

Bewegungsfreundlicher Kindergarten St. Michael Karlsruhe

Das Kind ist Akteur seiner Entwicklung



Der Kindergarten ist die erste institutionalisierte Bildungseinrichtung außerhalb des Elternhauses. Er hat neben einer Betreuungsfunktion auch einen eigenständigen Bildungs- und Erziehungsauftrag und unterstützt dadurch die Erziehung des Kindes in der Familie. Im Mittelpunkt steht die ganzheitliche Förderung der körperlichen, emotionalen, geistigen, sozialen und seelischen Entwicklung des Kindes. Hierbei spielt die Bewegungsförderung als „allgemeines Prinzip pädagogischer Arbeit“ (Zimmer 1993) eine bedeutende Rolle. Bewegung ist ein elementares Grundbedürfnis von Kindern. Kinder fordern und fördern sich dadurch selbst. Sie suchen die Herausforderung, bringen sich an ihre eigenen aktuellen Entwicklungsgrenzen und überschreiten diese, um sich zu entwickeln. Bewegung ist für die Kinder Kommunikations- und Ausdrucksmittel, es ist ein Ventil für emotionale Spannungen - Bewegung ist Ausdruck von Lebensfreude. Bewegung vermittelt über individuelle Körpererfahrungen ein positives Körperbewusstsein, kann die Persönlichkeit fördern und das Wohlbefinden steigern. Kinder, die durch Bewegung in ihrer Entwicklung unterstützt werden, sind nicht nur fitter und bewegungssicherer, sondern auch selbständiger. Beobachtungen aus aller Welt beweisen, dass Kinder ihre Intelligenz durch Bewegung entwickeln (Kambas et al 2004, WIAD 2003, Raapke 2001).

Unsere Ausgangssituation

St. Michael ist ein katholischer Regelkindergarten mit zwei Gruppen mitten in Karlsruhe. 52 Kinder kommen täglich in der Zeit von 7.30 Uhr bis 12.40 Uhr und dienstags und donnerstags von 14.00 Uhr bis 16.30 Uhr. Drei staatlich anerkannte Erzieherinnen und eine Anerkennungspraktikantin bilden das pädagogische Team. Die Gruppenräume haben eine Größe von 25m² und stehen voll mit Stühlen und Tischen sowie Schränken. Bewegungsräume sind kaum vorhanden, der Pfarrsaal ist nur einmal pro Woche nach vorheriger Absprache nutzbar und der Hof ist wenig einladend. Die Kinder dürfen das Zimmer nicht verlassen (Aufsichtspflicht) und können kaum eigene Entscheidungen treffen. Konflikte konnten nur schwer gelöst werden, so dass sich Aggressionen aufstauen. Eine strenge Ordnung, Disziplinierung und Fremdbestimmtheit verstärken den Teufelskreis.

Unser Leitbild

Das Wichtigste für uns ist die Erkenntnis, dass das Kind Akteur seiner Entwicklung ist. Wir müssen nicht nur sichtbare Freiräume schaffen, sondern vor allem die Kinder loslassen, um ihre Entwicklung dadurch positiv zu unterstützen. Wir wollen, dass die Kinder zu selbstbewussten Persönlichkeiten heranwachsen, die in der Lage sind, Beziehungen zu sich selbst, zur Umwelt und zu anderen Menschen zu knüpfen und aufrecht zu erhalten. Sie sollen späteren Anforderungen gewachsen sein, sich entscheiden können und kooperativ mit Menschen arbeiten und leben können. Solche Fähigkeiten kennzeichnen einen lebensfrohen und lebensbejahenden Menschen. So gehen wir davon aus, dass das Kind früh lernen soll, seine Lebensform, seinen Spielalltag mitzubestimmen. Das erfordert, unsere Rolle als „Erzieher“ bzw. „Bestimmer“ zurückzunehmen und in die Rolle des unterstützenden Begleiters und Partners zu schlüpfen.

Maßnahmenkatalog

Angestoßen durch die Unzufriedenheit mit der bestehenden Situation im Kindergarten und mit dem Ziel, die vielfältigen positiven Eigenschaften von Bewegung zu nutzen, wurden innerhalb der letzten Jahre sukzessive verschiedene Maßnahmen zur Bewegungs- und Gesundheitsförderung im Kindergarten installiert.

Maßnahmen im Überblick

- Rückenschule für Kinder - „Gesunde Kinder und Jugendliche durch Bewegungsförderung“
- Räume öffnen - Kreative und bewegungsreiche Umgestaltung der vorhandenen Gruppenräume und Schaffung von Freiräumen
- Neugestaltung des Hofes
- Anpassung des Tagesablauf an die Bewegungsbedürfnisse der Kinder
- Bewegungsbaustelle
- Freispielergänzung
- Waldtag und Waldwoche

- Sinneswahrnehmung – Körperwahrnehmung
- Kopplung anderer Lernbereiche mit Bewegung
- Sportfest - Miniolympiade
- Familienfest, Schatzsuche und Vater-Kind-Zelten und Familienskifreizeit
- Informationsvermittlung und Aufklärung für Eltern
- Weitere Angebote im Rahmen der Gesundheitsförderung
- Erfahrungsaustausch und Fortbildung

Begonnen wurde mit eher strukturellen Maßnahmen, gefolgt von den Bewegungsbausteinen und der Neugestaltung des Hofes. Es handelt sich somit um strukturelle Maßnahmen, Angebote für Kinder, gemeinsame Angebote für Kinder und Eltern, spezielle Angebote für Eltern aber auch engagierte Elternarbeit.

Rückenschule für Kinder – Bewegungsförderung

Der Kindergarten St. Michael nahm im Kindergartenjahr 2003/2004 (auch 2004/2005) in Kooperation mit dem Sportverein SVK Beiertheim e.V. an dem Projekt „Gesunde Kinder und Jugendliche durch Bewegungsförderung“ des Landessportverbandes Baden-Württemberg (LSV) teil. Eine kindgerechte, präventive Sport- und Bewegungserziehung im Vorschulbereich soll mehr Bewegung in den Kindergarten bringen und dem Bewegungsmangel bereits bei den Kleinen entgegenwirken.

Die Maßnahme umfasst 40 Einheiten á 45 Minuten pro Gruppe (zwei Gruppen: Vorschulkindern, Kinder zwischen 3 bis 5 Jahren) und wird gefördert mit 500 EUR pro 40 UE über die Landesstiftung Baden-Württemberg (www.lsv.de). Übungsstätten sind der Gemeinderaum, das Freigelände im Kindergarten und ein Sportgelände in der Nähe (15 Minuten Fußmarsch).

Unsere Erfahrungen "Rückenschule für Kinder":

- Alle Kinder werden durch das Programm angesprochen, besonders die motorisch schwächeren Kinder oder Kinder mit Hemmungen und Ängsten.

Spiel- und Bewegungsformen mit dem Luftballon

Material

Jedes Kind bekommt einen Luftballon, ggf. variieren durch Reiskörner, Kreppbänder oder Wollfäden am Luftballon

Schau mal, was ich kann

Die Kinder spielen mit dem Luftballon und versuchen alle möglichen Bewegungsformen aus und zeigen ihre Experimente. Ziel: Experimentieren, Luba kennen lernen

Luba tippen

Die Kinder spielen den Luftballon im Gehen (Sitzen, Rückenlage) mit allen möglichen Körperteilen (Hand, Kopf, Knie, Fuß usw.). Ziel: Wahrnehmung, Koordination, Kräftigung



Seelöwe

Wer kann den Luftballon auf der flachen Hand, dem Zeigefinger oder auf der Nase wie ein Seelöwe jonglieren? Wer kann sich dabei noch hinsetzen oder hinlegen? Ziel: Koordination

Lubahaschen

Die Kinder laufen um die am Boden liegenden Luftballons (einen weniger). Bei einem Signal versucht jedes Kind einen Luftballon zu erhaschen. Ziel: Reaktion

Händeklatschen

Den Luftballon hochwerfen und so lange in die Hände klatschen, bis der Luftballon wieder knapp über dem Boden aufgefangen werden kann. Variation: Den Luftballon hochwerfen, drehen und wiederauffangen. Ziel: Geschicklichkeit, Schnelligkeit

Lubatransport

Zwei Kinder bewegen sich gemeinsam mit einem Luftballon zwischen den Hüften, den Schultern, dem Po, der Stirn, den Rücken, dem Bauch oder zwischen Rücken und Bauch (Wirbel und Bandscheibe), Rücken und Rücken.

Ballonweitsprung

Mit dem Luftballon zwischen den Knien springen die Kinder in verschiedenen Variationen um die Wette.

Blind führen

Die Kinder dirigieren sich mit den Luftballons. Dabei kann ein Kind sogar die Augen geschlossen halten (Zusatzaufgabe Kind errät wo es sich im Raum befindet). Ziel: Wahrnehmung, Kommunikation, Verantwortung



Karussell

Beide Kinder drehen sich um den Luftballon, ohne ihn mit der Hand zu halten. Ziel: Beweglichkeit

Bodyguard

Ein Kind versucht einen Luftballon am Rücken eines anderen Kindes zu halten, obwohl dieses Tempo und die Richtung verändert. Ziel: Reaktion, Ausdauer

Poklopfen

Die Kinder versuchen, sich gegenseitig mit dem Luftballon auf den Po zu treffen. Ziel: Reaktion

Hin- und Herschlagen

Zwei (mehrere) Kinder werfen/ schlagen sich einen (zwei) Luftballon hin und her. Variation: verschiedene Ausgangstellung, Zuspiel mit verschiedenen Körperteilen und Aufgaben.

Ziel: Schulung, Werfen, Fangen und Schlagen, Reaktion



Abtreffen

Die Kinder versuchen mit ihren Luftballon eine Person (Erzieherin) im Kreis (in einer Gasse) abzutreffen. Ziel: Reaktion, Geschicklichkeit, Spaß



Fußball

Den Luftballon mit den Füßen in der Luft halten, ggf. mehrere Luftballons. Ziel: Reaktion

Luftballonblasen

Die Kinder schlängeln sich am Boden entlang wie eine Schlange und blasen den Luftballon vorwärts. Variation: paarweise fliegenden Luftballon nach oben blasen Ziel: Atemschulung



Spiel- und Bewegungsformen mit der Schaumstoffrolle

Material:

Schaumstoffrechtecke aus der Matratzenfabrik, Maße ca. 150cm lang, ca. 10x10 cm² Querschnitt.

Schau mal was ich kann!

Was könnt ihr mit der Schaumstoffrolle alles machen? (Reiten, Werfen, Schießen, Fechten usw.) Ziel: Erproben, Experimentieren

Schaumstoffrollenkampf

Die Kinder suchen sich Gegner mit denen sie einen Kampf ausfechten. Ziel: Wettkampf, Geschicklichkeit

Der beweglicher Kreis

Einige Kinder bilden einen Kreis und versuchen einen (zwei, drei) Luftballon vom Boden fern zu halten oder sich dabei an einen anderen Ort zu bewegen. Ziel: Beweglichkeit, Reaktion, Kommunikation

Rekordversuch

Die Kinder versuchen, alle Luftballons in der Luft zu halten.

Luftballonmatratze

Ein Kind legt sich auf vier Luftballons und wird von vier anderen Kindern gehalten. Ziel: Wahrnehmung, Geschicklichkeit

Tanzende Luftballons

Mit einem Fallschirm die Luftballons tanzen lassen. Ziel: Spaß, Körperspannung



Lubatreten

Ein Luftballon wird an einer Schnur an der Hose eines Kindes festgebunden. Ein anderes Kind versucht, den Luftballon zu zertreten.

- Die Begeisterung und Motivation der Kinder ist spürbar, auch nach der „Turnstunde“. Die Kinder fordern zwischenzeitlich jeden Tag ihre Bewegung ein.
- Kinder sind geschickter im Umgang mit Materialien, wie Ball, Reifen, Stab, Zeitung, Luftballon usw.
- Die Bewegungssicherheit der Kinder nimmt zu.
- Kinder lernen ihre Grenzen kennen und sie zu akzeptieren, sind aber dennoch motiviert Neues auszuprobieren. Aussagen wie „Das kann ich nicht“ kommen sehr selten.
- Die Kinder lassen sich besser als Gruppe ansprechen, sie sind Teil der Gruppe (Sozialgefüge).
- Die Eltern sind jetzt motivierter und unterstützen ihr Kind. Weiterhin ist es leichter geworden, mit ihnen Gespräche über Defizite, speziell motorische Schwächen ihrer Kinder zu führen.
- Die Arbeitsteilung in der Bewegungseinheit ist ideal – die Erzieherinnen können unterstützen und beobachten, welches Kind was wie umsetzt und wie geholfen werden kann, z.B. bei „Ängsten“.
- Die Leistungsfähigkeit und Defizite aller Kindergartenkinder lassen sich erkennen und es ist möglich gezielt zu unterstützen.

„Räume öffnen“

Jüngere Kinder brauchen vor allem Platz. „Out“ sind deshalb große, sperrige Kindermöbel, „In“ sind vielseitig nutzbare, vor allem zum Spielen geeignete Möbel. In unserem Kindergarten, der ursprünglich in zwei voneinander getrennte Gruppen eingeteilt war, wurden die Räume umgestaltet. Das heißt: jedem Kind steht die gesamte Kindergartenwohnfläche zur Verfügung. Die erste Maßnahme war deshalb die Befreiung der Gruppenräume von überflüssigen Mobiliar und Material (Tische und Stühle raus - Teppiche, Sitzkissen, Sofa und Sitzbälle rein). Der Hof wurde frei zugänglich und es wurden offene Gruppen (Konzept „Offene Kiga“) gebildet. Auf dieser Fläche wurden vor dem Hintergrund unseres pädagogischen Ansatzes mehrere kleine flexible Funktionsbereiche geschaffen. Deren Ausstattung ergibt sich aus den einzelnen Interessen und Bedürfnissen der Kinder. Weil sich die Dynamik in der Kindergruppe mit jeder neuen Person weiterentwickelt, immer neue Situationen und Themen entstehen, verändert sich



auch die Gestaltung der Räume. So entstehen nach Bedarf Krankenhaus, Sinneszimmer, Dschungellandschaft etc.

Aufgabe der Erzieherin während des Freispiels ist es, die Kinder zu begleiten, nicht sie zu bevormunden oder ihnen Spielideen vorzugeben. Die Kinder kommen in verschiedenen Situationen auf uns zu, wenn sie Begleitung und/oder Unterstützung bzw. Hilfestellung brauchen. Durch den Freiraum im Spiel lernen die Kinder sich nicht hauptsächlich auf Erwachsene zu verlassen, sondern sich selbst etwas zutrauen. Die Erzieherinnen geben ihnen hierzu die Anregung und begleiten die Kinder mit ihrer Anwesenheit. Die Kinder sind immer beaufsichtigt, aber nicht ständig beobachtet. Das wirkt sich auf das Spiel der Kinder äußerst positiv aus.

Unsere Erfahrungen mit „Räume öffnen“:

- Die Kinder wurden selbständiger, entscheiden und übernehmen Verantwortung (Selbstbestimmtheit).
- Sie organisieren sich und sprechen sich mit anderen Kindern ab (Organisations- und Kommunikationsfähigkeit).
- Sie gehen Konflikte an, finden Lösungen, können sich aber auch aus dem Wege gehen (Konfliktlösung).
- Die Kinder haben mehr Spielpartner und können Räume bedürfnisorientiert nutzen.

Neugestaltung des Hofes

Eine Mutter, gleichzeitig Architektin, leitete die Neugestaltung des Hofes, die sehr viele ehrenamtliche Arbeitsstunden der Eltern beanspruchte und letztlich 9000 EUR kostete.

Elemente der neuen Hofes sind ein Schiff mit Schalterpult und Fahnenstange, eine Kletterlaube, eine Sinnesecke mit Zerrspiegel, optischen Täuschungsräder und Barfußparcours, ein Sandbereich, eine Kreativbauecke, eine Hügelandschaft, Steingruppen und Stämme zum Hüpfen und Balancieren, ein Bauwagen, eine Sitzecke, ein Weidentunnel und eine Kräuterecke.

Anpassung des Tagesablauf an die Bedürfnisse der Kinder

Jedem Kind steht die gesamte Kindergartenwohnfläche zur Verfügung (s. Räume öffnen). In den offenen Angeboten, z.B. Bas-

Rollenweitwurf

Auf Kommando werfen alle Kinder die Schaumstoffrollen so weit wie möglich weg. Die Kinder stehen auch einer Hallenseite oder einer Erhöhung und holen die Rollen erst, wenn alle geworfen haben. Ziel: Werfen

Auf die Plätze

Der ÜL/ die Erzieherin läuft im Abstand von 3-5m an der Linie entlang. Die Kinder stehen an einer Hallenseite in einer Linie und versuchen, den Erwachsenen abzutreffen. Welches Kind wagt sich zu laufen? Ziel: Werfen, Reaktion

Schraube

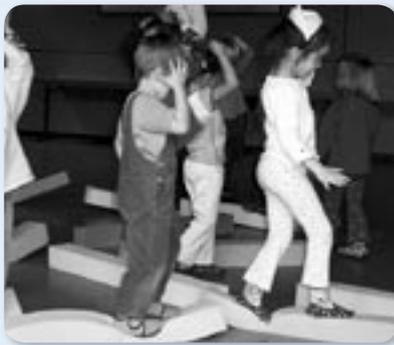
Die Rolle hochwerfen und dabei der Rolle einen Drall versetzen und wieder auffangen. Die Rolle hochwerfen und dabei selbst drehen. Ziel: Werfen, Geschicklichkeit

Riesepommesfrites

Zwei Kinder werfen sich einen Riesepommesfrite hin und her und versuchen, es zu fangen. Variation: Die Kinder lassen die Rolle am Boden entlang rutschen, evtl. auch in ein Ziel.

Balancieren

Über aneinander gelegte Rollen balancieren. Die Kinder legen mit den Rollen Figuren oder einen Kreis. Zusätzlich kann es noch Aufgaben geben. Variation: Die Schaumstoffrollen auch auf dem Kopf usw. Balancieren. Ziel: Gleichgewicht, Aufrichtung



Afrikanischer Träger

In Schrittstellung auf der Rolle stehen und dabei das Gleichgewicht halten. Geht es mit einem kleinen Gegenstand auf dem Kopf leichter? Ziel: Gleichgewicht, Aufrichtung, Körperlot und Stabilität durch Säckchen erfühlen

Schaumstoffrollenlauf

Die Kinder hüpfen und laufen in verschiedenen Variationen über, um und auf die Schaumstoffrollen. Die Schaumstoffrollen liegen kreuz und quer, hintereinander im Kreis oder einer Reihe in verschiedenen Abständen.

Ziel: Ausdauerförderung, Koordination

Hausbauen

Die Kinder bauen mit den Rollen ein Haus, entweder nach oben oder waagrecht auf dem Boden. Ziel: Kommunikation, Interaktion



Stille üben

Die Kinder legen sich auf die Schaumstoffrollen ihres Hauses und ruhen sich aus. Ziel: Ausruhen, Stille



teln, Werken können die Kinder auch das Angebot Bewegung (Renn- und Reaktions-spiele) nutzen. Der Morgenkreis und das Kinderplenum finden nicht im Stuhlkreis, sondern auf dem Boden, mit Kissen oder Bänken unterschiedlicher Höhe statt. Die Kinder nutzen die Möglichkeit zu alternativen Haltungen im Sitzen, Stehen, Liegen, Hocken und Knien. Bewegungslieder mit geringem Platzbedarf werden situativ immer wieder eingebaut. Der Abschlusskreis findet in einer Spielrunde statt. Schatzsuche und Abenteuerwanderungen in die nahe gelegene Grünanlage ermöglichen das Entdecken der Umgebung und situationsgerechtes Handeln.

Bewegungsbaustelle

Freitags wird mit einfachsten Geräten, Fahrzeugen, Wippen, Weichbodenmatte, Kreisel, Schaumstoffrad, etc. eine Bewegungsbaustelle aufgebaut.

Freispielergänzung

In diesem Baustein können Kinder selbstständig den Umgang mit Materialien ausprobieren und Erfahrungen machen, z.B. großflächige Bilder malen, Boote bauen. Die Kinder schulen die Koordination und die Sinneswahrnehmung, entwickeln Selbstvertrauen, Mut und logisches Denken (Wie geht das? Wie funktioniert das?)

Sinneswahrnehmung - Körperwahrnehmung

Das Ziel des Angebotes steht unter dem Thema: „Sinn – volle Spielerfahrungen zu sammeln“. Die Kinder sollen ihre Sinne genauer spüren und erleben lernen: Sehen, Hören, Riechen, Schmecken, Tasten, den Gleichgewichtssinn und die Empfindung für Schmerz oder Kälte und Wärme. Dazu werden Spiele und auch richtige Experimente gemacht. Die Kinder konzentrieren sich dabei sehr genau auf ihre Wahrnehmung. Die Spiele sind so aufgebaut, dass sie möglichst wenig Anleitung erfordern und die Kinder sich auch gegenseitig den Ablauf erklären können. Wenn es um richtige Zuordnungen geht, sind die Teile mit entsprechenden Merkmalen markiert, so dass die Kinder sich selbst kontrollieren können. Das Programm wurde von einer Mutter geleitet und mit verschiedenen Kindern 30 Einheiten (2 Stunden) lang durchgeführt. Einige Themen waren Körper erforschen, Körper spüren – entspannen,



In einem geöffneten Konzept haben die Kinder haben mehr Spielpartner und können Räume bedürfnisorientiert nutzen

Traumreise, Gleichgewicht – Balancieren oder Experimentieren mit Wasser.

Beispiel „Körper erforschen“

Was ist alles an uns dran? Die Kinder benennen Körperteile. Es fällt auf, dass die Haare sehr unterschiedlich sein können: lang – kurz, glatt – wellig – kraus, blond – dunkel – rötlich. Gibt es jemand, der dir ähnlich sieht? Wo fühlt sich dein Körper hart oder weich an? Wo hast du Muskeln? Wo spürst du Knochen? Wir haben die Knochen an den Fingern ertastet, Gelenke gesucht. Die Knochen am Rücken des Nachbarn konnten wir besonders gut spüren.

Jedes Kind hat sich an einer Messlatte gemessen, wie groß es ist. Die Kinder haben sich nach der Größe sortiert. Sie haben versucht, mit verbundenen Augen ihr Gegenüber zu ertasten. Mit großer Begeisterung haben alle ihren Körper gemalt. Sie waren richtig stolz auf ihr eigenes Abbild und haben es genossen, die Umrisse ihres Körpers beim Umfahren mit dem Stift zu spüren.

Waldtag und Waldwoche

Der Kindergarten hat Waldstücke zur Verfügung bekommen, welche die Kinder einen Tag im Monat bzw. eine komplette Woche im Jahr bei jedem Wetter besuchen. Im Wald kommt dem Freispiel große Bedeutung zu. Themen sind z.B. „Steinzeitmenschen“, „lange“ Wanderungen mit Lagerfeuer, Bauen von Unterschlüpfen, Tippies oder Baumhäuser. Der Waldtag ist so konzipiert, dass er das ganze Jahr über stattfinden kann.

Kopplung anderer Lernbereiche mit Bewegung

Musik und Tanz lassen Bewegung als selbstverständlich erleben, Kostüme und Vorführungen motivieren zusätzlich.

Die Miniolympiade

Bei einer „Leichtathletik-Miniolympiade“ im Vorfeld der Olympischen Spiele schnuppern die Kinder in die Welt des Sports und lernen das Treiben auf einem Sportplatz kennen. Disziplinen wie 50m-Sprint, Rundenlauf (400m), Staffellauf, Reifenlauf, Hindernislauf, Weitsprung, Hochsprung, Heulbojenwerfen und Tauziehen ermöglichen das Ausprobieren der eigenen Leistungsfähigkeit und ein Kräftenessen.

Familienfest, Schatzsuche, Vater-Kind-Zelten und Familien-Skiausfahrten

Ein wichtiges Anliegen unserer Arbeit ist die gemeinsame Bewegungsförderung in der Familie. Bei verschiedenen Familien-Aktionen werden Eltern und Kinder eingeladen, sich gemeinsam zu bewegen und dabei Freude und Spaß zu erleben:

- In einer Schatzsuche erleben die Kinder die Eltern als Träger oder als Zugpferde, die gemeinsam mit ihren Kindern einen verborgenen Schatz suchen müssen.
- Das Vater-Kind-Zelten steht ganz im Zeichen von Spiel und Abenteuer.
- Die Skifamilienkifreizeit fand zum zweiten Mal mit reger Beteiligung (15 Familien) statt.

Information und Aufklärung für Eltern – Eltern können viel bewegen

Ein „bewegter“ Elternabend im Kindergarten bringt den Eltern in Theorie und Praxis die Bedeutung von Bewegung und Haltung in Kindergarten, Schule und Familie sowie die Zusammenhänge der einzelnen Projekte näher. Die Eltern erfahren praktische Möglichkeiten (Testverfahren) zur Beobachtung ihrer Kinder (Haltungsschwächen

und Haltungsschäden), zur Auswahl von ergonomischem Mobiliar und Schulranzen und sehen deren optimalen Nutzung (Einstellung und Gewichte). Den Eltern soll Ihre besondere Vorbildrolle bewusst werden und sie sollen Möglichkeiten zur Förderung ihres Kindes kennen lernen. Die Bewegungspausen wurden so gut aufgenommen, dass sie auch in anderen Elternabenden zur Auflockerung dienen.

Erfahrungsaustausch und Fortbildungen

Die Bewegungsförderungseinheiten werden gemeinsam vom Sportlehrer und jeweils einer Erzieherin durchgeführt. Das hat mehrere Vorteile: Das Team kann besser beobachten, Kinder können individueller gefördert werden, in gemeinsamen wöchentlichen Gesprächen werden Strategien entwickelt, beide Berufsgruppen bilden sich intern gemeinsam weiter. Die Themen „Rückenschule für Kinder“ und „Bewegungsfreundliche Kindergarten“ werden auch anderen Fachleuten vermittelt und zur Diskussion gestellt.

Für das nächste Jahr sind zusätzliche Bewegungsangebote wie ein „Spiel des Monats“, ein Bewegungsposter und ein Bewegungs-Bilderbuch geplant, weiterhin gemeinsame Bewegungsaktionen mit den Eltern, z.B. die Vorbereitung auf einen „Minimarathon“ und vermehrt Angebote im Bereich der Ernährung, z.B. das gesunde Morgenbüffet (Gesundes Frühstück/gesunde Zwischenmahlzeit) und das Kinder-Bistro. Geplant sind zudem noch ein Bewegungsraum, die Erneuerung der Bewegungsgeräte und die Umsetzung von Qualitätsmanagement im Kindergarten.

Erfolge und Schwierigkeiten

Im Gegensatz zu früher ist heute ist ein selbstbestimmtes Bewegen im gesamten Gelände möglich. Vor allem bei den psychosoziale Schlüsselkomponenten wie Kommunikationfähigkeit, Konfliktlösungsfähigkeit, Selbständigkeit, Organisationsfähigkeit, Konzentrationsfähigkeit und die Bereitschaft Verantwortung zu übernehmen, haben sich die Kinder spürbar verbessert. Das wird von den Erzieherinnen während der täglichen Arbeit durch Beobachten wahrgenommen und dokumentiert. Daneben überprüfen die Erzieherinnen während der angeleiteten Bewegungsangebote, welche Kinder sich konzentrieren können, von der Gruppe entfernen, die Aufgaben verstehen und motorisch umsetzen können.

Die zusätzlichen Bewegungsangebote im Setting „Kindergarten“ fördern gleichsam alle Kinder, besonders die motorisch Schwachen. Alle Kinder können mindestens so viele Minuten laufen wie sie Jahre alt sind. Als Kontrollkindergarten in einem wiss. Projekt (Agenda 21) kann auf weitere valide und reliable Daten zurückgegriffen werden. Die Kinder sind motiviert und fordern zwischenzeitlich jeden Tag Bewegung ein. Ihre Bewegungssicherheit nahm zu, was sich besonders im geschickten Umgang mit Materialien und im Bewegungsverhalten im Wald zeigt. Die Kinder lassen sich fordern (lange Wanderung) und lernen ihren Körper (Hunger, Toilette, Ausruhen, Leistungsgrenzen) besser kennen. Sie sind motiviert, Neues auszuprobieren und spielen kreativ auch mit einfachsten Materialien (z.B. im Wald). Aussagen wie „Das kann ich nicht“ kommen nur noch

selten vor. Die Kinder lassen sich besser als Gruppe ansprechen, sie sind Teil der Gruppe (Sozialgefüge). Den Eltern ist die Bedeutung für die Bewegung an sich und im Besonderen für die Bewegung im Freien bewusst geworden.

Es gab viele Schwierigkeiten

bei der Umsetzung, besonders der strukturellen Maßnahmen, aber auch bei der Einführung des Waldtags. Viel Elternarbeit und Elterngespräche waren notwendig. Auch heute ist es teilweise schwierig, Eltern als Begleitpersonen zu gewinnen.

Weiterhin lässt sich beobachten, dass Eltern sich sehr schnell an die verschiedenen „zusätzlichen“ Angebote und Maßnahmen gewöhnen. Das Engagement des pädagogischen Teams wird somit leicht zur Selbstverständlichkeit und es entsteht bei einigen Eltern eine gewisse Erwartungshaltung („Ich hab ja auch bezahlt“).

Auch in der Außenwirkung zeigen die Veränderungen im Kindergarten Spuren: Andere Kindergärten informieren sich über das Konzept. Einige Kindergärten haben schon Bausteine übernommen und für Eltern sind die Maßnahmen wichtige Entscheidungskriterien, um ihre Kinder in St. Michael anzumelden, so dass mittlerweile lange Wartelisten existieren.

Weitere Informationen zu diesem Projekt gibt es beim Verfasser oder bei Petra Welte
Kindergarten St. Michael Karlsruhe
Geschwister-Scholl-Str.2
76135 Karlsruhe

Anschrift des Verfassers:
Hans-Dieter Kempf
Karlsruher Rückenschule
Hirschstr.158
76137 Karlsruhe
www.dierueckenschule.de

Literatur

- Kambas, A et al. (2004): Unfallverhütung durch Schulung der Bewegungskoordination bei Kindergartenkindern in DEUTSCHE ZEITSCHRIFT FÜR SPORTMEDIZIN Jahrgang 55, Nr. 2, 44-47
- Kempf, H.-D. & Fischer, J. (2004). Rückenschule für Kinder - Neuauflage. Haltungsschwächen korrigieren, Haltungsschäden vorbeugen. Reinbek: Rowohlt
- Konzeption Kindergarten St. Michael. Karlsruhe
- Raapke, H.-D. (2001) Montessori heute. Rowohlt: Reinbek
- Zimmer, R. (1993) Handbuch der Bewegungserziehung. Herder: Freiburg
- WIAD-AOK-DSB Studie II (2003). Bewegungsstatus von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. www.richtigfit.de/pages/de/aktion/390.htm



Kinder gehen Konflikte an, finden Lösungen, können sich aber auch aus dem Wege gehen