Lebensstil führen können.

Kindertageseinrichtungen (Kitas) spielen eine wesentliche Rolle im Leben von Kindern und Familien und haben einen großen Einfluss auf ihre Entwicklung. Deshalb können Kitas entscheidend zur Gesundheitsförderung und zur Stärkung der Gesundheitskompetenz beitragen. Vor diesem Hintergrund wurden das **GeKoOrg-Kita**-Konzept und der darauf aufbauende Leitfaden „Gesundheitskompetente Kita“ entwickelt.

Im Leitfaden wird der Begriff Kindertageseinrichtung als übergreifende Bezeichnung für alle Einrichtungen der Kindertagesbetreuung, z. B. Kindergarten, Krippe, Hort etc. verwendet und der Einfachheit halber mit *Kita* abgekürzt.

Der Leitfaden beschreibt eine „gesundheitskompetente Kita“ anhand von acht Standards. Jeder Standard hebt ein spezifisches Handlungsfeld in der Lebens- und Arbeitswelt Kita hervor, das zur Stärkung der Gesundheitskompetenz beitragen kann. Als Kita-Leitung oder Teil des Kita-Teams können Sie diesen Leitfaden nutzen, um Ihre Kita in Sachen Gesundheitskompetenz auf den Prüfstand zu stellen. Zudem können Sie entlang des Leitfadens Ideen sammeln, um die Gesundheitskompetenz aller Beteiligten in der Kita zu fördern.



# Hintergrundinformationen



## Was ist Gesundheitskompetenz?

Der Begriff „Gesundheitskompetenz“ umfasst verschiedene Fähigkeiten einer Person, mit Informationen zum Thema Gesundheit umzugehen. Diese Fähigkeiten helfen dabei, Gesundheitsinformationen aus unterschiedlichen Quellen zu *finden*, zu *verstehen*, zu *beurteilen* und *anzuwenden*. Gesundheitsinformationen können sowohl aus analogen Quellen stammen (z. B. Gespräche mit Gesundheits- oder Kita-Fachkräften, Informationsbroschüren für Eltern, Bücher) als auch aus digitalen Formaten wie Apps und sozialen Medien. Gesundheitskompetenz spielt in vielen Bereichen eine wichtige Rolle: Sie hilft nicht nur beim Umgang mit Krankheiten, sondern ist auch für die Gesundheitsförderung und Prävention von großer Bedeutung.

Im Alltag von Familien gibt es viele Situationen, in denen Gesundheitskompetenz wichtig ist. Oft müssen Eltern bzw. Erziehungsberechtigte und Kinder Entscheidungen treffen, die ihre Gesundheit betreffen. Das passiert manchmal, ohne dass sie groß darüber nachdenken. Zum Beispiel:

- » Wie können wir gesund bleiben?
- » Was können wir tun, um Krankheiten vorzubeugen?
- » Wann sollten wir zum Arzt gehen?

Für all diese Fragen ist es hilfreich, wenn Familien gut über Gesundheit Bescheid wissen. Das hilft ihnen, die richtigen Entscheidungen zu treffen – für sich selbst und für ihre Kinder.

Um Gesundheitskompetenz erfolgreich zu fördern, ist es wichtig zu verstehen, wie Menschen ihre Gesundheitskompetenz entwickeln. Dabei spielen das bereits vorhandene Wissen, die Motivation und die Handlungsmöglichkeiten der jeweiligen Zielgruppe eine große Rolle. Auch das Umfeld, in dem Kinder und Familien lernen, spielen, leben und aufwachsen, ist entscheidend. Gesundheitskompetenz hängt eng mit Bildung und Erziehung zusammen und entwickelt sich im Laufe des Lebens und in verschiedenen Lebenswelten.

## Gesundheitskompetenz in und durch die Kita stärken

Die Kita ist ein besonders wichtiger Ort für die Entwicklung von Gesundheitskompetenz: Hier können Kinder und ihre Familien Gesundheitskompetenz ganz praktisch erlernen und üben. Hier können Kinder und ihre Familien Gesundheitskompetenz ganz praktisch erlernen und üben. In der Kita können Kinder bereits viele Fähigkeiten und Einstellungen erlernen, die die Basis für ihre zukünftige Gesundheitskompetenz bilden. Obwohl es noch keine speziellen Lernangebote für Gesundheitskompetenz in der Kita gibt, ist es wichtig, die Kinder in ihrer Entwicklung zu unterstützen, indem sie spielerisch mit entsprechenden Werten,

Normen und mit gesundheitsförderlichem Verhalten (z. B. Körperbewusstsein, Hygiene, Resilienz, soziales Miteinander) vertraut gemacht werden.

Kitas sind entscheidende Orte, um diese grundlegenden Prozesse zu gestalten und viele Kinder und Familien unabhängig ihrer Herkunft zu erreichen. Sie bieten nicht nur Raum für das Lernen der Kinder, sondern auch für die Zusammenarbeit mit ihren Familien. Dabei spielen Eltern bzw. Erziehungsberechtigte eine wesentliche Rolle, da sie die gesundheitsbezogenen Entscheidungen für ihre Kinder treffen. Deshalb ist es wichtig,

auch die Eltern bzw. Erziehungsberechtigten in den Prozess einzubeziehen und sie zu ermutigen, gesunde Lebensweisen vorzuleben und zu vermitteln.

Kitas bieten vielfältige Möglichkeiten, die Gesundheitskompetenz von Kindern, Familien und dem gesamten Team zu fördern. Hierbei können einfache, alltagsnahe Maßnahmen umgesetzt werden, die ...

» ... **Verhältnisse** schaffen, welche die Entwicklung von Gesundheitskompetenz unterstützen (z. B. Bereitstellung verständlicher und vertrauenswürdiger Gesundheitsinformationen für Kinder und ihre Familien).

» ... gesundheitskompetentes **Verhalten** fördern (z. B. Aus-, Fort- und Weiterbildung für das Personal, Durchführung von Projekten zur Gesundheitsförderung für die Kinder).

Die Kombination beider Ansätze verspricht eine effektive Stärkung von Gesundheitskompetenz in und durch die Kita. Auf diese Weise kann eine Umgebung entstehen, die Gesundheitskompetenz ganzheitlich fördert. Sie unterstützt Kinder, ihre Familien und das gesamte Kita-Team dabei, gesundheitsrelevante Informationen zu finden, zu verstehen, zu bewerten und im Alltag anzuwenden.

## Organisationale Gesundheitskompetenz in der Kita

Um die Förderung von Gesundheitskompetenz nachhaltig in der Kita zu verankern, ist es wichtig, die gesamte Einrichtung in den Blick zu nehmen. Das Konzept der organisationalen Gesundheitskompetenz beschreibt einen solchen umfassenden Ansatz. Ziel ist es, ganzheitliche Organisations- und Qualitätsentwicklungen anzustoßen, die zur Stärkung von Gesundheitskompetenz beitragen. Das Konzept schließt sowohl die angesprochenen

Maßnahmen zur Stärkung der Gesundheitskompetenz auf der Verhaltensebene als auch Maßnahmen zur Optimierung organisationaler Strukturen und Rahmenbedingungen auf der Verhältnisebene ein. Organisationale Gesundheitskompetenz betrifft dabei alle möglichen Lebenswelten, in denen Menschen Gesundheitskompetenz anwenden oder erlernen können. Dazu zählen zum Beispiel Krankenhäuser, die offene Jugendarbeit, vor allem Schulen und eben die Kita.

Unter organisationaler Gesundheitskompetenz in der Kita bzw. einer gesundheitskompetenten Kita verstehen wir in diesem Leitfaden Folgendes:



Eine gesundheitskompetente Kita gestaltet Prozesse, Strukturen und Rahmenbedingungen so, dass in ihrem Setting Gesundheitskompetenz entwickelt, eingeübt und gefördert werden kann. Ziel ist es, alle Beteiligten – Kinder, ihre Familien und das gesamte Kita-Team – für den Umgang mit Gesundheitsinformationen zu befähigen und gesundheitskompetentes Handeln zu stärken. Eine gesundheitskompetente Kita verankert Gesundheitskompetenz auf organisationaler Ebene und schafft entsprechende Rahmenbedingungen für deren Stärkung. Sie vermittelt Kindern spielerisch die Grundlagen für Gesundheitskompetenz, bezieht Eltern bzw. Erziehungsberechtigte aktiv ein und stärkt das Personal im Umgang mit Gesundheitsinformationen und gesundheitskompetentem Handeln.

Innerhalb dieses Leitfadens wird die gesundheitskompetente Organisation Kita anhand von acht Bereichen bzw. Handlungsfeldern vorgestellt.

# Acht Standards einer gesundheitskompetenten Kita

Insgesamt besteht das Konzept einer gesundheitskompetenten Kita aus acht Standards. Das sind verschiedene Bereiche bzw. Handlungsfelder in der Kita. Jeder dieser Standards widmet sich einem Bereich, in dem eine Kita Gesundheitskompetenz stärken kann. Die Standards sprechen hierbei unterschiedliche Ebenen an: Kita-Organisation, Kita-Alltag, Individuelle Ebene (Beschäftigte und Kinder), Kommune/Lebenswelt. In jede Ebene können zwei der acht Standards eingeordnet werden. Zu jedem Standard gehören wiederum insgesamt sechs konkrete Unterpunkte – oder auch Indikatoren genannt. Diese werden im Folgenden dargestellt und erläutert.



Lebenswelt



## Hinweise zur Anwendung des Leitfadens

Die Standards mit ihren sechs Unterpunkten sind ein nützliches Instrument für Kitas, um eine Bestandsaufnahme durchzuführen. Sie helfen Ihnen, zu erkennen, welche organisatorischen Bereiche, Abläufe und Inhalte im Kita-Alltag bereits gesundheitskompetenzfördernd gestaltet sind.

## Konzept einer gesundheitskompetenten Kita



Mithilfe dieser Standards können Sie:

1. Prüfen, was Sie in Sachen Gesundheitskompetenz schon gut umsetzen.
2. Herausfinden, wo es noch Verbesserungspotenzial gibt.
3. Ansatzpunkte für neue Maßnahmen identifizieren.

Die Standards dienen Ihnen als Orientierung und geben Anregungen, wie sich Kitas zu gesundheitskompetenten Einrichtungen weiterentwickeln können. Sie zeigen konkrete Entwicklungsbereiche auf und können Ihnen dabei helfen, gezielte Maßnahmen zu planen und umzusetzen.



## Standard 1: Gesundheitskompetenz verankern

An einer gesundheitskompetenten Kita wird Gesundheitskompetenz auf der Organisationsebene eingeordnet: Gesundheitskompetenz wird als wichtig erachtet und gilt als fester Bestandteil der Orientierung und Entwicklung der Kita.

### Standard 1 beinhaltet folgende Punkte:

1. Gesundheitskompetenz ist Bestandteil der Konzeption unserer Kita.
2. Unsere Kita erachtet die Stärkung der Gesundheitskompetenz aller Beteiligten als wichtiges Ziel.
3. An unserer Kita ist eine Ansprechperson benannt, die für das Thema Gesundheit und Gesundheitskompetenz zuständig ist (z. B. für Koordination, Projekte, Fortbildungen).
4. Unsere Einrichtungsleitung unterstützt aktiv die Umsetzung von Maßnahmen zur Stärkung der Gesundheitskompetenz an unserer Kita.
5. Die Stärkung der Gesundheitskompetenz der Kinder ist ein Ziel im Rahmen der Gesundheitserziehung in unserer Kita.
6. Wir reflektieren unsere Maßnahmen zur Stärkung der Gesundheitskompetenz regelmäßig (z. B. Qualitätssicherung) und entwickeln diese weiter.



## Standard 2: Rahmenbedingungen für Gesundheitskompetenz

An einer gesundheitskompetenten Kita wird Gesundheitskompetenz auf der Ebene des Trägers und der Einrichtung durch entsprechende Rahmenbedingungen gefördert und weiterentwickelt. Zudem müssen ausreichende Ressourcen bereitgestellt werden, um die Gesundheitskompetenz von Kindern und allen Beteiligten nachhaltig zu fördern.

### Standard 2 beinhaltet folgende Punkte:

1. Unser Träger erachtet die Stärkung der Gesundheitskompetenz in der Kita als wichtig.
2. Unser Träger unterstützt unsere Kita auf dem Weg, sich zu einer gesundheitskompetenten Kita zu entwickeln (z. B. durch entsprechende Fortbildungsangebote).
3. Wir führen mit unserem Träger einen Dialog über die Förderung von Gesundheitskompetenz in unserer Kita (z. B. Kommunikation über Bedarfe, Wünsche, Angebote und Projekte).
4. Für die Umsetzung der Maßnahmen zur Stärkung von Gesundheitskompetenz stehen uns personelle Ressourcen zur Verfügung.
5. Für die Umsetzung der Maßnahmen zur Stärkung von Gesundheitskompetenz stehen uns zeitliche Ressourcen zur Verfügung.
6. Für die Umsetzung der Maßnahmen zur Stärkung von Gesundheitskompetenz stehen uns finanzielle Ressourcen zur Verfügung.

## Standard 3: Gesundheitskompetenz im pädagogischen Alltag stärken



An einer gesundheitskompetenten Kita wird Kindern im pädagogischen Alltag jederzeit die Möglichkeit gegeben, grundlegende Gesundheitsbedürfnisse zu stillen und ein gesundheitsbewusstes Verhalten zu entwickeln. Die Gestaltung des pädagogischen Alltags trägt dazu bei, Gesundheitskompetenz in der Kita zu fördern.

### Standard 3 beinhaltet folgende Punkte:

1. Unser Kita-Team handelt im pädagogischen Alltag entsprechend seiner Vorbildrolle für die Kinder und Familien gesundheitskompetent.
2. Unser Kita-Team wendet im Kita-Alltag pädagogische Inhalte und didaktische Methoden zur Stärkung der Gesundheitskompetenz der Kinder an.
3. An unserer Kita reflektieren wir bestehende pädagogische Inhalte und didaktische Methoden, um sie hinsichtlich der Stärkung der Gesundheitskompetenz im Alltag zu verbessern (z. B. Entwicklungsbögen, Supervision, Feedback).
4. In unserem Kita-Alltag haben alle Kinder die Möglichkeit, ihre gesundheitlichen Grundbedürfnisse zu stillen (z. B. Rückzugs- oder Bewegungsmöglichkeiten, Essen und Trinken, Sicherheit).
5. Wir achten darauf, dass Materialien (Videos, Bücher, Spielsachen) Kriterien guter Gesundheitsinformationen entsprechen (z. B. Aktualität, seriöse Quellen, neutrale Aufarbeitung des Themas).
6. An unserer Kita gibt es frei zugängliche, altersgerechte und lebensweltnahe Gesundheitsinformationen für unsere Kinder und ihre Familien (z. B. Poster, Flyer).





## Standard 4: **Gesundheitskompetente Kommunikation**

In einer gesundheitskompetenten Kita achten alle auf eine einfache und verständlich gestaltete Kommunikation (mit Kindern, Eltern bzw. Erziehungsberechtigten, im Team) zu gesundheitlichen Themen.

### **Standard 4 beinhaltet folgende Punkte:**

1. Unser Team achtet darauf, dass Kommunikation zu und über gesundheitliche Themen für alle einfach und verständlich ist.
2. An unserer Kita schaffen wir eine Sensibilität für Kommunikation über Gesundheit und bestärken entsprechende Fähigkeiten (z. B. kritisches Hinterfragen, verständnisförderndes Kommunizieren).
3. Wir kennen unterschiedliche Kommunikationsmethoden zur Vermittlung gesundheitlicher Themen.
4. Wir arbeiten mit unterschiedlichen Kommunikationsmethoden bei der Vermittlung von gesundheitlichen Themen.
5. Unser Team hat die Möglichkeit, Fortbildungen zum Thema Kommunikation zu besuchen.
6. Unser Team hat bereits an Fortbildungen zum Thema Kommunikation teilgenommen.



## Standard 5: Gesundheitskompetenz für Kinder



Eine gesundheitskompetente Kita fördert aktiv die Basiskompetenzen der Kinder für ihre personale Gesundheitskompetenz durch gezielte und altersgerechte Angebote.

### Standard 5 beinhaltet folgende Punkte:

1. Wir vermitteln den Kindern entsprechend dem Bildungs- und Erziehungsplan spielerisch und altersgerecht gesundheitsbezogenes Wissen und Kompetenzen (z. B. Ernährung, Körperpflege und Hygiene).
2. Wir unterstützen alle Kinder im Kita-Alltag, Gesundheitskompetenz altersgerecht auszuprobieren (z. B. im Rahmen von Frühstück und Mittagessen).
3. In unserer Kita setzen wir Projekte zur Gesundheitsförderung der Kinder um (z. B. Klimaspürnasen, TigerKids).
4. An unserer Kita lernen alle Kinder in der Kita und zu Hause, selbständig gesundheitskompetent zu handeln (z. B. Hygiene, Wärmeregulation).
5. Die Partizipation unserer Kinder ist ein zentrales Anliegen (z. B. werden Wünsche, Interessen und Bedarfe unserer Kinder bzgl. Gesundheit berücksichtigt).
6. Wir berücksichtigen die Vielfalt unserer Kinder und ihrer Familien bei der Förderung der Gesundheitskompetenz (z. B. bzgl. Sprache und Kultur).

## Standard 6: Ein gesundheitskompetentes Kita-Team



Eine gesundheitskompetente Kita nimmt auch die Gesundheitskompetenz und Gesundheit des Kita-Teams – Kita-Leitung, pädagogisches und sonstiges Personal – in den Blick.

### Standard 6 beinhaltet folgende Punkte:

1. Wir achten auf die Gesundheit unseres Teams.
2. Wir ergreifen bedarfsorientierte Maßnahmen und Angebote zur Förderung der Gesundheit für das Personal (z. B. Rückenschule, Supervision, Feedback).
3. Wir nehmen Maßnahmen und Angebote zur Förderung der Gesundheit des Teams in Anspruch.
4. Wir prüfen die Aktualität von Maßnahmen und Angeboten und verbessern die Rahmenbedingungen unserer Kita für die Gesundheit des Teams.
5. Unser Kita-Team hat die Möglichkeit, Fortbildungen zur Stärkung der Gesundheitskompetenz zu besuchen.
6. Unser Team hat bereits an Fortbildungen zur Stärkung der Gesundheitskompetenz teilgenommen.



## Standard 7: Gesundheitskompetenz in der Lebenswelt stärken

Eine gesundheitskompetente Kita nutzt und mobilisiert regionale Möglichkeiten und Ressourcen für die Stärkung von Gesundheitskompetenz. So entsteht ein Umfeld, das die Gesundheitskompetenz aller Beteiligten fördert.

### Standard 7 beinhaltet folgende Punkte:

1. An unserer Kita nehmen wir als (Erst-)Anlaufstelle eine vermittelnde Rolle bei gesundheitsrelevanten Anliegen unserer Kinder ein.
2. Unsere Kita arbeitet mit verschiedenen gesundheitsbezogenen Unterstützungssystemen, Einrichtungen und Fachkräften zusammen (z. B. Ärztinnen und Ärzte, Logopädinnen und Logopäden, Ergotherapeutinnen und -therapeuten, Frühförderstellen).
3. Unsere Kita hat eine Aufstellung von Kontaktadressen der wichtigsten gesundheitsbezogenen Dienste (z. B. Jugendamt, Ärztinnen und Ärzte, Frühförderstelle) und deren inhaltliche Zuständigkeiten.
4. Wir arbeiten mit Initiativen und Angeboten, die die Gesundheitskompetenz der Eltern bzw. Erziehungsberechtigten stärken (z. B. Elternabende, Tag der Offenen Tür, Elternkurse, Projektstage).
5. Wir laden Eltern bzw. Erziehungsberechtigte ein, sich für die Stärkung der Gesundheitskompetenz der Kinder einzubringen (z. B. Ausflug zu Bauernhof/ Zahnarztpraxis/Bio-Markt von Eltern).
6. Unsere Kita nutzt regionale Gegebenheiten und Möglichkeiten (z. B. Wald, Grünflächen, Spielplätze) zur Stärkung der Gesundheitskompetenz im pädagogischen Alltag.

## Standard 8: Vernetzen und Austauschen



Eine gesundheitskompetente Kita ist aktiv in ein Netzwerk von gesundheitlichen Akteuren und anderen Kitas eingebunden und tauscht sich aus. Das Thema Gesundheitskompetenz ist dadurch innerhalb und außerhalb der Kita sichtbar.

### Standard 8 beinhaltet folgende Punkte:

1. Unsere Kita nutzt offizielle Austauschplattformen und -möglichkeiten zu gesundheitlichen Themen (z. B. des Landratsamts oder Trägers).
2. Unsere Kita nimmt an regionalen Vernetzungstreffen, Projekten und Angeboten zum Thema Gesundheit teil (z. B. vom Sportverein oder der Kommune).
3. Unsere Kita teilt Wissen und Erfahrungswerte zum Thema Gesundheitskompetenz mit anderen Kitas in der Region.
4. Unsere Kita teilt Beispiele guter Praxis in regionalen Medien, auf Social Media oder in Zeitschriften bzw. auf Konferenzen.
5. Wir tauschen uns mit Eltern bzw. Erziehungsberechtigten zu Gesundheitsthemen in der Kita aus (z. B. im Elternbeirat, Elternumfrage).
6. Wir machen Gesundheitskompetenz auch außerhalb unserer Kita sichtbar und übernehmen eine Vorbildfunktion.





# Anhang: Selbstcheck-Fragebogen

Die folgenden acht Seiten zeigen die acht Bereiche einer gesundheitskompetenten Kita mit ihren sechs Indikatoren in Form eines Selbstcheck-Fragebogens. Auf jeder Seite können Sie für jeweils einen der acht Bereiche einschätzen, inwieweit die einzelnen Indikatoren an Ihrer Kita bereits umgesetzt werden. Diese Einschätzung soll Ihnen helfen, eine Bestandsaufnahme der organisationalen Gesundheitskompetenz an Ihrer Kita zu erhalten. Sie können Strukturen, Rahmenbedingungen

und Abläufe im Kita-Alltag reflektieren und herausfinden, was Ihre Kita bereits gut umsetzt und wo Verbesserungspotenzial möglich ist. Neue Ideen, Anregungen und mögliche Ansatzpunkte für weitere Entwicklungen an Ihrer Kita können Sie direkt im Selbstcheck-Fragebogen notieren und im Anschluss entsprechende Maßnahmen planen und umsetzen.

Für die Einschätzung und Beurteilung haben Sie jeweils vier Abstufungen zur Auswahl. Diese werden durch folgende Symbole gekennzeichnet:

- |                                                                                     |                                  |                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | Ja = trifft voll zu              | Dieser Bereich wird an Ihrer Kita bereits gut aufgegriffen.                                                        |
|  | Eher ja = trifft eher zu         | In diesem Bereich gibt es Ideen, es wird sporadisch etwas umgesetzt und auf eine Etablierung dessen hingearbeitet. |
|  | Eher nein = trifft eher nicht zu | Hier bestehen zwar Ideen und/oder erste Ansätze, diese werden allerdings noch nicht (fest) umgesetzt.              |
|  | Nein = trifft gar nicht zu       | Dieser Bereich wird aktuell noch nicht angegangen.                                                                 |



Besprechen Sie am besten im Kita-Team mithilfe des Selbstcheck-Fragebogens die unterschiedlichen Indikatoren. Gemeinsam können Sie konkrete Ideen und Maßnahmen entwickeln und überlegen, wo Veränderungen möglich wären.

Nutzen Sie gern die Notizfelder, um Ihre Gedanken, Ideen und Pläne festzuhalten.



## Standard 1: Gesundheitskompetenz verankern

✓ ✓ ✓ ✗ ✗ Notizen

1	Gesundheitskompetenz ist Bestandteil der Konzeption unserer Kita.				
2	Unsere Kita erachtet die Stärkung der Gesundheitskompetenz aller Beteiligten als wichtiges Ziel.				
3	An unserer Kita ist eine Ansprechperson benannt, die für das Thema Gesundheit und Gesundheitskompetenz zuständig ist (z. B. für Koordination, Projekte, Fortbildungen).				
4	Unsere Einrichtungsleitung unterstützt aktiv die Umsetzung von Maßnahmen zur Stärkung der Gesundheitskompetenz an unserer Kita.				
5	Die Stärkung der Gesundheitskompetenz der Kinder ist ein Ziel im Rahmen der Gesundheitserziehung in unserer Kita.				
6	Wir reflektieren unsere Maßnahmen zur Stärkung der Gesundheitskompetenz regelmäßig (z. B. Qualitätssicherung) und entwickeln diese weiter.				



## Standard 2: Rahmenbedingungen für Gesundheitskompetenz

✓ ✓ ✓ ✗ ✗ Notizen

1	Unser Träger erachtet die Stärkung der Gesundheitskompetenz in der Kita als wichtig.				
2	Unser Träger unterstützt unsere Kita auf dem Weg, sich zu einer gesundheitskompetenten Kita zu entwickeln (z.B. durch entsprechende Fortbildungsangebote).				
3	Wir führen mit unserem Träger einen Dialog über die Förderung von Gesundheitskompetenz in unserer Kita (z.B. Kommunikation über Bedarfe, Wünsche, Angebote und Projekte).				
4	Für die Umsetzung der Maßnahmen zur Stärkung von Gesundheitskompetenz stehen uns personelle Ressourcen zur Verfügung.				
5	Für die Umsetzung der Maßnahmen zur Stärkung von Gesundheitskompetenz stehen uns zeitliche Ressourcen zur Verfügung.				
6	Für die Umsetzung der Maßnahmen zur Stärkung von Gesundheitskompetenz stehen uns finanzielle Ressourcen zur Verfügung.				



### Standard 3: Gesundheitskompetenz im pädagogischen Alltag stärken

✓ ✓ ✗ ✘ Notizen

1	Unser Kita-Team handelt im pädagogischen Alltag entsprechend seiner Vorbildrolle für die Kinder und Familien gesundheitskompetent.				
2	Unser Kita-Team wendet im Kita-Alltag pädagogische Inhalte und didaktische Methoden zur Stärkung der Gesundheitskompetenz der Kinder an.				
3	An unserer Kita reflektieren wir bestehende pädagogische Inhalte und didaktische Methoden, um sie hinsichtlich der Stärkung der Gesundheitskompetenz im Alltag zu verbessern (z. B. Entwicklungsbögen, Supervision, Feedback).				
4	In unserem Kita-Alltag haben alle Kinder die Möglichkeit, ihre gesundheitlichen Grundbedürfnisse zu stillen (z. B. Rückzugs- oder Bewegungsmöglichkeiten, Essen und Trinken, Sicherheit).				
5	Wir achten darauf, dass Materialien (Videos, Bücher, Spielsachen) Kriterien guter Gesundheitsinformationen entsprechen (z. B. Aktualität, seriöse Quellen, neutrale Aufarbeitung des Themas).				
6	An unserer Kita gibt es frei zugängliche, altersgerechte und lebensweltnahe Gesundheitsinformationen für unsere Kinder und ihre Familien (z. B. Poster, Flyer).				



## Standard 4: Gesundheitskompetente Kommunikation

✓ ✓ ✓ ✗ ✘ Notizen

1	Unser Team achtet darauf, dass Kommunikation zu und über gesundheitliche Themen für alle einfach und verständlich ist.				
2	An unserer Kita schaffen wir eine Sensibilität für Kommunikation über Gesundheit und bestärken entsprechende Fähigkeiten (z. B. kritisches Hinterfragen, verständnisförderndes Kommunizieren).				
3	Wir kennen unterschiedliche Kommunikationsmethoden zur Vermittlung gesundheitlicher Themen.				
4	Wir arbeiten mit unterschiedlichen Kommunikationsmethoden bei der Vermittlung von gesundheitlichen Themen.				
5	Unser Team hat die Möglichkeit, Fortbildungen zum Thema Kommunikation zu besuchen.				
6	Unser Team hat bereits an Fortbildungen zum Thema Kommunikation teilgenommen.				



## Standard 5: Gesundheitskompetenz für Kinder

✓ ✓ ✓ ✗ ✗ Notizen

1	Wir vermitteln den Kindern entsprechend dem Bildungs- und Erziehungsplan spielerisch und altersgerecht gesundheitsbezogenes Wissen und Kompetenzen (z. B. Ernährung, Körperpflege und Hygiene).				
2	Wir unterstützen alle Kinder im Kita-Alltag, Gesundheitskompetenz altersgerecht auszuprobieren (z. B. im Rahmen von Frühstück und Mittagessen).				
3	In unserer Kita setzen wir Projekte zur Gesundheitsförderung der Kinder um (z. B. Klimaspürnasen, TigerKids).				
4	An unserer Kita lernen alle Kinder in der Kita und zu Hause, selbständig gesundheitskompetent zu handeln (z. B. Hygiene, Wärmeregulation).				
5	Die Partizipation unserer Kinder ist ein zentrales Anliegen (z. B. werden Wünsche, Interessen und Bedarfe unserer Kinder bzgl. Gesundheit berücksichtigt).				
6	Wir berücksichtigen die Vielfalt unserer Kinder und ihrer Familien bei der Förderung der Gesundheitskompetenz (z. B. bzgl. Sprache und Kultur).				



## Standard 6: Ein gesundheitskompetentes Kita-Team

✓ ✓ ✓ ✗ ✗ Notizen

1	Wir achten auf die Gesundheit unseres Teams.					
2	Wir ergreifen bedarfsorientierte Maßnahmen und Angebote zur Förderung der Gesundheit für das Personal (z. B. Rückenschule, Supervision, Feedback).					
3	Wir nehmen Maßnahmen und Angebote zur Förderung der Gesundheit des Teams in Anspruch.					
4	Wir prüfen die Aktualität von Maßnahmen und Angeboten und verbessern die Rahmenbedingungen unserer Kita für die Gesundheit des Teams.					
5	Unser Kita-Team hat die Möglichkeit, Fortbildungen zur Stärkung der Gesundheitskompetenz zu besuchen.					
6	Unser Team hat bereits an Fortbildungen zur Stärkung der Gesundheitskompetenz teilgenommen.					



## Standard 7: Gesundheitskompetenz in der Lebenswelt stärken

✓ ✓ ✓ ✗ ✗ Notizen

1	An unserer Kita nehmen wir als (Erst-)Anlaufstelle eine vermittelnde Rolle bei gesundheitsrelevanten Anliegen unserer Kinder ein.				
2	Unsere Kita arbeitet mit verschiedenen gesundheitsbezogenen Unterstützungssystemen, Einrichtungen und Fachkräften zusammen (z. B. Ärztinnen und Ärzte, Logopädinnen und Logopäden, Ergotherapeutinnen und -therapeuten, Frühförderstellen).				
3	Unsere Kita hat eine Aufstellung von Kontaktadressen der wichtigsten gesundheitsbezogenen Dienste (z. B. Jugendamt, Ärztinnen und Ärzte, Frühförderstelle) und deren inhaltliche Zuständigkeiten.				
4	Wir arbeiten mit Initiativen und Angeboten, die die Gesundheitskompetenz der Eltern bzw. Erziehungsberechtigten stärken (z. B. Elternabende, Tag der Offenen Tür, Elternkurse, Projekttage).				
5	Wir laden Eltern bzw. Erziehungsberechtigte ein, sich für die Stärkung der Gesundheitskompetenz der Kinder einzubringen (z. B. Ausflug zu Bauernhof/Zahnarztpraxis/Bio-Markt von Eltern).				
6	Unsere Kita nutzt regionale Gegebenheiten und Möglichkeiten (z. B. Wald, Grünflächen, Spielplätze) zur Stärkung der Gesundheitskompetenz im pädagogischen Alltag.				



## Standard 8: Vernetzen und Austauschen

✓ ✓ ✓ X ✘ Notizen

1	Unsere Kita nutzt offizielle Austauschplattformen und -möglichkeiten zu gesundheitlichen Themen (z. B. des Landratsamts oder Trägers).				
2	Unsere Kita nimmt an regionalen Vernetzungstreffen, Projekten und Angeboten zum Thema Gesundheit teil (z. B. vom Sportverein oder der Kommune).				
3	Unsere Kita teilt Wissen und Erfahrungswerte zum Thema Gesundheitskompetenz mit anderen Kitas in der Region.				
4	Unsere Kita teilt Beispiele guter Praxis in regionalen Medien, auf Social Media oder in Zeitschriften bzw. auf Konferenzen.				
5	Wir tauschen uns mit Eltern bzw. Erziehungsberechtigten zu Gesundheitsthemen in der Kita aus (z. B. im Elternbeirat, Elternumfrage).				
6	Wir machen Gesundheitskompetenz auch außerhalb unserer Kita sichtbar und übernehmen eine Vorbildfunktion.				

# Informationen zum Projektvorhaben „GeKoRegio-Bayern“

Auf der Webseite der Professur für Gesundheitskompetenz:

<https://www.hs.mh.tum.de/healthliteracy/forschung/gekoregio-bayern>

## Literatur und Referenzen

bOJA/BÖJI. (2016). Leitfaden. Jugendarbeit Gesundheitskompetenz. Die gesundheitskompetente Offene Jugendarbeit. [https://www.boja.at/sites/default/files/wissen/2020-01/Leitfaden\\_Gesundheitskompetenz\\_OJA\\_2%20Auflage\\_Web.pdf](https://www.boja.at/sites/default/files/wissen/2020-01/Leitfaden_Gesundheitskompetenz_OJA_2%20Auflage_Web.pdf)

Brach, C., & Harris, L. M. (2021). Healthy People 2030 Health Literacy Definition Tells Organizations: Make Information and Services Easy to Find, Understand, and Use. *Journal of General Internal Medicine*, 36(4), 1084-1085. DOI: 10.1007/s11606-020-06384-y

Brach, C., Keller, D., Hernandez, L. M., Baur, C., Parker, R., Dreyer, B., Schyve, P., Lemerise, A. J., & Schillinger, D. (2012). Ten Attributes of Health Literate Health Care Organizations. Washington, D.C.

Dietscher, C., & Pelikan, J. (2016). Gesundheitskompetente Krankenbehandlungsorganisationen. *Prävention und Gesundheitsförderung*, 11(1), 53-62.

Geene, R., Richter-Kornweitz, A., Strehmel, P., & Borkowski, S. (2016). Gesundheitsförderung im Setting Kita. *Prävention und Gesundheitsförderung*, 11(4), 230-236. DOI: 10.1007/s11553-016-0559-9

Kirchhoff, S., & Okan, O. (2021). Organisationale Gesundheitskompetenz an Schulen. *impulse für Gesundheitsförderung*, (113). <https://www.gesundheit-nds.de/index.php/medien/impulse>

Kirchhoff, S., & Okan, O. (2022a). Das Projekt GeKoOrg-Schule: Organisationale Gesundheitskompetenz in der Schule. In K. Rathmann, K. Dadaczynski, O. Okan, & M. Messer (Hrsg.), *Gesundheitskompetenz*. Springer Reference-Werk. DOI: 10.1007/978-3-662-62800-3\_69-1

Kirchhoff, S., & Okan, O. (2022b). Gesundheitskompetente Schule: Konzeptentwicklung für organisationale Gesundheitskompetenz in der Schule. *Bundesgesundheitsblatt - Gesundheitsforschung - Gesundheitsschutz*. DOI: 10.1007/s00103-022-03546-7

Kirchhoff, S., Krudewig, C., & Okan, O. (2024). Unterrichtsmaterialien und Schulprogramme zur Stärkung der Gesundheitskompetenz. *Materialsammlung für Schulen* (2. Aufl.). Technische Universität München. DOI: 10.14459/2024md1704019

Kirchhoff, S., Schulenkorf, T., & Okan, O. (2022). Organisationale Gesundheitskompetenz im Schulsetting. *Public Health Forum*, 30(2), 108-111. DOI: 10.1515/pubhef-2022-0024

Kruger, S., & Peter, F. (2019). Soziale Ungleichheiten reduzieren: Was die Kita leisten kann. *DJI Impulse. Frühe Bildung. Bilanz und Perspektiven für Deutschland*, (1), 14-18.

Malli, G., & Zelinka-Roitner, I. (2020). *Schulen für Gesundheitskompetenz! Wissen, fragen, verstehen, anwenden. Ein Leitfaden, um gesunde Entscheidungen in der Lebenswelt Schule zu erleichtern*. Wien.

Okan, O., & Kirchhoff, S. (2021). Gesundheitskompetente Schulen. Schüler\*innen, Personal und Schulorganisation stärken. *PÄDAGOGIK*, 7-8/21, 60-63.

Okan, O., & Kirchhoff, S. (2022). Fragebogen Organisationale Gesundheitskompetenz der Schule. GeKoOrg-Schule. Technische Universität München. DOI: 10.14459/2022md1655484

Okan, O., Dadaczynski, K., Koller, U., Braun, V., & Hurrelmann, K. (2021). Gesundheitskompetenz und Schule. Entwicklung von 100 Leuchtturmschulen bis zum Jahr 2025. Ein Visionspapier. <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:hebis:66-opus4-8924>

Okan, O., Kirchhoff, S., & Krudewig, C. (2022). Gesundheitskompetente Schule. Leitfaden für Schulen. Technische Universität München. DOI: 10.14459/2022md1688087

Okan, O., Paakkari, L., & Dadaczynski, K. (2020). Gesundheitskompetenz und Schule. Aktueller Stand. Deutsche Übersetzung des Fact Sheets: Health literacy in schools: State of the art. <https://www.schoolsforhealth.org/sites/default/files/editor/fact-sheets/factsheet-2020-german.pdf>

Paakkari, L., & Paakkari, O. (2012). Health literacy as a learning outcome in schools. *Health Education*, 112(2), 133-152. DOI: 10.1108/09654281211203411

Parker, R., & Ratzan, S. C. (2010). Health literacy: a second decade of distinction for Americans. *Journal of Health Communication*, 15(Suppl 2), 20-33. DOI: 10.1080/10810730.2010.501094

Pelikan, J. M. (2017). Gesundheitskompetente Krankenbehandlungseinrichtungen. *Public Health Forum*, 25(1), 66-70.

Pelikan, J. M., & Dietscher, C. (2015). Warum sollten und wie können Krankenhäuser ihre organisationale Gesundheitskompetenz verbessern? *Bundesgesundheitsblatt - Gesundheitsforschung - Gesundheitsschutz*, 58(9), 989-995. DOI: 10.1007/s00103-015-2206-6

Schaeffer, D., Hurrelmann, K., Bauer, U., & Kolpatzik, K. (2018). Nationaler Aktionsplan Gesundheitskompetenz. Die Gesundheitskompetenz in Deutschland stärken. <https://www.nap-gesundheitskompetenz.de>

Schulenkorf, T., Krahe, V., Dadaczynski, K., & Okan, O. (2021). Addressing health literacy in schools in Germany: Concept analysis of the mandatory digital and media literacy school curriculum. *Frontiers in Public Health*, 9, 687389. DOI: 10.3389/fpubh.2021.687389

Sørensen, K., van den Broucke, S., Fullam, J., Doyle, G., Pelikan, J., Slonska, Z., & Brand, H. (2012). Health literacy and public health: a systematic review and integration of definitions and models. *BMC Public Health*, 12, 80. DOI: 10.1186/1471-2458-12-80

Wieczorek, C. C., Ganahl, K., & Pelikan, J. (2015). Gesundheitskompetenz im Setting professioneller außerschulischer Jugendarbeit. Forschungsbericht – Evaluationsbericht: Zwischenbericht. Wien: LBIHPR.

World Health Organization, Regional Office for Europe. (2021). Health literacy in the context of health, well-being and learning outcomes - the case of children and adolescents in schools: concept paper. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/344901>



Professur für Gesundheitskompetenz  
WHO Kollaborationszentrum für  
Gesundheitskompetenz  
Department of Health and Sport Sciences  
School of Medicine and Health  
**Technische Universität München**

Campus Olympiapark München  
Am Olympiacampus 11  
80809 München

[www.hs.mh.tum.de/healthliteracy](http://www.hs.mh.tum.de/healthliteracy)  
[gekoregio.hl@mh.tum.de](mailto:gekoregio.hl@mh.tum.de)

