



„Der bewegte Morgen“

Ein Projekt des Kindergartens Aumühl in Kindberg

Aus einer spontanen Idee im Februar 2025 entwickelten wir als Team das Projekt „Bewegter Morgen“. Dies bezeichnet eine intensive, gemeinsame Bewegungsphase von 07:30 bis 08:15 Uhr für die Kinder beider Gruppen mit angeleiteten Bewegungsaktivitäten im Außenspielbereich unseres Kindergartens.

Dem Bewegungsprojekt sind folgende Vorüberlegungen vorangegangen:

Für Kinder spielt Bewegung am Morgen eine wichtige Rolle, da die körperliche Aktivität das Wachwerden unterstützt, die Durchblutung fördert und dazu beiträgt, dass sie mit Energie und Freude in den Kindergarten tag starten. Diese Bewegungseinheiten schaffen zusätzlich einen positiven Einstieg und geben Sicherheit im Tagesablauf.

Viele Kinder kommen morgens mit einem erhöhten Stresspegel zu uns in den Kindergarten, da sie sich an das Zeitmanagement ihrer berufstätigen Eltern anpassen müssen. Die morgendlichen Bewegungsangebote an der frischen Luft tragen wesentlich dazu bei, Stress abzubauen, zu innerer Ruhe zu finden und das Wohlbefinden nachhaltig zu steigern.

Weiters bewirkt der „Bewegte Morgen“, dass Kinder ihre körperlichen Fähigkeiten, wie Schnelligkeit, Kraft, Geschicklichkeit, Koordination und Körperwahrnehmung im Außenspielbereich anders erleben können als in den begrenzten räumlichen Strukturen des Bewegungsraumes.

Das gruppenübergreifende Bewegen und gemeinsame Spielen stärkt das Wir-Gefühl, die Rücksichtnahme und das soziale Miteinander. Bei der Durchführung des „Bewegten Morgen“ werden unterschiedliche Bewegungsstationen angeboten und dazu setzen wir folgende Materialien ein: Poolnudeln, Agility Leitern, Wurfscheiben, Hüpfsäcke, Reifen, Schwungtuch, Bälle, Hürdenset, Seile, etc. die wir in eigens angelegten Boxen verwahren.

Selbstverständlich stehen den Kindern in dieser Zeit unsere Schaukeln, das Klettergerät, die Rutsche, etc. zur Verfügung.

Ein gemeinsames Bewegungsspiel beendet unser Bewegungsangebot im Freien, danach beginnen im Innenbereich unsere gewohnten Tagesrituale und Abläufe, die sich an den Bedürfnissen der Kinder orientieren.





Unsere Beobachtungen sowie das Fazit bezüglich des „Bewegten Morgen“:

Die morgendlichen Bewegungsangebote werden von den Kindern mit großer Begeisterung angenommen. Sie erleben Freude, Fröhlichkeit, aktive Entspannung, ein Gefühl der Gemeinschaft und verbessern ihre motorischen Fähigkeiten.

Gleichzeit wird durch den „Bewegten Morgen“ ein Ausgleich geschaffen, der sich positiv auf die gesamte Stimmung im Gruppenalltag auswirkt. Die Kinder sind ruhiger, aufmerksamer und können sich besser auf die Bildungsangebote konzentrieren.

Aufgrund unserer positiven Beobachtungen und Erfahrungen ist der „Bewegte Morgen“ ein wesentlicher Bestandteil eines gelungenen Kindergarten-tages.





Welche Bildungsbereiche wurden berührt?

☐ Ästhetik und Gestaltung

☒ Bewegung & Gesundheit

☒ Emotionen und soziale Beziehungen

☐ Ernährung



☐ Ethik und Gesellschaft

☒ Natur und Technik

☐ Sprache und Kommunikation

