



gesunder
KINDER
GARTEN



Gesunde Bewegung: Ideen für Kindergärten, Kindergruppen

Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen sind bei der Verankerung eines gesunden Bewegungsverhaltens ganz wesentliche Partner.

Integration von Bewegung in den Kindergartenalltag:

- Sichern Sie ausreichende offene und angeleitete Bewegungszeiten im Tagesablauf.
- Planen Sie angeleitete Bewegungstunden, bewegte Spielkreise.
- Offene Bewegungsangebote könnten sein: Ein offener Bewegungsraum oder eine offene Turnhalle (Verkehrszeichen) zu bestimmten Zeiten mit vereinbarten Verhaltensregeln für die Kinder; Eine Bewegungsbaustelle mit Brettern, Kisten, Autoreifen, Matten, die die Kinder gestalten.
- Legen Sie passend zum Wochen- oder Monatsthema besondere Bewegungstage ein: Schwimmen, Tanzen, Rallyes, Waldtage, Kunterbunte Tage.
- Planen Sie regelmäßige Entspannungs- und Ruhephasen ein.

Bewegungsfreundliche Raumgestaltung:

- Schaffen Sie im Gruppenraum Platz für Bewegung oder definieren Sie einen Raum als Bewegungsraum.
- Denken Sie an eine bewegungsfreundliche Einrichtung:
- Schaumstoffwürfel und Hocker (statt Stühle)
- Podeste als Sitzgelegenheiten, Raumteiler und Bewegungsgeräte
- Zweite Ebene im Raum – erreichbar über Leiter, Treppen, Kletterseil
- Hängematte, Rutsche

Naturnahes und bewegungsfreundlich gestaltetes Außengelände:

- Modellierte Geländegestaltung z.B. mit Hügeln und Mulden
- Wasserstellen mit Sand zum Formen und Gestalten
- Klettermöglichkeiten auf Bäumen, Balancierwege

Projekte und Aktivitäten:

- Überlegen Sie die psychomotorische Förderung für Kinder mit besonderen Bedürfnissen.
- Nutzen Sie Bewegungsräume außerhalb des Kindergartens (Wald, Wiesen, Spielplätze...).
- Kooperieren Sie mit Sportvereinen in der Umgebung.
- Bieten Sie Elternarbeit zum Thema Bewegung an (Umsetzung einer Bewegungsgeschichte im Turnsaal zur Illustration der Arbeit mit den Kindern, Eltern-Kind-Rallye zum Mutter- und Vatertag).
- Bilden Sie Ihr Team im Bewegungsbereich weiter.

Steiermärkische Gebietskrankenkasse, Josef-Pongratz-Platz 1, 8010 Graz | T: +43 316 8035-1950 | F: -661950
Mail: gesunder-kiga@stgkk.at | www.gesunder-kiga.at | DVR-Nr.: 0023990 | UID-Nr.: ATU 28608101

Styria vitalis, Marburger Kai 51/3, 8010 Graz | T: +43 316 82 20 94-10 | F: -31
Mail: gesunder-kiga@styriavitalis.at | www.gesunder-kiga.at | ZVR-Nr.: 741107063 | UID-Nr.: ATU 28666805



Beispiele für Praxis-Projekte:

Bewegungskindergarten „Bewegte Kids“ in St. Veit/Glan - Tipps und Anknüpfungspunkte aus der Praxis sowie unter Pädagogik eine theorieorientierte Begründung für den Bewegungskindergarten:

→ <http://www.bewegte-kids.gm1.tv/>

Bewegungskindergarten Völkermarkt - Ausbildungsangebot und Seminarmodule für KindergartenpädagogInnen, um Bewegungsfreude im Kindergartenalter zu wecken:

→ <http://www.kmotion.at/>

Steirische AnsprechpartnerInnen für Bewegung im Kindergarten:

Aktionskreis Motopädagogik Österreich - Unterstützung bei der Planung und Umsetzung von bewegungsorientierten Ideen, Organisation von Bewegungsgruppen sowie Veranstaltung von Weiterbildungsseminaren zu Motopädagogik:

→ <http://www.motopaedagogik.at>

Gesellschaft und Schule für Motopädagogik, Mototherapie, Psychomotorik MMP - Weiterbildungslehrgang für KindergartenpädagogInnen zur Mototherapeutin:

→ <http://www.mototherapie.at/>

Links zu Tipps und Anleitungen für den Kindergarten:

Spielmaterialien zum Thema Bewegung, z.B. Spielkartei für 15 Minuten Bewegungsspiele zum Herunterladen:

→ http://www.suissebalance.ch/logicio/pmws/indexDOM.php?client_id=suissebalance&page_id=infomaterial&lang_iso639=de#020

Kinder in Bewegung - umfassendes Bewegungskonzept für Kindergärten aus Berlin, Argumente für die Integration von Bewegung in den Kindergartenalltag mit Umsetzungshinweisen zum Nachlesen:

→ http://neu.kib-online.org/index.php?option=com_content&task=view&id=3&Itemid=8

Broschüre 100 Bewegungsbaustellen für Berlin :

→ <http://www.unfallkasse-berlin.de/content/artikel/573.html>

Bewegungsförderung im Kindergarten - Eine kommentierte Medienübersicht von Renate Zimmer zum Herunterladen:

→ <http://www.bzga.de/?uid=b8b846939ca7bfb96788d091539e5feb&id=medienarchiv&idx=533>

Kidz Box - Spielerische Anleitungen zu Bewegung in einer handlichen Schachtel zum Bestellen, eigentlich für übergewichtige Kinder, funktioniert aber auch als Bewegungsangebot für alle Kinder zum Bestellen:

→ http://www.gesundheitsfoerderung.ch/pages/Gesundes_Koerpergewicht/Tipps_Tools/index.php

Buchempfehlungen:

r

Zimmer, Renate: *Alles über den Bewegungskindergarten*. Herder Verlag.

Steiermärkische Gebietskrankenkasse, Josef-Pongratz-Platz 1, 8010 Graz | T: +43 316 8035-1950 | F: -661950
Mail: gesunder-kiga@stgkk.at | www.gesunder-kiga.at | DVR-Nr.: 0023990 | UID-Nr.: ATU 28608101

Styria vitalis, Marburger Kai 51/3, 8010 Graz | T: +43 316 82 20 94-10 | F: -31
Mail: gesunder-kiga@styriavitalis.at | www.gesunder-kiga.at | ZVR-Nr.: 741107063 | UID-Nr.: ATU 28666805



Kempf, H.-D., Pfänder, B.: *Kindergarten in Bewegung*. Verlag modernes Lernen, 2006;

Steiermärkische Gebietskrankenkasse, Josef-Pongratz-Platz 1, 8010 Graz | T: +43 316 8035-1950 | F: -661950
Mail: gesunder-kiga@stgkk.at | www.gesunder-kiga.at | DVR-Nr.: 0023990 | UID-Nr.: ATU 28608101

Styria vitalis, Marburger Kai 51/3, 8010 Graz | T: +43 316 82 20 94-10 | F: -31
Mail: gesunder-kiga@styriavitalis.at | www.gesunder-kiga.at | ZVR-Nr.: 741107063 | UID-Nr.: ATU 28666805

