Kontakt und Information
Rhein-Kreis Neuss - Der Landrat
Gesundheitsamt
Geschäftsstelle der Gesundheitskonferenz
Lindenstraße 16
41515 Grevenbroich
T: 02181 601-5390
F: 02181 601-8-5390

Durch Bewegung

erfahren Kinder
sich selbst, ihre personale,
materielle und räumliche Umwelt,

gewinnen Kinder unterschiedliche Erfahrungen
im sozialen, emotionalen, kognitiven und motorischen Verhalten,

erwerben Kinder vielfältige Kompetenzen
wie Selbständigkeit, Selbstvertrauen, Durchsetzungsvermögen und Rücksichtsnahme,

entwickeln Kinder ihre Persönlichkeit!

rhein kreis neuss

Deutsche Sporthochschule Köln
Institut für Sportsoziologie

Hüpfdötzchen - Kindergarten in Bewegung

Ein Projekt zur lebensweltbezogenen Bewegungsförderung

Vorwort

Bewegung ist ein Grundbedürfnis der Menschen. Leider wird Bewegung aus dem heutigen Alltag oft verdrängt, viele Menschen leiden an Bewegungsmangel. Zahlreiche chronische Erkrankungen, wie Rückenschmerzen oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen, sind unter anderem darauf zurückzuführen.
Bereits im Kindesalter spielt Bewegung eine zentrale Rolle: Sie nimmt Einfluss auf die körperliche Entwicklung, darüber hinaus hängt sie auch sehr eng mit der Entwicklung von Persönlichkeit und Sozialkompetenzen sowie dem Differenzierungs- und Wahrnehmungsvermögen zusammen.
Verschiedene soziale und gesellschaftliche Veränderungen in den vergangenen Jahrzehnten, wie veränderte Familienstrukturen, Verlust von Bewegungsräumen und zunehmender Medienkonsum können bei Kindern zu Bewegungsmangel - und dadurch resultierend - zu vermehrten sozialen, psychischen und körperlichen Auffälligkeiten führen.
Eine Untersuchung im Rhein-Kreis Neuss ergab 1996, dass bereits jedes zweite Kind auffällige oder gestörte Bewegungsfertigkeiten aufwies. Die Gesundheitskonferenz des Rhein-Kreises Neuss hatte diese Problematik damals im Arbeitskreis „Prävention im Kindes- und Jugendalter" diskutiert und daraufhin das Projekt „Hüpfdötzchen - Kindergarten in Bewegung" in enger Zusammenarbeit mit der Deutschen Sporthochschule Köln entwickelt.
„Hüpfdötzchen" fördert durch vielfältige Bewegungserfahrungen die kognitive, motorische, soziale und emotionale Entwicklung unserer Kinder.

Ich wünsche allen Kindergärten, die sich daran beteiligen, viel Freude bei der Umsetzung und hoffe, dass es Ihnen gelingt, Bewegung noch intensiver als bisher in ihrem Alltag zu verankern.

Dieter Patt
Landrat

Gesundheitspreis 2000

...der damalige Landrat Hermann-Josef Dusend mit der ehemaligen Gesundheitsministerin Birgit Fischer bei der Verleihung des Gesundheitspreises 2000

„Hüpfdötzchen" wurde im Rahmen des Projektverbundes „Gesundes Land Nordrhein-Westfalen" im Oktober 2000 von der ehemaligen nordrheinwestfälischen Gesundheitsministerin Birgit Fischer mit dem ersten Preis ausgezeichnet. In der Begründung an den Landrat heißt es:

„... Ihrer Einsatzbereitschaft verdankt das Land Nordrhein-Westfalen eine wesentliche Bereicherung und beispielgebende Weiterentwicklung im Gesundheitswesen."

Insbesondere lobte Fischer die besondere Berücksichtigung von Kindergärten in Stadtteilen mit Merkmalen sozialer Benachteiligung. Durch den Gesundheitspreis werden preisgekrönte Projekte öffentlich und transparent gemacht. Sie sollen in NRW weite Verbreitung finden.

Qualitätspreis 2002

2002 hat die Akademie für öffentliches Gesundheitswesen in Düsseldorf das Projekt mit ihrem Qualitätspreis ausgezeichnet. Mit dieser Auszeichnung würdigte die Jury das Projekt als innovativen Beitrag zur qualitätssichernden Neuorientierung im kommunalen Gesundheitsdienst.

Evaluation

Eine qualifizierte Evaluation ist für die Überprüfung der Wirksamkeit eines Projektes wichtig. In der Pilotphase 1996/1997 wurden dazu verschiedene Verfahren eingesetzt. Die wichtigsten Ergebnisse stellen sich wie folgt dar:
Bei einer Befragung der Kindergartenleiterinnen gaben über 90 Prozent an, dass Bewegungs- und Koordinationsprobleme zugenommen haben (Abb. 2).

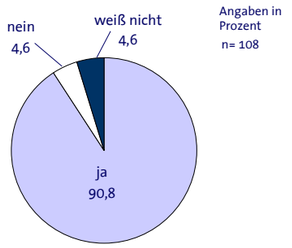

Abb. 2: Einschätzungen auf die Frage, ob Bewegungs- und Koordinationsprobleme bei den Kindern zugenommen haben, 1996

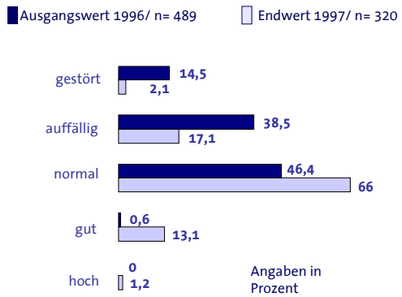

Abb. 3: Bewegungsfertigkeiten der untersuchten 5-6jährigen Kinder zu Projektanfang 1996 und -ende 1997

Diese Einschätzungen wurden in einer Überprüfung der Bewegungsfertigkeiten (Körperkoordinationstest für Kinder) bestätigt. Nicht einmal die Hälfte der untersuchten Kinder zeigten „normale" Bewegungsfertigkeiten, fast 40 Prozent jedoch „auffällige" und 14,5 Prozent sogar „gestörte" Bewegungsfertigkeiten. Der gleiche Test wurde am Ende des Projektes noch einmal durchgeführt: Zwei Drittel der Kinder zeigten daraufhin „normale“, nur noch 17,1 Prozent „auffällige", dafür 13,1 Prozent „gute" Bewegungsfertigkeiten (Abb. 3). Weiterhin wurden die Erzieherinnen zu Projektende schriftlich befragt, eine sehr große Mehrheit schätzte das Projekt als effektiv ein.

Um die Qualität des Projektes zu sichern, wird jedes Jahr zu Projektende eine Abschlussbefragung aller Erzieherinnen durchgeführt.

Projektziele

Bewegung als integraler Bestandteil des Kindergartenalltags: Bewegung wird ein durchgängiges Handlungsprinzip im Alltag. Mit dem gesamten Team wird nach einfachen Möglichkeiten gesucht, um den Bewegungsbedürfnissen und -interessen der Kinder besser zu entsprechen.

Kompetenzerweiterung: Die Erzieherinnen werden durch Fortbildungen und Beratungen zum Thema Bewegung kompetent weitergebildet.

Sensibilisierung zur Thematik Bewegungsmangel: Kinderärzte und Dipl. Sportwissenschaftler informieren Eltern über die Folgen von mangelnden Bewegungserfahrungen und stellen Möglichkeiten zur Bewegungsförderung vor.

Aufbau von Netzwerken: Den Erzieherinnen werden verschiedene Experten (z.B. Kreissportbund, Bewegungswerkstatt) im Rhein-Kreis Neuss zum Thema Bewegung vorgestellt, so dass ihnen auch nach Projektende weitere kompetente Ansprechpartner zur Verfügung stehen.

Projektprinzipien

Engagement der Einrichtung: Das Kindergartenteam versteht sich als *„Motor"* des Projektes. Das Projektteam unterstützt und berät die Einrichtung auf ihrem Weg zu einem bewegungsfreundlichen Kindergarten.

Einbezug des gesamten Teams: Durch teaminterne Fortbildungen erfolgt der Wissenstransfer an alle Erzieherinnen in der Einrichtung. Aufgrund der Akzeptanz im gesamten Team wird die Umsetzung von Maßnahmen verbessert.

Langfristige Betreuung: Die Betreuung erstreckt sich auf einen Zeitraum von ca. zehn Monaten. Damit ist eine kontinuierliche Auseinandersetzung des Teams mit dem Thema Bewegung gewährleistet.

Projektkomponenten

Alle Projektkomponenten werden vor Ort im Kindergarten mit dem gesamten Erzieherinnenteam von einen Diplomsportlehrer durchgeführt.

Vorbesprechung

Das Projekt wird dem gesamten Erzieherinnenteam vorgestellt, individuelle Wünsche werden besprochen sowie Ziele vereinbart (2 Stunden).

Fortbildungen

Die Themen der Fortbildungen werden von den Erzieherinnen individuell festgelegt. Inhalte können z.B. sein:

- Wahrnehmung
- Entspannung
- Umgang mit dem Rollbrett
- Ringen und Raufen
- Alltagsmaterialien
- Förderung der sozialen Kompetenz

Wahlweise können die Fortbildungen im Rahmen zweier Halbtagesfortbildungen oder einer Ganztagesfortbildung durchgeführt werden (2x3 Stunden oder 1x6 Stunden).

Elterninformationsveranstaltung

Die Sensibilisierung der Eltern für das Thema Bewegung spielt eine wichtige Rolle. Dazu findet eine bewegte Informationsveranstaltung statt. Diese wird durch einen Kinder- und Jugendarzt oder durch einen Dipl. Sportwissenschaftler durchgeführt (1,5 Stunden).

Projektkomponenten

Freie Wahlveranstaltung

Das Erzieherinnenteam kann diesen Termin nach individuellen Wünschen gestalten. Je nach Wunsch findet eine weitere Fortbildung mit dem gesamten Erzieherinnenteam statt, eine individuelle Beratung zur Innen– und Außenraumgestaltung, eine Rückenschule für Erzieherinnen, eine Praxisanleitung oder ein Bewegungsnachmittag gemeinsam mit Eltern (3 Stunden).

Nachbesprechung

Die im Vorgespräch vereinbarten Ziele werden überprüft, gemeinsam wird erörtert, wie die weitere Umsetzung eines bewegungsfreudigen Kindergartens gelingen kann. Weiterhin wird das Team über das „Netzwerk gesunde Kindergärten und Schulen im Rhein-Kreis Neuss“ informiert, welches Kindergärten bei der Entwicklung zu einer gesunden Einrichtung durch unterschiedliche Angebote unterstützt (1 Stunde).

Kindergartenübergreifende Veranstaltungen

Besuch der Bewegungswerkstatt

Alle Kindergärten besuchen an einem Nachmittag die Bewegungswerkstatt des Rhein-Kreises Neuss: Dort kann Literatur und Material kostenlos entliehen werden, darüber hinaus bietet sie Fortbildungen und Beratungen an.

Fortbildung Aufsichtspflicht

Die Unfallkasse NRW veranstaltet eine eintägige Fortbildung zum Thema Aufsichtspflicht und Sicherheitsförderung, in der ausgiebig Zeit besteht, individuelle Fragestellungen der Erzieherinnen zu diskutieren und so mögliche Vorbehalte und Ängste zu nehmen.