Projekt

Bewegter Kindergarten

Hinführung zu Sport und Bewegung im Kindergarten

Laufzeit:	**ca. ein Jahr pro Durchlauf**
Initiator:	**Bouhon Stiftung**
Teilnehmende Kindergärten:	**2008 / 2009: 7 Einrichtungen** **2010 / 2011: 7 Einrichtungen** **2011 / 2012: 8 Einrichtungen** **2012 / 2013: 7 Einrichtungen**
Planung und Durchführung:	**Stadt Nürnberg - SportService, Gesundheitsamt und Jugendamt**



Inhalt

A. Projektbeschreibung 2

1. Die Bedeutung der Bewegung für die kindliche Entwicklung 2
2. Kindergarten als Setting für Gesundheitserziehung 3
3. Das Projekt im Überblick 3
4. Ziele des Projekts 3
5. Inhalte des Projekts: hin zum „Bewegten Kindergarten“ 3
6. Methodik: die konkreten Maßnahmen 4

B. Projektdurchführung 4

1. Teilnehmende Kindergärten 4
2. Projektablauf: Veranstaltungen und Termine 5
3. Finanzierung 5

C. Ergebnisse 6

1. Hengstenberg Material 6
2. Workshops 8
3. Danksagung und Ausblick 10

A. Projektbeschreibung

1. Die Bedeutung der Bewegung für die kindliche Entwicklung

Bewegung ist eine wesentliche Voraussetzung für eine gesunde körperliche, geistige, seelische und soziale Entwicklung. Zu keiner Zeit war Bewegung aufgrund der Veränderungen in der kindlichen Lebenswelt so wichtig wie heute. Die Reduzierung von körperlich-sinnlichen Erfahrungen sowie die Einschränkung von Bewegungsmöglichkeiten haben zur Folge, dass immer mehr Schulanfänger in Nürnberg motorische Koordinationsstörungen aufweisen, ca. 4,5% der deutschen Kinder und 8,9% der Kinder mit Migrationshintergrund in Nürnberg übergewichtig, weitere 1,6% (4,5% m. Migrationshintergrund) sogar stark übergewichtig sind. Des Weiteren ist eine Zunahme von Sprachauffälligkeiten zu verzeichnen.

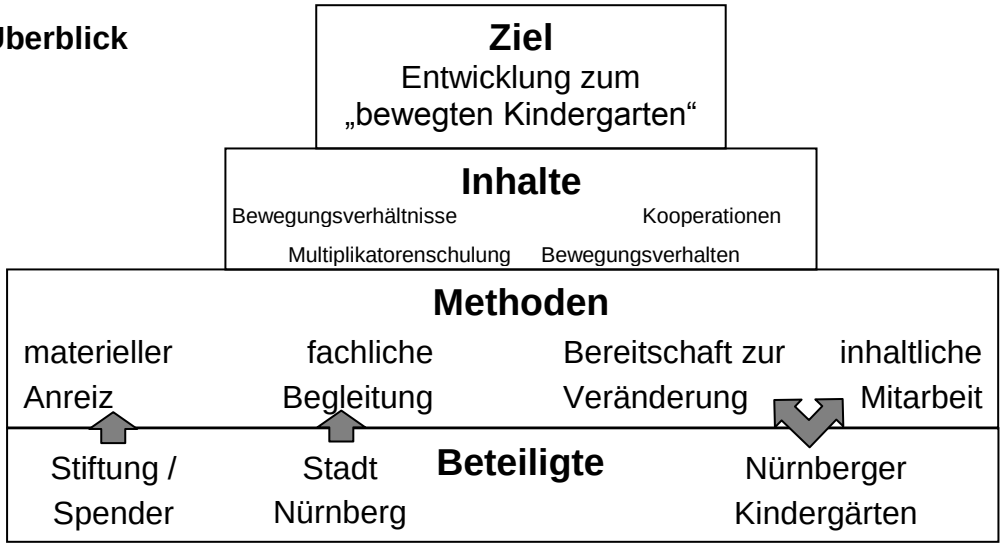
Die Bedeutung der Bewegung im körperlichen Bereich zur Vorbeugung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Rückenleiden sowie als Sturz- und Verletzungsprophylaxe ist hinlänglich untersucht und anerkannt. Im Bereich der psycho-sozialen Gesundheit ist Bewegung gerade im frühen Kindesalter Voraussetzung für eine gesunde Persönlichkeitsentwicklung. Sie ist für ein Kind u.a. Selbsterfahrung, Sinneserfahrung, Welterfahrung sowie Gemeinschaftserfahrung. Bewegung wirkt sich auf die Entwicklung des Gehirns und der Sprache aus und beeinflusst die Stimmung positiv.



2. Kindergarten als Setting für Gesundheitserziehung

Über das Setting (Lebensraum) Kindergarten kann ein Großteil der Kinder im Vorschulalter erreicht werden. Er stellt deshalb als elementares Bildungs- und Betreuungssystem neben dem Elternhaus ein ideales Feld für frühzeitig ansetzende gesundheitsfördernde Maßnahmen dar. Als familienergänzende Einrichtung kann er in hohem Maße auf die Lebensgewohnheiten der Kinder einwirken.

3. Das Projekt im Überblick



4. Ziele des Projekts

- ✓ Leisten eines *Beitrags zur Erziehung von Kindern im Kindergartenalter* hin zu einer gesunden, bewegten Lebensweise
- ✓ Nachhaltigkeit über strukturelle Veränderungen in den teilnehmenden Kindergärten
- ✓ Ausführliche Dokumentation der Maßnahmen, um eine Grundlage für eine Fortsetzung und Ausweitung des Projekts zu legen

5. Inhalte des Projekts: hin zum „Bewegten Kindergarten“

1. Schaffung von Verhältnissen:	• Bewegungsräume (Innen und im Freien) • Bewegungsmaterialien
2. Förderung von Bewegungsverhalten durch:	• Situative Bewegungsgelegenheiten (z.B. Spielen im Freien) • geplante, regelmäßige Bewegungsstunden • Feste / Veranstaltung mit dem Schwerpunkt Bewegung (z.B. Bewegungsolympiade)
3. Schulung von Kontaktpersonen der Kinder:	• Fortbildung von Erzieherinnen und Erziehern • Einbeziehung / Sensibilisierung der Eltern
4. Initiierung von Kooperationen mit anderen Einrichtungen im Kindergartenumfeld:	• Sportvereine • Schulen • Kinderhorte

6. Methodik: die konkreten Maßnahmen


Projektstart - Einführungsveranstaltung

Förderungen für die Kindergärten

- ✓ Vollfinanzierung von Hengstenberg-Bewegungsmaterialien
- ✓ Kostenlose Schulungen zu den Hengstenberg-Materialien (Einführung und Vertiefung)
- ✓ Umfangreiche Beratung hinsichtlich der Entwicklung des Kindergartens zu einem „bewegten Kindergarten“ an einem Teamtag mit allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern

B. Projektdurchführung

1. Teilnehmende Kindergärten

Die teilnehmenden Kindergärten wurden durch eine Ausschreibung ermittelt und sind in der folgenden Liste mit Kinderzahl und dem Sozialraum, in dem sie sich befinden, zusammengefasst. Einrichtungen mit hoher Kinderzahl, schlechtem Sozialraumtyp und einer hohen Anzahl an Kindern mit Migrationshintergrund wurden bevorzugt behandelt.

Jahr	Kindergarten	Kinderzahl	Sozialraumtyp*	Migrations-hintergrund
2008	7 Kindergärten	372 Kinder	1x Typ 2 1x Typ 3 2x Typ 5 3x Typ 6	nicht bekannt
2009	7 Kindergärten	474 Kinder	1x Typ 1 2x Typ 3 4x Typ 5	67%
2011	8 Kindergärten	614 Kinder	1x Typ 2 2x Typ 3 1x Typ 4 2x Typ 5 2x Typ 6	64%
2012	7 Kindergärten	466 Kinder	1x Typ 3 2x Typ 4 3x Typ 5 1x Typ 6	55%

*Hinweise zum Sozialraumtyp:

Typen 1 und 2: eher „günstig“ strukturiert: lockere Bebauung mit Ein- oder Zweifamilienhäusern in Stadtrandlage, geringer Ausländeranteil, kein oder geringes Armutspotential

Typen 3 und 4: „Mittelfeld“: einzelne Gebiete des Stadtrands und der Innenstadt mit älterer und alteingesessener Bevölkerung, hohe Anteile von Einpersonenhaushalten und Alleinerziehenden, durchschnittliches oder leicht überdurchschnittliches Armutspotential

Typen 5 und 6: eher „ungünstig“ strukturiert: innenstadtnahe Gebiete mit dichter Bebauung, kinderreichen und jungen Familien, hohem Ausländeranteil

2. Projektablauf: Veranstaltungen und Termine

Im Folgenden wird der Projektdurchlauf exemplarisch anhand der Maßnahme 2011 / 2012 dargestellt.

Zeitraum / Termin	Maßnahme
19.07.2012	Einführungsveranstaltung für die sieben teilnehmenden Kindergärten: Information über den geplanten Projektablauf (32 Teilnehmerinnen (Mitarbeiter und Leitung) sowie den Organisatoren des Projekts)
09 / 2012: Beginn des neuen Kindergartenjahres	Information der Eltern über das Projekt durch die Kindergärten Lieferung von Hengstenberg-Bewegungsmaterialien an alle Kindergärten
26. + 27.09.2012	Erste Fortbildung zu den Hengstenberg-Bewegungsmaterialien für die Erzieherinnen der Einrichtungen (30 Teilnehmerinnen)
10 / 2012 bis 03 / 2013	Erfahrungssammlung mit den neuen Materialien und Integration in den Kindergartenalltag
11 / 2012 bis 03 / 2013	Teamtage mit allen Mitarbeiterinnen der Einrichtungen (ein Teamtag pro Kindergarten) mit dem Thema: Maßnahmen zur Entwicklung der Einrichtung zu einem Bewegten Kindergarten
20. + 21.03.2013	Zweite Fortbildung (Vertiefungstag) zur Reflexion der gemachten Erfahrungen und Vertiefung des Wissens über die Hengstenberg-Bewegungsmaterialien (26 Teilnehmerinnen)
06 / 2013	Abschlussbesprechungen im Einzelgespräch mit den Einrichtungsleitungen Überprüfung der Umsetzung der geplanten Maßnahmen aus dem Teamtag zur Weiterentwicklung der Einrichtung zu einem Bewegten Kindergarten
06 / 2013	Fortbildung Psychomotorik
07-09 / 2013	Auswertung des Projekts und Verfassen der Projektdokumentation

3. Finanzierung

Die Kosten für die Finanzierung der Hengstenberg Materialien und der diesbezüglichen Schulungen in Höhe von 15.000 Euro (pro Projektdurchlauf) übernimmt die Bouhon Stiftung.

Die Personalkosten für die Planung und Durchführung der anderen Maßnahmen (nicht beziffert) übernimmt die Stadt Nürnberg.



C. Ergebnisse

1. Hengstenberg Material

- Seit September 2008 kommen nachhaltig ca.1925 Kinder aus den 29 Projektkindergärten regelmäßig in den Genuss der Hengstenberg Materialien.
- 178 Erzieherinnen wurden im Umgang mit dem Material fortgebildet und weisen nun ein vertieftes Wissen über die Bedeutung und den gezielten Einsatz von Bewegung für die Entwicklungsförderung der Kinder auf.

Die Kindergartenleiterinnen wurden in einer Befragung nach besonderen Erfolgen in der Arbeit mit dem Material gefragt (offene Fragestellung ohne Vorgaben). Im Folgenden finden sich Auszüge aus den Antworten, zusammengefasst nach Thema:

Koordination:

- „...das Bewegungsverhalten ist viel sicherer geworden..."
  „...große Fortschritte, erschließen sich neue Bewegungswege, z.B. auf Leitern, Klettergerüsten auf dem Spielplatz..."
- „...Kinder sind beim Balancieren sehr sicher geworden, trauen sich beim Klettern mehr zu und fallen weniger hin..."


Koordination

Ausdauer / Konzentration:

- „...Die Kinder sind ausdauernder in der Ausführung einer Betätigung geworden, sie beschäftigen sich länger mit einem bestimmten Thema..."
- „...Ein Kind, das sehr unruhig und sprunghaft war kam mehr und mehr zur Ruhe während der Stunden. Die Konzentration des Kindes stieg, genauso wie die Ausdauer..."
- „...„Kamikazekinder" sind mit dem Material wesentlich ruhiger und besonnener ..."
- „...Kinder sind außerhalb der Bewegungsstunde / des Bewegungsraums konzentrierter bei anderen Beschäftigungen..."


Konzentration

Problembewältigung:

- „...Kreative Bewegungsmöglichkeiten ermöglichen den Kindern neue und eigene Wege der Problembewältigung in der Bewegung..."

Anerkennung und Hilfe:

- „...Die Kinder brauchen weniger Anerkennung und Hilfe, um spezifische Bewegungsabläufe zu meistern; der Wunsch nach Anerkennung durch einen Erwachsenen ist weg, die Kinder würdigen ihre Sache selbst..."

Selbstbewusstsein:

- „...Steigerung durch das Wahrnehmen der verbesserten Fähigkeiten im Vergleich zu Kindern aus anderen Kindergärten...“
- „...Kinder, die zunächst nur zusahen „tauten“ mit der Zeit auch auf und trauten sich, das Material zu benutzen...“
- „...Kinder werden mutiger, Herausforderungen anzunehmen...“
- „...ein dickes Mädchen, das bewegungsfaul war und sich kaum bewegen konnte, hat jedoch Hengstenberg angenommen und hat sich dann auch für andere Bewegungsangebote (joggen, wandern) geöffnet und sich getraut, mitzumachen...“


Selbstbewusstsein

Gruppenverhalten:

- „...mehr Miteinander, gemeinsame Lösungen werden gefunden...“
- „...Kinder schaffen es, Absprachen zu treffen und sozial zusammenzuarbeiten...“
- „...Auch die Kinder, die Schwierigkeiten mit der Einhaltung von Regeln haben, nehmen die Hengstenbergregeln ernst und achten auf deren Umsetzung...“
- „...erhöhte Rücksichtnahme zwischen den Kindern...“
- „...Die Hengstenbergregeln lassen sich auch auf andere Bewegungssituationen übertragen...“
- „…Hengstenberg führt zu besserem Sozialverhalten, Kinder bauen zusammen auf, helfen und „halten“ sich gegenseitig…“
- „…auch sehr wilde Kinder können besser mit den Regeln umgehen, gehen auf andere Kinder zu, treffen Absprachen …“
- „...Es gibt kein Auslachen mehr, die Kinder helfen sich gegenseitig; es gibt keinen, der irgendetwas nicht kann...“


Zusammenarbeit


Miteinander

Eltern:

- Die Arbeit mit dem Hengstenberg Material als Einstieg zum Sportprojekt hat bei den Eltern und Kindern eine sehr positive Resonanz hervorgerufen, worauf dann weitere Bewegungsprojekte ins Leben gerufen wurden

2. Workshops

Im Rahmen des Projekts fanden Teamtage mit allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Projektkindergärten statt. Ziel dieser Veranstaltungen war die Sensibilisierung der Mitarbeiterinnen für die Elemente eines Bewegten Kindergartens, die Situationsanalyse in der eigenen Einrichtung und die Maßnahmenentwicklung für eine nachhaltige Verbesserung der Bewegungssituation in der Einrichtung.

Im Folgenden werden die Themenschwerpunkte erläutert und exemplarisch einige Beispiele der erfolgreichen Umsetzung fotografisch dargestellt.

Bewegungsverhältnisse

Die Räumlichkeiten in den Kindergärten wurden anhand von Begehungen und Checklisten auf Ihre Bewegungsfreundlichkeit hin analysiert und Ideen für eine verbesserte Nutzung und Ausstattung diskutiert. Einige Beispiele für eine erfolgreiche Umsetzung der Ideen finden sich auf den Bildern.







1) und 2) Der Eingangsbereich und die Treppe wurde für Bewegungsspiele entdeckt.

3) und 4) Ein Trampolin und ein Schaukelsofa sorgen für mehr Bewegung.

5) Als Kontrast zur Bewegung wurde eine Ruheecke eingerichtet.

6) In allen Einrichtungen ist regelmäßig das Hengstenberg-Material aufgebaut







Bewegungsverhalten

Bei diesem Schwerpunkt wurden die Angebote der Kindergärten rund um die Bewegung analysiert, z.B. situative Bewegungsgelegenheiten und offene Bewegungsangebote, geplante organisierte regelmäßige Bewegungsangebote, Spiel- und Bewegungsfeste, Bewegungsprojekte, psychomotorische Fördergruppen, Ausflüge.

Es wurden Best-Practice-Beispiele vorgestellt und diskutiert sowie ein Katalog mit gut geeigneten Ausflugszielen für vielfältige Bewegungs- und Sinneserfahrungen erstellt.



Projekt „Eine Woche wandern“

Exemplarisch sind einige Bewegungsangebote der Projekt-kindergärten anhand von Bildern aufgeführt:



Olympiade



Wasserspielplatz



Trimm-Dich Stationen in der Einrichtung



Kinderschwimmen



Bewegungspark für alle Generationen

Erziehungspartnerschaft (Elternarbeit)

Die Einbeziehung der Eltern in die Bewegungsaktivitäten der Kindergärten und die Weitergabe des Wissens über die Bedeutung der Bewegung im täglichen Leben war ein weiterer Workshopschwerpunkt. Dieser wurde von den Kindergärten in Form von Festen, Elternabenden und Kursangeboten für Eltern in die Tat umgesetzt, wie folgende Bildausschnitte andeuten:



Power Joga



Mutter – Kind - Turnen



Hengstenbergfest mit Eltern

Kooperation

Der Schwerpunkt Kooperation umfasste Informationen über mögliche Partner der Zusammenarbeit im Bereich Bewegung, z.B. Grundschulen (Nutzung von Turnhallen oder Pausenhöfen), Sportvereinen (Schnupperangebote oder festes Bewegungsangebot wie Kinderturnen), Nachbarkindergärten (gemeinsame Bewegungsfeste oder –projekte), Gesundheitsamt (RüBe-Turnen). In folgenden Bildern sind erfolgreiche Kooperationen der Projektkindergärten exemplarisch festgehalten:


Wasserwacht - Kinderschwimmen


ECN - Eiskunstlaufen


TSV Stein 1875 - Tennis

3. Danksagung und Ausblick

Das beschriebene Projekt „Bewegter Kindergarten“ wurde aufgrund eines großzügigen finanziellen Förderangebots der Bouhon Stiftung konzipiert und umgesetzt. Für die Initiative möchten sich die geförderten Kindergärten und die Projektleitung recht herzlich bedanken!

Der Anstoß durch die Bouhon Stiftung hat darüber hinaus auch weitere Steine ins Rollen gebracht. Nach Abschluss des Pilotprojekts im Jahr 2008 haben sich Fortsetzungsmöglichkeiten zur Unterstützung von weiteren Kindergärten bei der Bewegungsförderung ergeben.

Zum Beispiel werden das erarbeitete Wissen und die gemachten Erfahrungen in Form von Workshops und Fortbildungen an andere interessierte Kindergärten weitergegeben.

Darüber hinaus führt das ressortübergreifende Projekt zu einer verstärkten Netzwerkbildung und verbesserten Zusammenarbeit der verschiedenen Ämter in der Stadtverwaltung. Zum Beispiel ist im Rahmen dieser Zusammenarbeit ein Fachtag „Bewegte Kita“ für das Frühjahr 2013 in der Planung.

