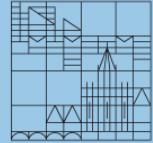
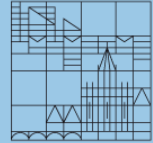


Bewegungsförderung im Kindergarten - was wirkt?

Prof. Dr. Alexander Woll
Dr. Annette Payr
Universität Konstanz



-
1. Einführung
 2. Ziele von Bewegungsförderung
 3. Maßnahmen der Bewegungsförderung
 4. Empirische Befunde
 5. Zusammenfassung und Ausblick
-



Warum ist Bewegungsförderung im Kindergartenalter wichtig?

Gesundheit

- ... der Anteil übergewichtiger Kinder hat sich seit den 1980er und 1990er Jahren um 50% erhöht (KiGGS, 2007)
- ... der Anteil übergewichtiger Kinder steigt mit zunehmendem Alter an (KiGGS, 2007)

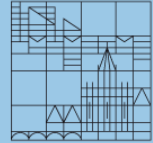
Bewegungsmangel

- ... nur 35,4% der Jungen und 28,4% der Mädchen im Kindergartenalter erfüllen die Aktivitätsempfehlungen (MoMo)

Bildung

- ... Bildungsauftrag der Kindergärten (BMBF)
- ... Bewegung als Medium kognitiver, emotionaler und sozialer Lernprozesse

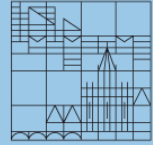
Förderung allgemeiner **Ressourcen** und **Kompetenzen**
durch Bewegung



Karlsruher Längsschnittsstudie 2004-2008 (Woll et al., 2009)

Dreijährige Kinder

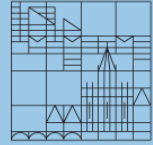




Karlsruher Längsschnittsstudie 2004-2008 (Woll et al., 2009)

Siebenjährige Kinder





Warum ist das Setting Kindergarten besonders geeignet für bewegungsfördernde Maßnahmen?



Im Kindergarten wird fast die **gesamte Bevölkerung** der jeweiligen Alterstufe erreicht

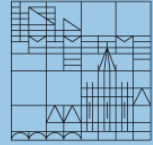
Maßnahmen können **frühzeitig** ansetzen

Möglichkeit zur Zusammenarbeit mit einer **Profession**

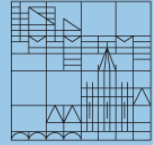
Möglichkeit über Kindergärten Beziehungen zu **weiteren Settings** aufzubauen

Rittner (2002)

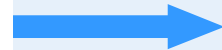
Sozial bedingte **Benachteiligungen** im Gesundheits- und Bildungsbereich können im Kindergarten **kompensiert** werden



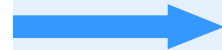
-
1. Einführung
 - 2. Ziele von Bewegungsförderung**
 3. Maßnahmen der Bewegungsförderung
 4. Empirische Befunde
 5. Zusammenfassung und Ausblick
-



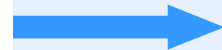
Bewegungsförderung im Kindergarten



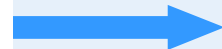
Entwicklung motorischer Fähigkeiten



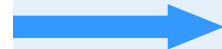
Erfüllung der kindlichen Bewegungsbedürfnisse



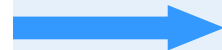
Kompensation von Bewegungsmangel



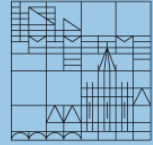
Gesundheitsförderung direkte Effekte
(z.B. Übergewicht, Blutdruck, Unfälle, Körperhaltung)



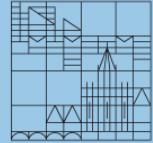
Gesundheitsförderung indirekte Effekte
(Entwicklung einer gesundheitsförderlichen Lebensweise)



**Ganzheitliche Entwicklungsförderung
und frühkindliche Bildung**
(z.B. Selbst-, Sach-, Sozialkompetenzen)



-
1. Einführung
 2. Ziele von Bewegungsförderung
 - 3. Maßnahmen der Bewegungsförderung**
 4. Empirische Befunde
 5. Zusammenfassung und Ausblick
-



Verhaltens- und verhältnisbezogene Maßnahmen der Bewegungsförderung

Beispiele

Organisatorische Ebene

feste Bewegungszeiten
Vernetzung mit anderen Settings
Qualitätsmanagement

Inhaltliche Ebene

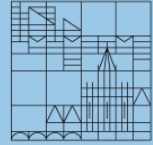
Konzept
Bildungsplan
thematisches Projekt

Personelle Ebene

Ausbildung
Fortbildung
Einsatz von Experten

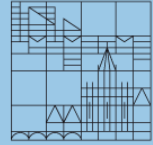
Materielle Ebene

Ausstattung
Räumlichkeiten
Außengelände

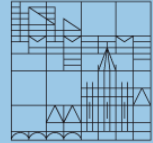


Vielfältige Akteure des Settings Kindergarten





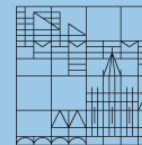
-
1. Einführung
 2. Ziele von Bewegungsförderung
 3. Maßnahmen der Bewegungsförderung
 - 4. Empirische Befunde**
 5. Zusammenfassung und Ausblick
-



Was wirkt wie? - Beispiele

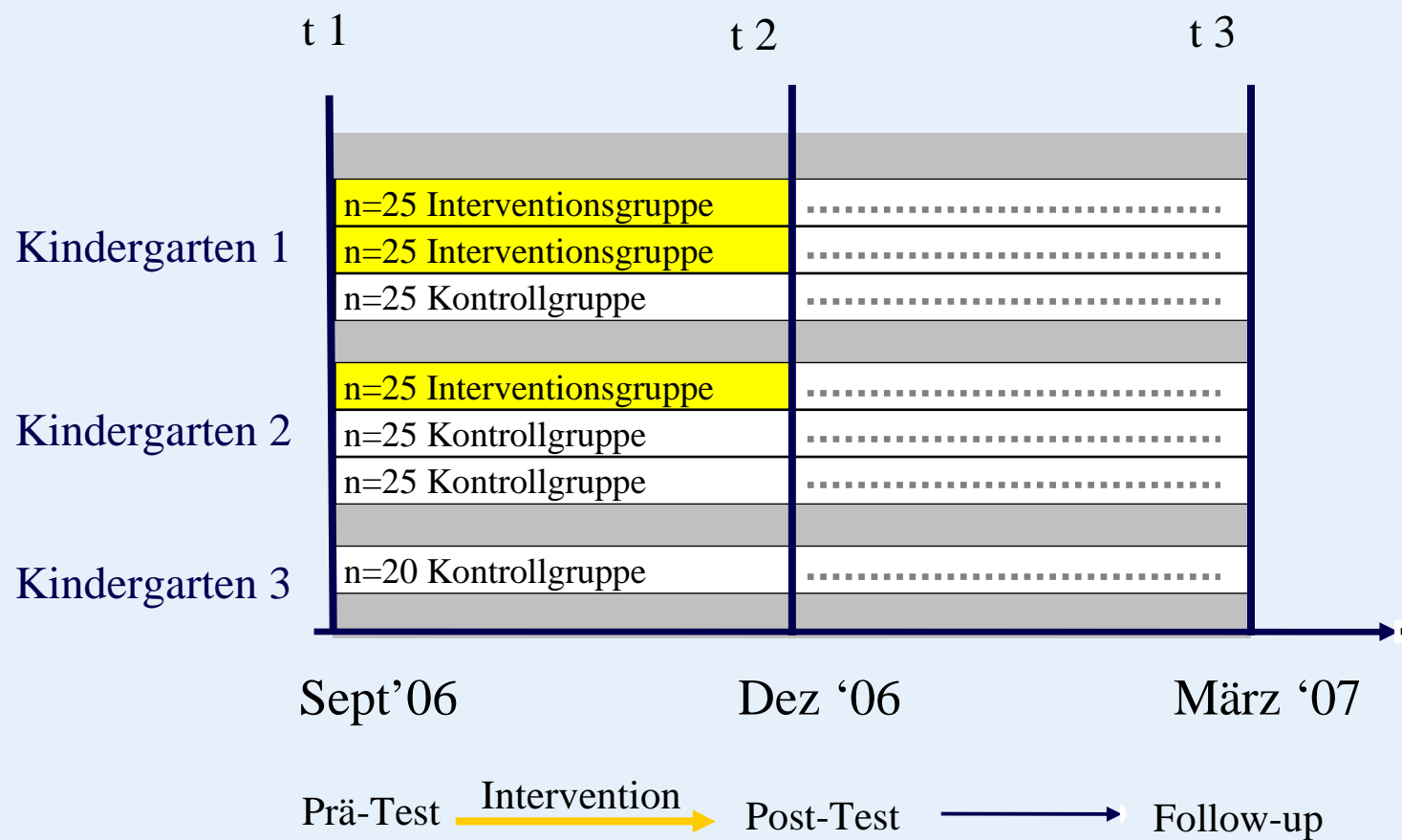


Projekt	Maßnahmen	Ziele	Effekte
"Unfallverhütung durch Koordinations-Verbesserung" (Kambas et al., 2004)	Koordinations-training 2 x 45 min/Woche	Gesundheitsförderung (Unfallprävention durch Bewegungssicherheit)	Motorische Leistung + Unfallhäufigkeit +
"Rückenschule für Kinder" (Weiß et al., 2004)	Rückenschule 1 x 60 min/Woche	Gesundheitsförderung (orthopädisch) Kompensation von Bewegungsmangel	Motorische Leistung + Haltung + Bauchmuskulatur +
"Fitness für Kids - Frühprävention im Kindergartenalter" (Ketelhut et al., 2005)	Spielerische Bewegungserziehung 3 x 45 min/Woche	Entwicklung motorischer Fähigkeiten Gesundheitsförderung (kardiovaskulär)	Motorische Leistung + BMI - Systolischer Blutdruck - Diastolischer Blutdruck +
"Movement and activity Glasgow intervention in children - MAGIC" (Reilly et al., 2008)	Bewegungsprogramm 3 x 30 min/Woche Informationspaket für Die Eltern	Gesundheitsförderung (Adipositasprävention)	Motorische Leistung + BMI -

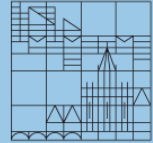


CoMiK- Studie: Cognition & Motor activity in Kindergarten (Everke, 2010)

Testdesign & Stichprobe



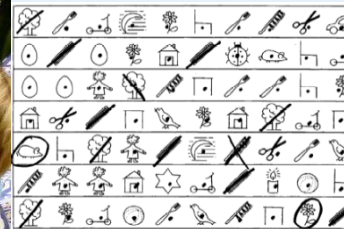
(Everke, 2010)



Ausgewählte Testverfahren

kognitiver Test

DL-KE = Leistung bei konzentrierter Tätigkeit



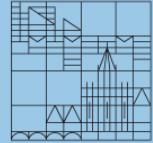
(DL-KE, Kleber & Kleber, 1974)

Fragebogenerhebung

VBV-EL = Verhaltensbeurteilung der Kinder durch die Eltern

- 1) Sozial-emotionale Kompetenzen
- 2) Oppositionell-aggressives Verhalten
- 3) Emotionale Auffälligkeiten
- 4) Aufmerksamkeitsdefizite/Hyperaktivität vs. Spieldauer

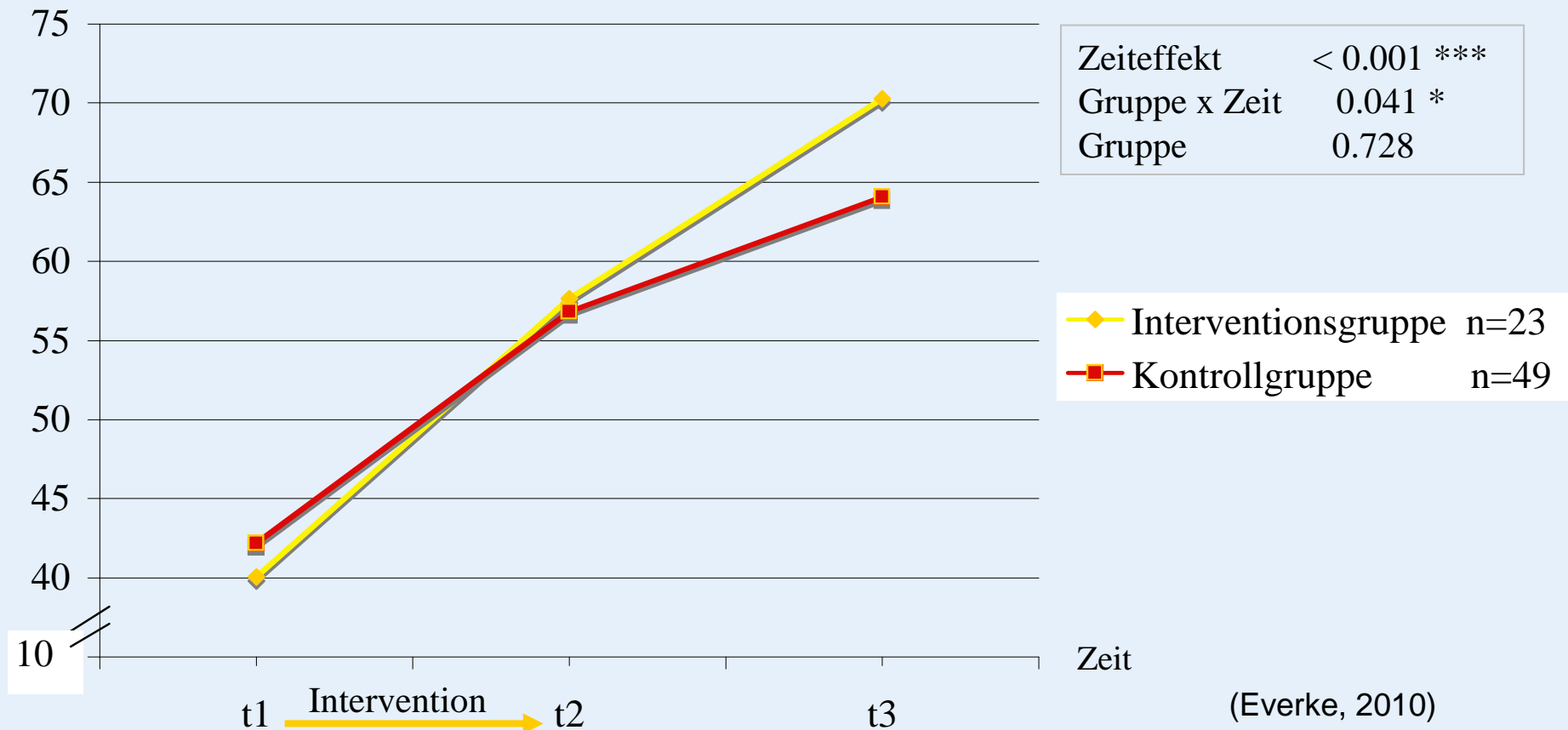
(VBV-EL 3-6, Döpfner, Berner & Fleischmann et al., 1993)

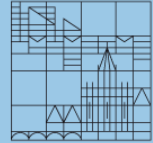


Quantitativer Leistungswert (DL-KE)


Leistung unter konzentrierter Tätigkeit

Zeichen





Analyse der Effekte

Motorische Leistung		meistens
Gesundheit		teilweise
weitere Bereiche (sozialer, kognitiver, psychischer Bereich)		inkonsistent

Beispiel Adipositasprävention

Systematischer Review (cochrane database) :

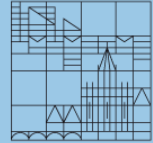
Interventionsstudien zur Prävention von Übergewicht bei Kindern (Summerbell et al., 2005)

- nur in wenigen Studien wird ein direkter signifikanter Effekt auf den BMI festgestellt

Metaanalyse randomisierter Studien:

Interventionsstudien zur Prävention von Übergewicht bei Kindern (Kamath et al., 2008)

- kein genereller signifikanter Effekt auf BMI
- bei längerfristigen Interventionen (> 6 Monate) signifikanter Effekt



Analyse der Maßnahmen

Projekt

"Offene
Bewegungserziehung
in Thüringer
Kindergärten"
(Prohl & Seewald, 1998)

Maßnahmen

Materialien "Bewegungsbaustelle"

Fortbildung "Psychomotorik"

Materialien + Fortbildung

Kontrollgruppe

Effekte

Motorische Leistung **+**

Kognitive Leistung **+**

Motorische Leistung **++**

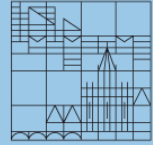
Kognitive Leistung **++**

Motorische Leistung **+++**

Kognitive Leistung **++**

Motorische Leistung **-**

Kognitive Leistung **-**



Analyse der Maßnahmen

Mehrere Maßnahmen auf unterschiedlichen Ebenen

Systematischer Review :

Kontrollierte Interventionsstudien zu Bewegungsförderung bei Kindern und Jugendlichen (van Sluijs, et al., 2008)

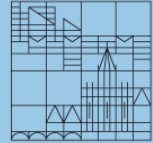
→ **Multiple Maßnahmen** die auf **unterschiedlichen Ebenen** ansetzen waren besonders erfolgreich um den Umfang der körperlichen Aktivität zu erhöhen

Qualifikation der Pädagogen

Korrelative Studie:

Zusammenhang zwischen Ausbildung der Pädagogen und körperlicher Aktivität im Kindergarten (Dowda et al., 2004)

→ in Kindergärten mit mehr College-Absolventen war der Anteil an MVPA höher



Qualifikation der Pädagogen

Beispiel "Frühpädagogik Studieren - Ein Orientierungsrahmen für Hochschulen"

(Robert Bosch Stiftung, 2009)

Bewegungspädagogische Handlungskompetenz

Diagnostische Kompetenz

Bewegte Bildungsprozesse
Motorische Entwicklung

(Selbst-) Reflexionskompetenz

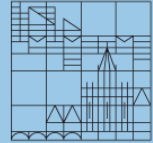
Bewegung der Kinder
Bewegungspädagogisches Handeln
Einstellungen

Interventionskompetenz

Bereitstellung geeigneter Anregungsbedingungen
Förderung in der "Zone der nächsten Entwicklung"
Aufgreifen der "Themen der Kinder"
"Zumutung von Themen"

Methodenkompetenz

Methodische Grundlagen
Zusammenarbeit mit Eltern, Vernetzung, Diversity...



Qualitätssicherung & Nachhaltigkeit

Problem:

Kindergärten machen **viele** zeitlich begrenzte **Projekte** zu unterschiedlichen Themen

➔ teilweise fehlende **Systematik, Nachhaltigkeit, Qualität, Transparenz?**

Was wirkt nachhaltig?

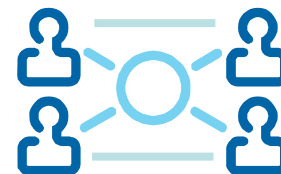
Follow-up Studie:

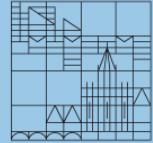
Nachhaltigkeit eines Programms zur Adipositasprävention in Kindergärten (Adams et al., 2011)

- ➔ Strategien die beibehalten wurden:
- erlebnisreiche Aktivitäten für die Kinder
 - einfach und ohne großen Aufwand umzusetzen
 - in den Organisationsstrukturen und Umweltbedingungen verankert

Wie können Nachhaltigkeit und Qualität systematisch und langfristig gesichert werden?

➔ **Netzwerke**





Intersektorale Netzwerke zur Bewegungs- bzw. Gesundheitsförderung

Maßnahmen

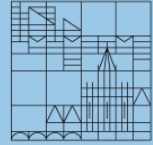
- **Vernetzung der Akteure des Settings Kindergarten**
- **Bildung von Gesundheitsteams, Bewegungsbeauftragten in den Kindergärten**
- **Individuelle IST- Analyse als Grundlage zur Planung von Maßnahmen**
- **Regionale Gesundheitskonferenzen**
- **Regelmäßige Netzwerktreffen**
- **Qualifizierung**
- **Fachliche Beratung und Unterstützung** (Raumgestaltung, Materialwahl, Profilbildung, Elternbildung, Moderation des Gesundheitsteams, Infobriefe)
- **Materialien**
- **Kooperation mit Sportvereinen, Kinderärzten, Jugend- und Gesundheitsämtern**
- **Koordinierungsstelle als Steuerungsorgan**



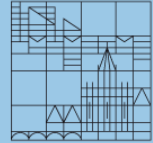
Effekt

Das Thema Gesundheitsförderung bzw. Bewegungsförderung ist in den Netzwerk-Kitas **dauerhaft präsent**

(z.B. AG:QME, 2007)

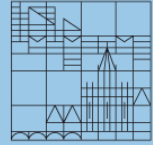


-
1. Einführung
 2. Ziele von Bewegungsförderung
 3. Maßnahmen der Bewegungsförderung
 4. Empirische Befunde
 - 5. Zusammenfassung und Ausblick**
-



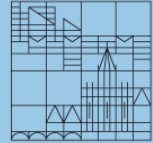
Praxis

- ➔ Berücksichtigung eines **ganzheitlichen Bildungsverständnisses** und eines **ressourcenorientierten Gesundheitsverständnisses** bei der Planung und Umsetzung von Bewegungsförderung
- ➔ Einsatz **multipler Strategien auf unterschiedlichen Ebenen** um Qualität und Quantität der angeleiteten und der freien Bewegungszeit sowie von Alltagsbewegungen zu verbessern
- ➔ Aufbau von **Netzwerken** zum Thema Bewegungsförderung im Kindergarten und Steuerung der **Organisationsentwicklung** dieser Netzwerke durch Koordinierungsstellen
- ➔ Vernetzung von Bewegungsförderung mit anderen Bildungs- und Gesundheitsthemen im Rahmen eines **themenübergreifenden Ansatzes**
- ➔ Entwicklung von **Qualitätskriterien** und **Evaluation** von bewegungsfördernden Projekten



Forschung

- ➔ Untersuchung der **Wechselwirkungen** verschiedener physischer, psychischer und sozialer Faktoren im Rahmen von Bewegungsförderung im Kindergarten
- ➔ Experimentelle Studien zu **längerfristigen Effekten** von Bewegungsförderung
- ➔ Evaluation von **Aus- und Weiterbildung** von Pädagogen im Bereich Bewegung im Hinblick auf die Effekte in der täglichen Arbeit in den Kindergärten
- ➔ Einbezug von **Theorien** zu Netzwerken, Organisationsentwicklung, Bindung und Emotionen bei der Analyse der verschiedenen Ebenen der Bewegungsförderung und der Konzeption und Evaluation von Maßnahmen
- ➔ Entwicklung von geeigneten **Evaluationsmethoden** zur gezielten Untersuchung der Effekte von Elternarbeit, von Fortbildung, von Netzwerken, etc.



Bewegungsförderung im Kindergarten - Was wirkt wie?

Maßnahmen

- Systematische Koordination multipler verhaltens- und verhältnisbezogener Maßnahmen
- Vernetzung der Akteure
- Schlüsselposition der Pädagogen

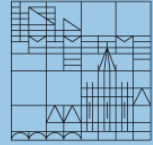
Effekte

- Motorische Entwicklung
- Längerfristig Gesundheitsförderung
- Organisationsentwicklung

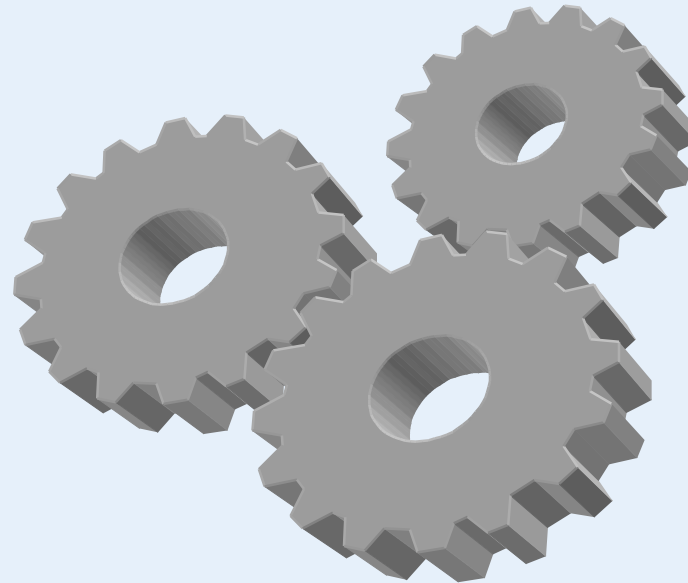
Aufbau von Kompetenzen und Ressourcen bei Kindern, Pädagogen, Eltern

Förderung von Bildung und Gesundheit durch Bewegung

Beitrag zur Chancengleichheit



Bewegungsförderung in Lebenswelten



Durch die Zusammenarbeit von **angewandter Forschung** und **Praxis** und eine **Vernetzung** der zuständigen Institutionen kann das Thema Bewegungsförderung in Kindergärten- und krippen vorangebracht werden, um langfristig eine **bildungs- und gesundheitsförderliche Lebenswelt** für Kinder zu schaffen.