

Braunschweiger

„Bewegungswerkstatt – West“

Kinderwelt ist Bewegungswelt, deshalb benötigt Bildung in der Kindheit Bewegung.

Die Bewegungswerkstatt-West wurde 2013 für Kindertagesstätten der Braunschweiger Weststadt ins Leben gerufen. Diese Einrichtungen werden seitdem in einem zirkulierenden System von einer qualifizierten Gymnastiklehrerin und einem Physiotherapeuten nach dem Konzept einer, ehemals in vier, mittlerweile sechs Säulen gegliederten Bewegungswerkstatt betreut.

Die Arbeit konzentriert sich auf Kinder im Alter von 3-6 Jahren. Geschaffen wird die Basis für eine individuelle Bewegungsförderung in Grundschule und/oder Sportverein.

Säule 1: Bewegungsbaustelle / Physiotherapie

Kinder bewegen sich gern, haben Spaß am Klettern und Konstruieren. Die Bewegungsbaustelle schafft innovative Spielgelegenheiten. Sie fördert durch Spiel und Bewegungsaktivität die motorischen Grundfertigkeiten: Gehen, Springen, Klettern und Balancieren. Wichtig hierbei ist der Raum für Lernerfahrung; ein unbegrenztes Angebot von Kombinations- und Gestaltungsmöglichkeiten. Es wird sowohl mit „offenen“, als auch mit „angeleiteten“ Angeboten gearbeitet. Die Kinder können auf diesem Weg einen Zugang zu ihrem persönlichen Bewegungstalent finden. Jede Kita erhält eigenes Sportgerät zum Verbleib.

Physiotherapie „Kita-Kinder rückenfit“

Kinder mit gestörter, unterentwickelter Alltagsmotorik werden durch die professionelle Hilfe eines Physiotherapeuten direkt in der jeweiligen Einrichtung auf einen entsprechend normgerechten Entwicklungsstand gebracht. Bis zum Eintritt in die Grundschulzeit sollten diese Defizite abgebaut sein und diese Kinder motorisch chancengleich in den Schulalltag starten können.

Ab 2016 werden gemeinsam mit Braunschweiger Vereinen „Gesundheitstage“ in den Einrichtungen stattfinden. Um Bewegung in den Familien-Alltag zu bringen, wird es „Fitness-Olympiaden“ für die ganze Familie geben.

Säule 2: Mini-Sportabzeichen

Die unterschiedlichen Bewegungsformen sollen mit dem Mini-Sportabzeichen ergänzend zur Bewegungsbaustelle geübt und ohne Leistungsdruck überprüft werden. Die Kinder durchlaufen unterschiedliche Bewegungsaufgaben, welche entsprechend der motorischen Entwicklung der Kinder altersgerecht ausgewählt sind.

Um möglichst allen Kindern zu vermitteln, dass sie Bewegung mit Spaß bewältigen können, werden die Aufgaben mit unterschiedlichen Schwerpunkten ausgewählt. Somit können individuelle Bewegungstalente vergleichbar gemacht werden. Das Mini-Sportabzeichen soll auch eine Anregung zur Teilnahme an einer Sportabzeichen Prüfung geben.

Säule 3: Nemo-Schwimmkurs

Kinder müssen keine Wasserratten sein, um einen Schwimmkurs zu absolvieren. Wichtig ist, dass Kinder grundsätzlich wasserinteressiert und bewegungsfreudig sind. In 8 Übungseinheiten werden die Kinder erste Schwimmzüge erlernen und auf eine Qualifikation im Schwimmen vorbereitet. Wichtig ist die Überwindung des „Angstfaktors“ vor dem Element Wasser.

Zusätzlich zum Übungsleiter gibt es einen „Wasserdienst“, welcher zusammen mit dem Schwimmlehrer die Kinder beaufsichtigt.

Wenn die Kinder die Wassergewöhnung und die ersten Schwimmversuche erfolgreich abgeschlossen haben, steht dem „Seepferdchen“ nichts mehr im Wege.

Säule 4: Gesunde Ernährung

Der Bereich der Ernährung wird individuell mit den Kindertagesstätten abgestimmt und dem jeweiligen Bedarf angepasst. Ernährung kann eine Praxisstunde für Kinder sein; aber auch ein Ernährungsvortrag für Eltern mit dem Thema „Gesund kochen für mein Kind“. Es werden auf Wunsch auch Bauernhofbesichtigungen organisiert.

Im Bereich der Bewegungsbaustelle erfolgt regelmäßig eine Kombination aus „Bewegungstraining und gesunder Ernährung“.

Säule 5: Gesundheitstag und Prävention

Ein Angebot gemeinsam mit Eltern in Kooperation mit Braunschweiger Vereinen. Eltern bekommen einen Einblick in die Bewegungswelt ihres Kindes. Sie erhalten Informationen rund um Bewegung / Entspannung / Ernährung. Zum besseren Verständnis gibt es für Familien mit Migrationshintergrund einen DolmetscherIn. Durch eine „Familienolympiade“ wird das gemeinsame Sporttreiben von Eltern & Kind angeregt und die Gesundheitsförderungskompetenz nachhaltig beeinflusst.

Säule 6: Fortbildung für ErzieherInnen

Es erfolgt eine erweiterte Qualitätsentwicklung durch Weiterbildung im Bereich der Gesundheitskompetenz von ErzieherInnen. Kindergärten sollen sich zunehmend zu gesunden Lebenswelten entwickeln. Eine Intervention zur gesundheitlichen Vorsorge und Nachhaltigkeit.

