

Der Kindergarten-Check

Die Deutsche Olympische Gesellschaft und ihre Partner Opel, O₂ Germany und die Universität Karlsruhe fördern mit „Kinder bewegen“ die Bewegungserziehung in Kindergärten. Bundesweit erhalten ausgesuchte Modellkindergärten personelle, materielle und ideelle Hilfe zur Selbsthilfe, um Bewegung in den Kindergartenalltag zu bringen.

Aus Vorgaben für die Modellprojekte, die gemeinsam mit Wissenschaftlern erarbeitet wurden, und den bislang im Projektverlauf gewonnenen Erfahrungen wurden die vorliegenden Tipps und Anregungen für den bewegungsfreundlichen Kindergarten zusammengestellt.

Warum ein Kindergartencheck?

Welche Anforderungen sollten Kindergärten erfüllen, um als bewegungsfreundliche Einrichtungen zu gelten? Die folgenden Kriterien sollen sowohl Eltern als auch Erzieherinnen als Orientierungshilfe dienen.

Es sei ausdrücklich darauf hingewiesen, dass die Angaben keinen Absolutheitsanspruch haben. Eine konkrete Einrichtung ist immer vor dem Hintergrund der örtlichen Bedingungen und Limitierungen zu beurteilen. Verallgemeinerungen bergen die Gefahr der Verkürzung und Pauschalisierung. Dennoch liefern die gesammelten Informationen einen hilfreichen Leitfaden für ein besseres Verständnis der Möglichkeiten, Bewegungsförderung im frühen Kindesalter umzusetzen.

1. Bewegungsräume

Wesentliche Voraussetzungen für bewegungsorientierte Angebote im Kindergarten sind die infrastrukturellen Bedingungen im und am Gebäude sowie in der erreichbaren Umgebung. Wünschenswert wäre, wenn der Kindergarten die Nutzung der folgender Räume, Anlagen und Einrichtungen sicherstellen könnte:

- mindestens einen Bewegungsraum im Inneren des Kindergartens, der sowohl von der Größe als auch von der Einrichtung mit Mobiliar ausreichend Fläche für die individuelle Bewegung der jeweiligen Gruppe bietet. Auch die herkömmlichen Gruppenräume eignen sich zu diesem Zweck, sofern beispielsweise Fußboden- und Wandbeschaffenheit, sowie bewegliche Einrichtungsgegenstände keine Sicherheitsrisiken bergen.
- einen ausreichend großen Bewegungsraum im Freien, der beispielsweise in Form eines entsprechend hergerichteten Geländes möglichst vielfältige Gelegenheiten zum Laufen, Fangen, Balancieren, Hangeln, Rollen, Springen, Schaukeln und Rutschen bietet. Gerade die Oberflächengestaltung sollte abwechslungsreich sein, so dass ebene und unebene, begrünte und gepflasterte Flächen sowie Objekte in Form von Findlingen, Baumstämmen und -stümpfen, Erdwällen und Trep-

Kontakt:

Deutsche Olympische Gesellschaft e.V.

Kathrin Hillgärtner
Leiterin Geschäftsstelle Frankfurt
Otto-Fleck-Schneise 12
60528 Frankfurt
Tel 069 69501615
Fax 069 6771826
Hillgaertner@DOG-bewegt.de

Daniela Kröger
Leiterin Kommunikation
Otto-Fleck-Schneise 12
60528 Frankfurt
Tel 069 69501614
Fax 069 6771826
Kroeger@DOG-bewegt.de

Weitere Informationen zum Bewegungsmangel bei Kindern, seinen Folgen sowie den Modellkindergärten finden Sie im Internet unter:
www.kinder-bewegen.de

- pen vorhanden sind.
- in zu Fuß erreichbarer Umgebung befindliche Spielplätze, Parks, Wiesen, Gärten und Waldstücke, die sich einerseits für die Schulung der sinnlichen Wahrnehmung und andererseits für die beaufsichtigte Erkundung unbekanntes Geländes eignen.
- eine Sporthalle oder ein Schwimmbad (im Optimalfall mit einem Lehrschwimmbecken ausgestattet) in Gehentfernung zur regelmäßigen Nutzung

Ein Kindergarten, der das Prädikat "bewegungsorientiert" führt, sollte zumindest über drei der genannten Kriterien verfügen.

2. Ausstattung

Das reine Vorhandensein von Bewegungsräumen im und um den Kindergarten reicht natürlich allein nicht aus. Auch wenn grundsätzlich für einen Teil der bewegungsorientierten Inhalte eine umfassende Geräteausstattung nicht erforderlich ist, ist ein Minimum an Versorgung mit Spiel- und Übungsgeräten sowie mit entsprechendem Material in jedem Fall hilfreich.

In der nachfolgenden Liste sind Hilfsmittel und Ausstattungsgegenstände aufgeführt, die im Kontext einer bewegungsfreundlichen Kindergartengestaltung berücksichtigt werden sollten.

Im Außenbereich

- Abenteuer- und Kombinationsspielgeräte mit integrierten Rutschen, Treppen, Seilen, Brücken und Stegen, Kletterwänden und Kletterstangen etc
- Ein- und Mehrpersonenschaukelgestelle
- Balanciergeräte (Wippen, Bretter und Balken) sowie Schaukelbrücken
- horizontal und vertikal gespannte Seile und Taue
- Kletterbäume, -gerüste und -türme
- Stelzen in unterschiedlicher Form und Höhe
- Geräte mit Rollen und Rädern (Rollbrett, Roller, Bobby-Car, "Kippelbrett" etc.)
- weitere Kleingeräte und Hilfsmittel für den Einsatz im Freien werden im Internet unter "Konzept/Geräte vorgestellt" aufgeführt

Im Innenbereich:

- in Räumen mit ausreichender Deckenhöhe Einbauten als z.B. Burgen und Höhlen mit zumindest zwei Ebenen, die über Treppen, Strickklettern und Seile zu erreichen sind
- Klettermöglichkeiten in möglichst allen Gruppenräumen, die einerseits einfaches Heraufziehen und Herablassen an einem horizontal gespannten Seil oder andererseits das Überwinden einer festzulegenden Distanz ohne Bodenberührung z.B. durch Klettergriffe und Unterstützungsflächen für die Füße an geeigneten Wänden ermöglichen
- Multifunktional einsetzbare Hilfsmittel wie Kletterwände, Kurz- und Langbänke, Tische und (Sicherheits-)Matten
- Kleingeräte für die Schulung von Koordinations- und Gleichgewichtsfähigkeit wie z.B. Pedalos, Minitrampoline, "Kippelbretter" und Therapiekreisel

- Bälle in möglichst vielen verschiedenen Materialien, Größen und Beschaffenheiten
- eine Sammlung von individuell und in der Gruppe einsetzbaren Kommunikations- und Bewegungsspielen
- Hilfsmittel und Hindernisse wie Kegel, Backsteine, Ringe, Tücher, Fahnen, Tore, Seile, Kreide etc. zur Konstruktion von Parcours und zur Markierung von Zonen, Feldern und Wegen
- weitere Kleingeräte und Hilfsmittel für den Einsatz in geschlossenen Räumen werden im Internet unter "Konzept/Geräte vorgestellt" aufgeführt

Der Fundus an Spiel- und Sportgräten bei den Herstellern dieser Produkte ist schier unermesslich. Entscheidend bei der Auswahl der Geräte ist ihre Sicherheit, die Möglichkeit sie kreativ und vielfältig einzusetzen und letztendlich der Preis. Gutes muss nicht immer teuer sein. Und diese Aussage gilt auch in umgekehrter Richtung.

Die Ausstattung des Freibereichs ist weiterhin von der verfügbaren Fläche abhängig. Bei der Gestaltung des Freibereichs eines Kindergartens sollte eine ausreichend große Freifläche für Lauf-, Fang- und Ballspiele sowie für Spiele in Gruppenorganisation auf jeden Fall erhalten bleiben.

Kindergärten, die sich eine besondere Bewegungsförderung zum Ziel gesetzt haben, sollten mindestens über 50% der für den Innenbereich genannten Aspekte verfügen. Da sich die Ausstattung der Außenbereiche an den verfügbaren Flächen orientiert, kann hier leider keine allgemeine Empfehlung ausgesprochen werden.

3. Bewegungsangebote

Um bei den Kindern Bewegung als eine alltägliche Betätigung zu etablieren, müssen neben Bewegungsanreizen mit einem hohen Aufforderungscharakter auch gezielte Bewegungsangebote gemacht werden. Dies ist insbesondere vor dem Hintergrund eines an Bewegung verarmten Kinderalltags notwendig, weil zunehmend z.T. wichtige Entwicklungsimpulse nur auf diese Weise gesteuert die Kinder erreichen.

Als Anforderung für einen bewegungsorientierten Kindergarten wäre zu definieren, dass

- mindestens zweimal wöchentlich angeleitete Bewegungseinheiten vorgehalten werden. Zielsetzung des Kindergartens muss die Realisierung eines täglichen Angebots sein.
- zusätzlich mindestens einmal wöchentlich die Möglichkeit der Nutzung eines Hallen- oder Freibades gegeben ist. Wenn möglich sollten zwei Schwimm- und Badezeiten pro Woche angestrebt werden.
- regelmäßige Bewegungszeit innerhalb der täglichen Gruppenarbeit des Kindergartens berücksichtigt wird.
- durch Kooperationen mit anderen Organisationen (z.B. Sportvereinen) ein weiterführendes Sportangebot in Ergänzung zum Programm des Kindergartens ermöglicht wird.
- regelmäßige, vierteljährliche Projekt- u. Eventtage angeboten werden, an denen z.B. Kinder- und Knirpsolympiaden, Kindergartenwettkämpfe, Malwettbewerbe und Olympische Tage durchführbar sind.
- regelmäßige Aufklärungseinheiten zu gesunder Ernährung für Kinder und Eltern angeboten werden.

In diesem Bereich fällt eine Empfehlung im Hinblick auf Art, Umfang und Häufigkeit des Bewegungsangebots schwer, weil die individuellen Möglichkeiten und Voraussetzungen des Kindergartens die limitierenden Faktoren vorgeben. Dennoch sollten die als Mindestanforderungen definierten Aspekte in einer Einrichtung mit ausgewiesener Bewegungsorientierung realisiert sein.

4. Personal

Vielleicht den wichtigsten Einflussfaktor auf die Bewegungsorientierung eines Kindergartens stellen die Erzieherinnen und Erzieher selbst dar. Während "Bewegungserziehung" als Ausbildungsinhalt in der ehemaligen DDR obligatorisch war, müssen entsprechende Qualifikationen heute vielfach durch Zusatzausbildungen erworben werden.

Ein qualifiziertes Bewegungsangebot kann u.a. sichergestellt werden, wenn

- das betreuende Personal eine **bewegungserzieherische Schulung im Rahmen seiner Ausbildung** bekommen hat.
- die Erzieherinnen und Erzieher **Zusatzqualifikationen** im Bereich z.B. des Übungsleiters für Kinder- und Jugendsport, des Übungsleiters für Präventions- und Rehabilitationssport, des Übungsleiters für Behindertensport oder eine psychomotorische Ausbildung nachweisen können. Hilfreich wären auch Erfahrungen im Kinderturnen und Kenntnisse aus dem Feld des Breiten- und Freizeitsports.
- fundierte und regelmäßig aufgefrischte **Kenntnisse in Erster Hilfe** vorliegen.
- umfassende **juristische Informationen über die Möglichkeiten und Grenzen von Bewegungsschulung im Kindergarten** angeboten werden, da offensichtliche besondere Ängste des Erziehungspersonals im Hinblick auf Verletzungen bei Kindern und die damit verbundenen juristischen Konsequenzen für die Verantwortlichen bestehen.
- **externe Unterstützung** z.B. durch Vereinstrainer und -übungsleiter, Freizeitpädagogen, Krankengymnasten, Ergotherapeuten, Kinderärzte, Ernährungsberater und sportwissenschaftliche Begleitung, Eltern, aktive Sportler und Interessierte gesucht wird.

Einrichtungen, die Bewegung zielgerichtet fördern wollen, sollten ihren Mitarbeitern einerseits ermöglichen und sie dazu anhalten entsprechende Qualifikationen zu erlangen sowie gleichzeitig dafür Sorge tragen, dass durch den regelmäßigen Besuch von Fortbildungen für diesen Bereich ein möglichst hoher Qualitätsstandard erreicht und gehalten werden kann.

Als Empfehlung für einen bewegungsorientierten Kindergarten kann festgehalten werden, dass mindestens zwei Drittel der Erzieherinnen und Erzieher eine der vorgenannten Qualifikationen vorweisen können sollten.

Kontakt:

Deutsche Olympische Gesellschaft

Kathrin Hillgärtner
Leiterin Geschäftsstelle Frankfurt
Tel 069 69501615
Fax 069 6771826
Hillgaertner@DOG-bewegt.de

Daniela Kröger
Leiterin Kommunikation
Tel 069 69501614
Fax 069 6771826
Kroeger@DOG-bewegt.de