

Gemeinsam aktiv für gesunde Kinder!

Unter diesem Motto hat sich die Justus-Liebig-Universität Gießen (Abteilung für Pädagogik der Kindheit/Kompetenznetzwerk Elementarbildung Hessen) in Kooperation mit der AOK Hessen für mehr Gesundheit und Bewegung in Kindertagesstätten eingesetzt, denn Gesundheitsförderung für Kinder und ein gesunder Berufsalltag sind wichtig für jede Kita!

Die gemeinsame Zusammenarbeit begann im Wintersemester 2013/2014 mit einer interdisziplinären Vortragsreihe, bei der verschiedene Referentinnen und Referenten zu 7 unterschiedlichen gesundheitsrelevanten Themen (z.B. Ernährung, Bewegung, Stressreduktion, gesunde Alltagsgestaltung und psychosoziale Gesundheit) referierten. Angesprochen und eingeladen waren alle Personen, die sich mit der Förderung, Bildung und Erziehung von Kindern beschäftigen.

Bei dem an die Ringvorlesung anschließenden Fachtag am 21.02.2014 wurden diese Themen in 10 praxisorientierten Workshops vertieft, um den Teilnehmerinnen und Teilnehmern konkrete Handlungsmöglichkeiten aufzuzeigen und Einblicke in existierende Praxis zu ermöglichen.

Eröffnet wurde der Fachtag durch einen Vortrag von Frau Prof. Dr. phil. Renate Zimmer (Universität Osnabrück) zum Thema „Kinder stärken – Ressourcen entwickeln“, in welchem sie die Bedeutung von Körper- und Bewegungserfahrungen für die Entwicklung motorischer und kognitiver Fähigkeiten sowie sozialer Kompetenzen herausstellte.



Im Anschluss an diesen Fachvortrag begannen die Workshops, die sowohl am Vormittag als auch am Nachmittag stattfanden, sodass die Teilnehmer die Möglichkeit hatten zwei verschiedene Workshops zu besuchen.

Workshop 1 wurde durch Rolf Reul (HAGE e.V.) durchgeführt und thematisierte die Gesundheitsförderung im Kontext von sozialen Problemlagen. Im Mittelpunkt stand die Frage nach der gesundheitlichen Chancengleichheit in Deutschland und welche Interventionsmaßnahmen in der Gesundheitsförderung entwickelt und umgesetzt werden können. Zudem spielte die partizipative Qualitätsentwicklung eine zentrale Rolle. Hierbei kam es mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern zu einem intensiven Austausch über die Partizipation von Kindern und Eltern. Am Schluss wurde den Anwesenden die Erstellung einer Mindmap unter Einbeziehung von Qualitätskriterien erläutert. Diese eignet sich insbesondere für Institutionen, die sich als gesunde Kindertageseinrichtung weiterentwickeln möchten.



Im zweiten Workshop von Bettina Kaiser und Judith Neuse (AOK Hessen) ging es um das Gesundheitsprojekt „JolinchenKids“ der AOK Hessen und wie Gesundheitsförderung sowohl für Kinder als auch für Erzieherinnen Spaß bringt. Neben Ernährung, Bewegung und seelischem Wohlbefinden wurden auch die Projektmodule zur Erzieherinnengesundheit und Elternpartizipation vorgestellt und erlebbar gemacht.



Dorothea Beigel (Hessische Lehrerfortbildung) führte durch den dritten Workshop „Von Anfang an im Gleichgewicht“, in welchem sie theoretisches Hintergrundwissen zum Projekt „Schnecke-Bildung braucht Gesundheit“ (des Hessischen Kultusministeriums) vermittelte und praxisnah auf gehirngerechtes und umsetzbares Lernen in der Kita einging. Die Neurophysiologische Entwicklung des Kindes stand mit Schwerpunkt der Förderung von Sensorik, Motorik und Sprache im Mittelpunkt. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erlebten die Einführung in ein spielerisches Gleichgewichts- Bewegungsprogramm.



In Workshop 4 wurde durch Christina Mai und Lina Wallus (Papilio e.V. Augsburg) die Papilio-Maßnahme "Spielzeug-macht-Ferien-Tag" fokussiert. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer konnten Erfahrungen zu dieser Maßnahme sammeln, indem sie aufgefordert wurden, sich Spiele ohne herkömmliches Spielzeug auszudenken und diese Ideen auszuprobieren. So wurden alternative Spielideen zusammen getragen und Ziele definiert. Die Inhalte des Workshops sowie das aktive Mitwirken der Anwesenden führten u.a. zu einer angeregten Diskussion über die Rolle der ErzieherIn, über die Integration in den Alltag und die vielfältigen Spielmöglichkeiten von Kindern.



Karin Plöhn und Martina Veit (AOK Hessen) führten durch den fünften Workshop zum Thema „Ruheinseln im Kita-Alltag“. Im Mittelpunkt dabei standen zum einen die veränderten Lebensbedingungen, die verstärkt zu Stress bei Erwachsenen und Kindern führen und zum anderen die Möglichkeiten Belastungen zu verringern. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erprobten verschiedene Atem-, Achtsamkeits-, Entspannungs- und Bewegungsübungen. Außerdem wurden die Erfahrungen mit dem Entspannungsmodul aus dem AOK-Programm „TigerKids“, das für Kindergärten entwickelt wurde, vorgestellt.

Thema des sechsten Workshops von Prof. Dr. Christina Jasmund (Hochschule Niederrhein) war die bedürfnisgerechte Tagesgestaltung in Kitas mit Schwerpunkt auf der Über-Mittags-Gestaltung. Vom thematischen Input der Referentin ausgehend wurden eigene Praxiserfahrungen ausgetauscht und dieses Thema auf den gesamten Kitaalltag ausgeweitet. So wurden Fragen nach bedürfnisgerechter Angebotsgestaltung und die Nachmittagsituation diskutiert. Ein wesentlicher Gesichtspunkt waren Möglichkeiten zur Gestaltung einer aktiven Erziehungspartnerschaft mit den Eltern, weil der Einfluss der Herkunftsfamilie für die Bedürfnissituation eines Kindes, deren Regulation und Befriedigung sehr bedeutsam ist. Die Beteiligten halten die Sensibilisierung für die individuellen Bedürfnissituationen der Kinder und auch der Fachkräfte für einen wichtigen Aspekt des professionellen Handelns und haben den Wunsch geäußert dieses Thema in ihren Teams anzusprechen.

„Schutzfaktor: Bewegung“ lautete das Thema von Workshop 7, welcher durch Carsten Böhmer (Dipl. Motologe) geleitet wurde. Im theoretischen Teil des Workshops wurde die Verknüpfung von Entwicklungs- und Gesundheitsförderung diskutiert und gefragt, welchen Beitrag die Psychomotorik dazu leisten kann. Im sich anschließenden praktischen Teil des Workshops konnten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer verschiedene psychomotorische Spiele selber ausprobieren und danach in einen Austausch darüber kommen, welche entwicklungsrelevanten Erfahrungen Kinder bei den Praxisbeispielen hätten sammeln können.



In Workshop 8 wurden durch Jeanette Kolb-Jochim (Pikler-Pädagogin) die Bewegungsentwicklung und die begleitenden Geräte in der Pikler- und Hengstenberg-Pädagogik thematisiert. Als Einstieg wurde das Leben und Schaffen von Emmi Pikler und Elfriede Hengstenberg vorgestellt. Im Mittelpunkt des Workshops, welcher eine praktische Übung zum Hauptvortrag von Prof. Dr. Zimmer darstellte, stand die Selbsterfahrung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit den von der Referentin mitgebrachten Kletter- und Balanciergeräten.



Martina Schad (Unfallkasse Hessen – Prävention) thematisierte in ihrem Workshop „Erziehung ist (k)ein Kinderspiel“ die verschiedenen Belastungen in Kitas durch Lärm, Zwangshaltungen beim Stehen/Sitzen und das Heben und Tragen von Kindern sowie die gesundheitlichen Auswirkungen. Technische, organisatorische und pädagogische Verbesserungsmöglichkeiten wurden erläutert und mit Praxisbeispielen veranschaulicht. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer hatten die Gelegenheit einige ergonomisch geeignete Stühle zu testen. Das pädagogische Hilfsmittel „Lärmampel“ wurde anhand von zwei unterschiedlichen Exemplaren vorgestellt.

Im zehnten Workshop von Carolin Becklas und Oliver Janiczek (HAGE e.V.) wurden in einem ersten Teil die Grundlagen zum gesundheitsförderlichen Ansatz aufgezeigt, um dann im Weiteren einen Überblick über die Qualitätskriterien der Gesundheitsförderung zu geben. Anhand des „Public Health Action Cycle“ wurden Qualitätskriterien, die für die Praxis in der Kita relevant sind, dargestellt. Hierbei wurden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in der Bestimmung möglicher Qualitätskriterien mit einbezogen. Ein zentraler Punkt, der diskutiert wurde, waren die finanzielle und personelle Ausstattung für Projekte der Gesundheitsförderung in der Kita. Es wurde deutlich, dass sich die Anwesenden hier mehr Unterstützung, aber auch die Möglichkeit einer Zertifizierung für die „Gesunde Kita“ wünschen.

Die Rückmeldungen aus den Workshops waren allesamt sehr positiv. Das Interesse und das Engagement der Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus der Praxis, Fachberatung und Ausbildung führten zu einem regen Erfahrungsaustausch untereinander.

Zwischen den beiden Workshopphasen am Vormittag und am Nachmittag konnten sich die Anwesenden in der Mittagspause durch ein reichhaltiges Buffet stärken. Zudem gab es einen Markt der Möglichkeiten, bei dem sich verschiedene Institutionen, Einrichtungen und Projekte rund um das Thema Gesundheit und Bewegung vorstellten und über ihre Arbeit informierten. Auch hier gab es die Möglichkeit, Fragen zu stellen, Kontakte zu knüpfen und interessante Gespräche zu führen.



Alles in allem war es ein sehr schöner, vielseitiger und lebendiger Fachtag mit vielen interessanten Gesprächen und Eindrücken.

Wir bedanken uns bei allen Teilnehmerinnen für das große Interesse, bei den Referentinnen und Referenten für die spannenden theoretischen und praktischen Inputs, den Clowns vom Dr. med. Clown e.V., die durch ihre witzigen Clownseinlagen für eine tolle Stimmung und gute Laune gesorgt haben und bei den Institutionen vom Markt der Möglichkeiten, die mit der Präsentation ihrer vielseitigen Arbeiten den Fachtag bereichert haben.



Ein weiterer Dank geht an die AOK Hessen für die erfolgreiche Zusammenarbeit. Gemeinsam konnten wir im Rahmen der Ringvorlesung und des Fachtags neben der thematisch forcierten Gesundheitsprävention in Kindertagesstätten auch gleichzeitig zur Vernetzung und zum Austausch der pädagogischen Fachkräfte im Elementarbereich beitragen.

Das Kompetenznetzwerk freut sich auf weitere interessante Veranstaltungen und Projekte!