



Schatzsuche in der KiTa - bewegte Strategien der Gesundheitsförderung

Inhalt



Ausgangssituation: Schlechte Nachrichten

Ein wichtiger „Dreiklang“: Gesundheit, Bewegung und Bildung

Was bedeutet Gesundheit?

Gesundheitsförderung als Schatzsuche

Bedeutung von Bewegung und Gesundheit

Ausgangssituation



Kinder sind zu dick: ...„Faul und fett“

Sie schaffen bestimmte
motorische Leistungen
nicht mehr wie früher.....

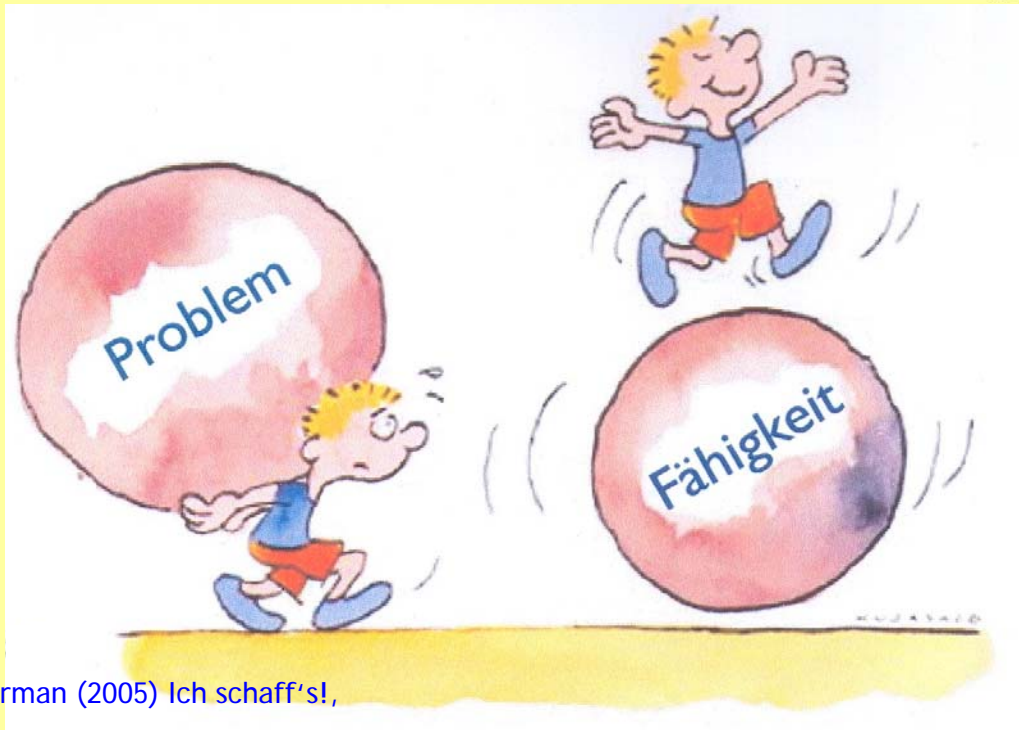


Ausgangssituation



Die Konsequenz der Problemperspektive:

Kinder werden zu Versagern!



Furman (2005) Ich schaff's!



Wenn man Kinder entlasten will, muss man die Ressourcen und Fähigkeiten, die Schätze der Kinder in den Vordergrund rücken. Es gilt - wie im Cartoon - die Problemperspektive in eine Ressourcenperspektive zu verwandeln.

genau das tun Schatzsucher!

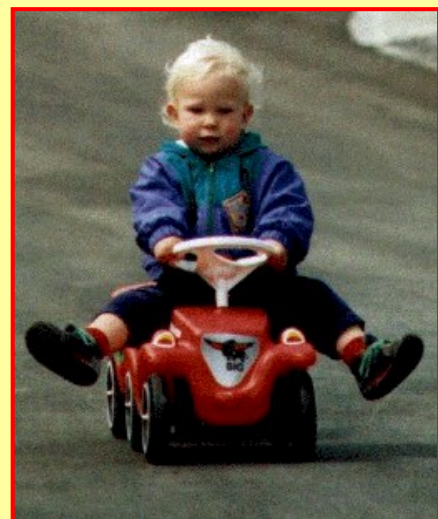
Die Schatzsuche



Kann durch verschiedene Ansätze begründet werden:

- Salutogenetische bzw. ressourcenorientierte Gesundheitskonzepte (Antonovsky)
- Positive Psychologie (Staudinger, Auhagen)
- Psychology of Human Strengths (Seligman),
- Ermutigung (Dreikurs)
- Systemische Ansätze (Furman u.a.)

Starke Kinder





Wie kann Gesundheit zur Steigerung der Erziehungs- und Bildungsqualität in der Kindertagesstätte beitragen, damit die Kindertagesstätte besser als bisher ihren Erziehungs- und Bildungsauftrag erfüllen kann?



Gesundheit



Risikofaktorenmodell

Was macht Menschen krank?

Risikofaktoren bezeichnen Einflussgrößen, die in einem statistischen Zusammenhang zu einer Krankheit stehen.

Fehlerfahndung





Salutogenesemodell

Was hält Menschen gesund?

Physiologische, psychologische und soziale/ökologische Schutzfaktoren sichern zusammen mit dem Kohärenzsinn die Gesundheit

Schatzsuche



Gesundheitsförderung als Schatzsuche



Gesundheitsförderung sollte nicht vorrangig an der Verhinderung von Krankheit, Problemen und Fehlern orientiert sein und nicht primär an der Vermittlung von Wissen!

Sondern:

Orientierung an Kompetenzen, Ressourcen und Stärken!



Die Schatzsuche



Auhagen (2004, 3) beschreibt Strategien „zur Vermehrung des Positiven“ wie

- die Förderung bereits vorhandener positiver Aspekte und Qualitäten,
- die Entwicklung neuer positiver Aspekte und Qualitäten und
- die Verminderung des Negativen, indem man jemandem hilft, die positiven Aspekte einer Situation zu erkennen.
- Schließlich sollte man sich bemühen, nichts Neues entstehen zu lassen, das als negativ bewertet wird.



- Gesundheitsförderung muss an den Ressourcen ansetzen!
- Bewegung ist eine Ressource!
- Bewegung soll Kinder stärken!



Entwicklungsbedingungen



Kinder brauchen optimale Entwicklungsbedingungen von Geburt an, um bestmögliche Bildungschancen zu bekommen.

Bewegung kann ihnen helfen, körperliche aber auch psychische und soziale Ressourcen so zu entwickeln, dass sie die täglichen Anforderungen bewältigen und sich auch unter belastenden und ungünstigen Lebensbedingungen gesund entwickeln.



Bedeutung von Bewegung



Untersuchungen können die Bedeutung von Bewegung für diese Altersgruppe belegen.

Auch die Zusammenhänge zwischen der Motorik und kognitiven, sozial-kognitiven, und ressourcenorientierten Gesundheitsmerkmalen sind belegt.

Konzepte von Sport- und Bewegungskindergärten sind mehrfach untersucht worden und haben ihre erfolgreiche Arbeit unter Beweis stellen können.



Bewegung kann Kindern helfen...



- selbstständig zu werden
- Selbstvertrauen zu gewinnen,
- Sozialkompetenz und
- erstes Weltwissen aufzubauen...

und sich damit kindgerecht zu bilden.

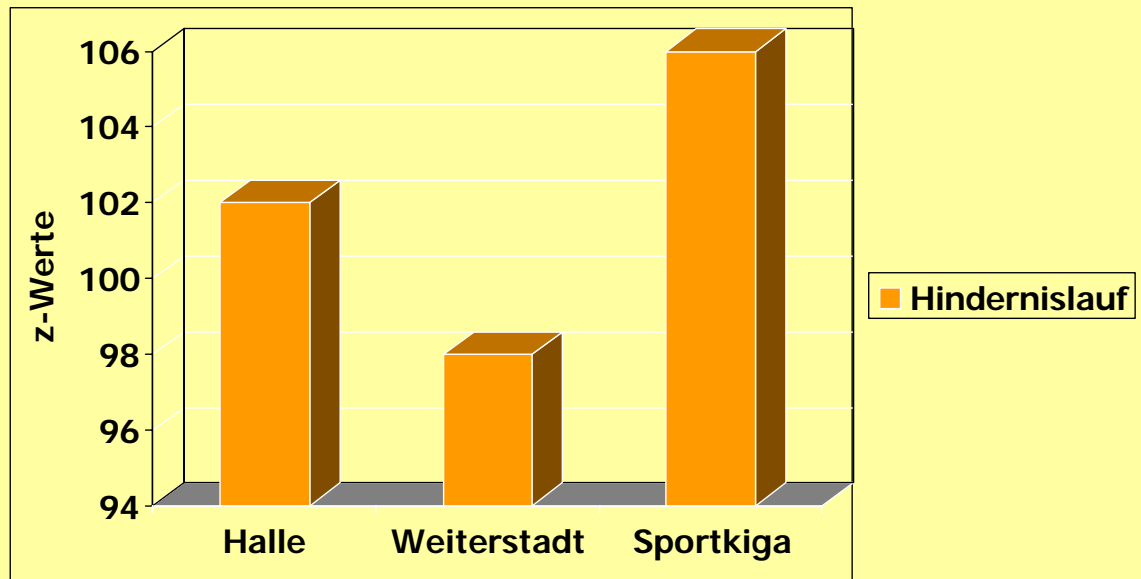
...



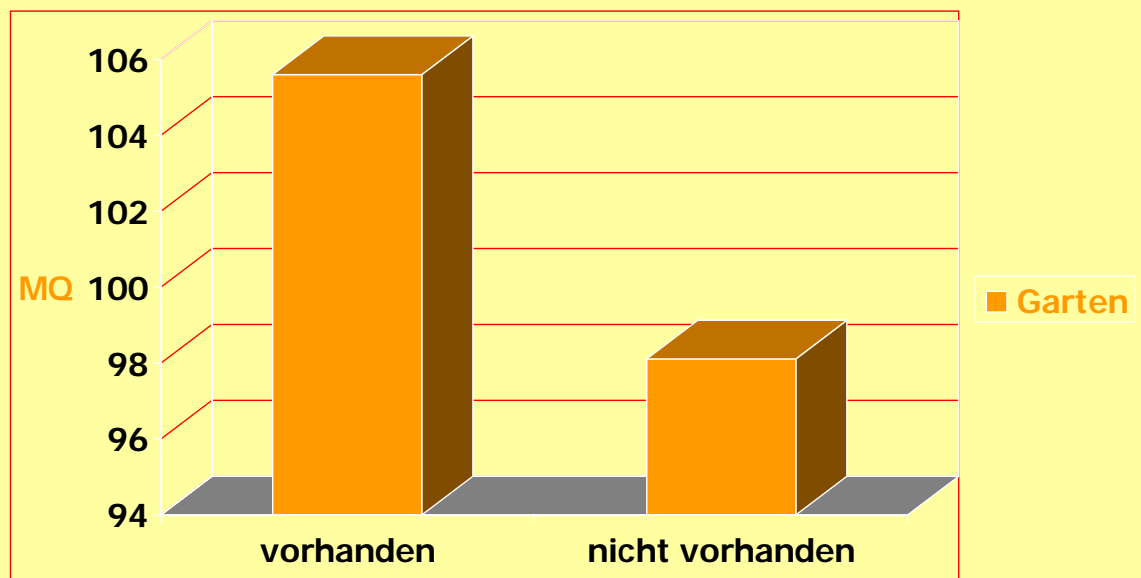
Damit diese Ziele auch erreicht werden können,
müssen
sie systematisch angesteuert werden
(Bewegungsräume, Materialien, Vorbilder)
sie den Lernenden bewusst werden (sustained
shared thinking)
sie über die Erfahrungen reden/sie ausdrücken
sie körperlich erfahren werden (embodiment)



Allgemeiner sportmotorischer Test (AST) Hindernislauf



Motorische Leistungsfähigkeit differenziert nach den Spielmöglichkeiten in einem Garten (MOT)



Um ihre Stärken zu entdecken, brauchen Kinder



Bewegungsfreundliches Umfeld

Bewegungsfreundliche Geräte

Vorbilder, die Bewegungsfreude ausstrahlen



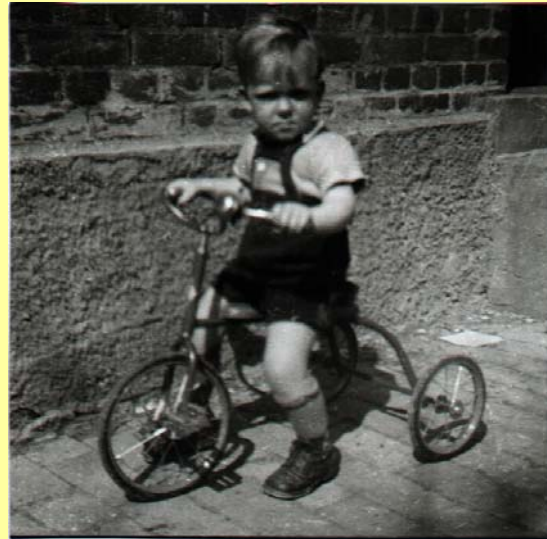
Um ihre Stärken zu entdecken, brauchen Kinder



Was lernen diese Kinder?



Prof. Dr. Ulrike Ungerer-Röhrich



Mai 2007



Institut für Sportwissenschaft
Universität Bayreuth



- Sorgen Sie dafür, dass sich Bewegung für Kinder lohnt! Ich habe etwas geschafft!
- Schaffen Sie zusammen mit den Kindern Möglichkeiten zum Bewegen nicht zum „Bewegt werden“!
- Sorgen Sie für die Qualifikation der Begleiter/innen!



Prof. Dr. Ulrike Ungerer-Röhrich

Mai 2007



Institut für Sportwissenschaft
Universität Bayreuth



Ergebnisse



Dass wir Bewegung wichtig finden, erkennt man in unserer Einrichtung daran, dass

- wir im Gruppenraum kaum noch Tische und Stühle haben und uns somit viel mehr bewegen können,
- wir noch mehr Räumlichkeiten in der Kita zum Bewegen geschaffen haben (Öffnung des Eingangsbereichs zum Rollbrett und Fahrzeug fahren),
- sich immer mehr Eltern für Bewegung im Kindergarten interessieren und ihre Kinder verstärkt mit dem Fahrrad oder zu Fuß in den Kindergarten bringen.



Dass wir die ressourcenorientierte Grundhaltung wichtig nehmen und auch umsetzen, erkennt man daran, dass

- wir uns bei Beobachtungen an den Stärken der Kinder orientieren,
- wir versuchen, auch die Schwächen der Kinder in Stärken umzuwandeln,
- wir unseren Beobachtungsbogen darauf ausgerichtet haben, was ein Kind kann und nicht, was ein Kind noch nicht kann.

➤ Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

