

Empfehlung zum Barfußlaufen in der Kita

(03.02.2021)

Barfußlaufen ist gesund - für Kinder und Erwachsene. Es beugt Fußfehlstellungen vor, kräftigt Muskeln, Bänder und Gelenke, fördert die Durchblutung, schult den Gleichgewichtssinn, entlastet die Wirbelsäule und wirkt sich positiv auf die Psyche aus („So gesund ist barfuß laufen“: <https://www.inform.de>). Kinderfüße unterscheiden sich anatomisch von Erwachsenenfüßen. Jedes Kleinkind hat einen leichten Knickfuß. Erst im sechsten Lebensjahr stellt sich die Beinachse annähernd gerade ein und der Fuß richtet sich auf. Kinderfüße brauchen daher viel Flexibilität und Freiheit (<https://www.kinderkinder.dguv.de/so-laeuft-es-sich-gut/>). Aus diesen Gründen möchten viele Kindertageseinrichtungen das Barfußlaufen unterstützen oder gar ein generelles Barfußlaufen für Kinder und pädagogische Fachkräfte ermöglichen.

Gefährdungsbeurteilung

Barfußlaufen in der Kita birgt jedoch auch Risiken für Kinder und Beschäftigte. Deshalb bedarf es geeigneter Rahmenbedingungen, um mögliche Sturzunfälle oder Fußverletzungen zu vermeiden. Im Gebäude besteht z. B. die Gefahr sich das Türblatt über den Fuß zu ziehen oder auf spitze Gegenstände zu treten. In Sanitär- und Waschräumen wird es ohne Schuhe schnell glatt. Bei Vorliegen von Erkrankungen wie Fußpilzinfektionen, Dornwarzen etc. können sich Barfußlaufende leicht anstecken. Besonders für Krippenkinder sind aufgeheizte Metallabdeckungen gefährlich, da sie anders als Erwachsene reagieren und auf der aufgeheizten Fläche stehen bleiben. Stechende Insekten, scharfkantige Steine oder durch Vandalismus verursachte Schäden können ebenso zu Fußverletzungen führen.

Gesetzliche Vorschriften zum Barfußlaufen in Kita gibt es nicht, weder für Kinder noch für das Personal.

- ❖ Grundlage für die Entscheidung, unter welchen Bedingungen das Barfußlaufen erlaubt oder untersagt ist, bildet daher die Gefährdungsbeurteilung.

Jede Kitaleitung ist im Rahmen ihrer Unternehmerverantwortung gemäß § 3 DGUV Vorschrift 1 „Grundsätze der Prävention“ verpflichtet, auf Basis einer Gefährdungsbeurteilung erforderliche Maßnahmen und Regelungen zur Gewährleistung der Sicherheit und des Gesundheitsschutzes von Kindern und Beschäftigten zu treffen. Unterstützen kann dabei die Fachkraft für Arbeitssicherheit und die Betriebsärztin/der Betriebsarzt.

- ❖ Idealerweise setzt sich das gesamte Team mit dem Thema auseinander und überlegt, in welchem Rahmen sicheres Barfußlaufen möglich ist.

Tipps zum Barfußlaufen

Sinnvoll ist es Barfußlaufen in das pädagogische Konzept der Kita zu integrieren. Beispiele:

- Anlegen eines Fußfühlpfades und/oder Kneipp-Anwendungen,
- Einführen einer Barfuß-Turnstunde,

Online-Information

- Übungen und Spiele zur Sinnesförderung, siehe DGUV Information 202-050 (<https://publikationen.dguv.de/regelwerk/dguv-informationen/1412/wahrnehmen-und-bewegen>).
- Themenelternabend und Elterninfos zum Thema Fußgesundheit sorgen für gegenseitiges Verständnis und machen Entscheidungen transparent
- Regeln können für Kinder und Eltern in der Hausordnung verankert werden.

Wir danken für die freundliche Unterstützung von Nancy Hartman, Sicherheitsbeauftragte und pädagogische Fachkraft aus Dresden.