Kernpraktik 05 – Fact Sheet

Regeln, Rituale und Alltagsroutinen nutzen

Was genau ist mit dieser Kernpraktik gemeint?

Definition

> **Regeln, Rituale und Routinen** sind Strukturierungselemente im Kindergartenalltag. Sie schaffen vorhersehbare Abläufe, geben Orientierung und Sicherheit und ermöglichen Kindern, sich in der Gruppe zurechtzufinden und zunehmend selbstständig zu handeln.

> **Regeln** leiten das soziale Miteinander und definieren "wie wir es hier machen". **Rituale und Alltagsroutinen** sind wiederkehrende, formelle Handlungen mit symbolischem Charakter. Sie erleichtern Übergänge und sind Orientierungspunkte ("Anker") im Tages- und Jahresverlauf.

Worauf fußt diese Kernpraktik?

Kinder erleben täglich etwas Neues und bewältigen verschiedenste Situationen in Familie und Kindergarten. Umso entlastender sind Momente, die immer gleich sind, auf die sich Kinder verlassen, einstellen und freuen können. Regeln, Rituale und Routinen strukturieren und vereinfachen die Komplexität des täglichen Lebens. Sie dienen verschiedenen Funktionen:

1. **Sicherheit und emotionale Stabilität:**
   > Wiederkehrende Abläufe machen den Alltag vorhersehbar – wichtig, da besonders junge Kinder Zeit als Abfolge von Ereignissen erleben (nicht linear)
   > Rituale reduzieren Unsicherheiten, erleichtern Orientierung und helfen bei der Bewältigung neuer Situationen
2. **Kognitive Entlastung und Automatisierung:**
   > Automatisierte Abläufe entlasten Kinder wie Kindergärtnerinnen – einmal bekannt, müssen sie nicht immer wieder neu eingeführt und besprochen werden.
   > Den Kindern bieten Regeln, Rituale und Routinen Vorhersehbarkeit, Orientierung und Ordnung.
3. **Selbstkompetenz und -regulation:**
   > Regeln, Rituale und Routinen fördern Aufmerksamkeit und Impulskontrolle, Selbstwirksamkeit, emotionale Ausdrucksfähigkeit und soziale Kompetenzen (Warten, Teilen, Perspektivenübernahme)
4. **Beziehungsgestaltung und Zugehörigkeit:**
   > Regeln, Rituale und Routinen stärken Bindung, Beziehung und Gruppenidentität ("Wir-Gefühl") – Grundlage für emotionale Sicherheit und Explorationsbereitschaft.
5. **Strukturierung:**
   > Regeln, Rituale und Routinen rhythmisieren Lern- und Ruhephasen, erleichtern Konzentration und dienen der Prävention von Störungen.
   > Sie dienen als Grenze zwischen unterschiedlichen Aktivitäten und rahmen somit verschiedene Phasen im Alltag.

Wie gestaltet sich diese Kernpraktik ganz konkret?

Im Kindergartenalltag kommen zahlreiche Regeln, Rituale und Alltagsroutinen zum Einsatz, zum Beispiel:

Ankommen und Abschied:

> persönliche Begrüßung jedes Kindes
> kleine Abschiedsrituale: Lied, Winken am Fenster...
> Begrüßungs- und Abschiedslieder
> ausgehandelte Regeln für die Gestaltung des Ankommens und Abschieds
> feste Garderobenplätze mit Foto
> kurze Einstiegs- oder Ankommensrituale zur emotionalen Stabilisierung

Tagesstrukturierung:
> Morgenkreis: Begrüßung, Kalender, Wetter, Zählen der Kinder, Tagesplan...
> ausgehandelte Gesprächsregeln (sich melden, zuhören, aussprechen lassen...)
> Tischrituale: gemeinsames Tischdecken, Sprüche, Lieder... und ausgehandelte Regeln für das gemeinsame Essen
> Schlafrituale: Geschichte, Musik, gedämpftes Licht...
> Bildkarten und Visualisierungen für Abläufe
> Abschlusskreis: Tagesrückblick, Wertschätzungsrunde...

Übergänge:
> akustische Signale: Glöckchen, Gong, Lied...
> Aufräumlieder oder Reime, Lieder oder Gestenspiele zu Tätigkeiten („Wir ziehen jetzt die Schuhe an...")
> Konzentrationsförderung: Spruch, Klangschale, Spiel...
> Lückenfüller: Bewegungslieder, Spiele, Verse und Reime...

Gemeinschafts- und Beziehungskultur:
> ausgehandelte Verhaltensregeln (nichts wegnehmen und kaputt machen, niemandem weh tun...)
> Geburtstagsrituale: Geburtstagsstuhl oder -krone, Gesang, Kuchen, „warme Dusche"...
> Versöhnungsrituale, z. B. Entschuldigungskarten, Freundschaftsstein, Dankbarkeits- oder Achtsamkeitsrituale

Alltagsroutinen:
> Hände waschen, selbstständiges Anziehen, Toilettengang, Aufräumen...
> Dienste
> Wahlrituale: Kinder suchen Lieder aus, stimmen über Angebote ab...

Die **Einführung und Pflege der Regeln, Rituale und Alltagsroutinen** ist bedeutsam. Sie wachsen mit den Kindern, entwickeln sich weiter oder verlieren an Bedeutung. Als Qualitätskriterien können folgende Aspekte festgehalten werden:

Qualitätskriterien

> **Gemeinsam entwickeln:** Kinder – ihrem Alter entsprechend – an der Entwicklung von Regeln und der Gestaltung von Ritualen beteiligen.
> **Transparenz & Visualisierung:** Abläufe, Regeln und Rituale durch Fotos, Symbole oder Piktogramme sichtbar machen.
> **Vorbildfunktion:** Erwachsene leben Regeln, Rituale und Routinen zuverlässig vor.
> **Langsam aufbauen:** Neue Rituale und Routinen schrittweise einführen, klar ankündigen, üben und in kleinen Schritten festigen.
> **Bedürfnisse wahrnehmen:** Individuelle Rhythmen, Entwicklungsstände und Temperamente berücksichtigen. Flexibilität ist wichtig, um Rituale nicht starr werden zu lassen.
> **Emotionale Bedeutung vermitteln:** Rituale erklären, begründen und spürbar machen – Kinder sollen verstehen, warum etwas wichtig ist.
> **Positive Formulierungen:** Regeln positiv, knapp und handlungsorientiert formulieren („Wir gehen langsam im Flur" statt „Wir rennen nicht").
> **Übergänge begleiten:** Übergänge ritualisieren (Ankommen, Aufräumen, Essen, Rausgehen).
> **Reflexion im Team:** Regelmäßig prüfen: Sind Regeln sinnvoll? Werden Rituale noch gelebt? Gibt es Widerstände? Wo braucht es Anpassung?
> **Inklusive Gestaltung:** Rituale so gestalten, dass alle Kinder teilnehmen können – mit Gebärden, Symbolen, vereinfachten Texten oder alternativen Ausdrucksformen.

Literatur

Bäck, G., Hajszan, M. & Chisté, N. (2021). *Praktisch didaktisch: Didaktik der elementaren Bildung*. Wien: G&G.

Bloch, B. & Schilk, M. (2013). Didaktik von Ritualen und Alltagsroutinen. In N. Neuß (Hrsg.), *Grundwissen Didaktik für Krippe und Kindergarten* (S. 138-148). Berlin: Cornelsen.

Friedrichs, B., Zergiebel, M. (2021). Sicherheit, Verlässlichkeit, Zugehörigkeit. *Klasse* leiten, 17, 4-7.

Kruse, M. (2023). *Zwischen Morgenkreis und Abschiedslied: Wie Kinder durch Rituale im Kita-Alltag Selbstkompetenz entwickeln*. Abgerufen am 26.11.2025 von https://www.kindergartenpaedagogik.de/fachartikel/beschaeftigungen-methoden/zwischen-morgenkreis-und-abschiedslied-wie-kinder-durch-rituale-im-kita-alltag-selbstkompetenz-entwickeln/

Stamer-Brandt, P. (2016). Struktur – Sicherheit – Identität. Wozu sind Rituale wichtig? *Die Kindergartenzeitschrift, 45*, 38-41.

Regeln, Rituale und Alltagsroutinen nutzen

Datum:

		erfüllt
Die Lehrperson...	**Regeln**	
	entwickelt Regeln bei Möglichkeit gemeinsam mit den Kindern und passt Regeln bei Bedarf an.	
	verwendet visuelle Unterstützung, um Regeln sichtbar zu machen.	
	achtet auf die eigene Vorbildfunktion beim Einhalten der geltenden Regeln.	
	fordert die Einhaltung der Regeln durch positive, handlungsorientierte Formulierungen ein.	
	beobachtet das Verhalten der Kinder, um die Wirksamkeit von Regeln einzuschätzen und reflektiert über die Sinnhaftigkeit der eingesetzten Regeln.	
	schafft Transparenz gegenüber Kolleg/-innen und Eltern in Bezug auf die Regeln.	
	Rituale und Alltagsroutinen	
	setzt Rituale und Routinen zu verschiedenen Anlässen gezielt ein (beispielswese zur Förderung sozial-emotionaler, kognitiver und/oder kommunikativer Kompetenzen) und kann den Einsatz begründen.	
	nutzt Rituale und Routinen, um den Kindern Sicherheit und Struktur zu geben.	
	nutzt Rituale und Routinen, um Übergänge fließend zu gestalten.	
	nutzt Rituale und Routinen, um Zugehörigkeit in der Gruppe zu stärken.	
	nutzt Rituale und Routinen, die dem Entwicklungsstand der Kinder angepasst sind.	
	ist sicher in der Durchführung des gewählten Rituals oder der Routine.	
	unterstützt die Kinder beim selbstständigen Ausführen von Routinen (beispielsweise Anziehen, Tischdecken, Händewaschen, Toilettengang...).	
	beobachtet das Verhalten der Kinder, um Wirksamkeit von Ritualen und Routinen einzuschätzen und reflektiert über die Sinnhaftigkeit der eingesetzten Rituale und Routinen.	
Die Kinder...	beachten die geltenden Regeln und können deren Bedeutung erklären.	
	erkennen Regelverstöße und sprechen diese (konstruktiv) an.	
	beteiligen sich ihrem Entwicklungsstand entsprechend am Ritual oder der Routine (verbal, nonverbal, motorisch).	
	führen die mit dem Ritual oder der Routine verbundene Handlung zunehmend automatisiert und selbstständig aus.	
	unterstützen sich gegenseitig bei wiederkehrenden Abläufen.	