

Bewegte Kids – Bewegungsförderung im Kindergarten

Im Zuge zahlreicher Untersuchungen von Volksschulkindern wurden Anfang 2000 nicht nur große motorische Defizite festgestellt, sondern auch gesundheitliche Probleme, wie Adipositas, Haltungsschäden und sogar Stoffwechselerkrankungen. Als Hauptursachen wurden einerseits die Ernährungssituation, andererseits aber vor allem der Bewegungsmangel der Kinder erkannt. Bewegung wieder jenen zentralen Stellenwert insbesondere im Kleinkindalter zu geben, war das Ziel des Projekts „Bewegte Kids“. Unter der Leitung von Prof. Hans Holdhaus wurde das Modell eines Bewegungskindergartens entwickelt, welches ab 2004 in einem Kindergarten in St. Veit/Glan umgesetzt wird.

Vergleichsstudie BGK St. Veit

Im Rahmen einer vom IMSB-Austria begleiteten wissenschaftlichen Studie (2004 – 2008) wurden die Auswirkungen gezielter Bewegungsprogramme auf die Gesundheit und vor allem auf die Gesamtentwicklung der Kinder erfasst. Die Kinder des Bewegungskindergartens, bzw. des Kontrollkindergartens wurden mit dem *MOT 4-6* (Motoriktest für vier- bis sechsjährige Kinder) untersucht und die Ergebnisse verglichen. Die motorische Entwicklung im Bewegungskindergarten war signifikant besser als im Kontrollkindergarten.

Bewegte Kids Testbatterie

2008 folgte eine weitere Vergleichsstudie, diesmal zwischen mehreren Kindergärten in Niederösterreich und dem Bewegungskindergarten in St. Veit/Glan. Zu diesem Zweck wurde auch eine neue motorische bzw. koordinative Testreihe entwickelt.

KG-Studie in Niederösterreich

Auch die Ergebnisse einer Studie in NÖ, in deren Rahmen 302 Kinder in urbanen und ländlichen Kindergärten untersucht wurden, bestätigten die Erkenntnisse aus dem Bewegungskindergarten St. Veit/Glan. Kinder, die einen Kindergarten besuchten, in dem dem Thema Bewegung mehr Aufmerksamkeit geschenkt wurde, waren in nahezu allen motorischen und koordinativen Tests signifikant besser.

Fortbildungsprogramm Bewegte Kids

Ziel des Modells Bewegungskindergarten war es auch die Erkenntnisse möglichst rasch an die KG-Betreuerinnen weiterzugeben. Zu diesem Zweck wurde ein *Bewegte Kids - Fortbildungsprogramm* ins Leben gerufen. In sechs eintägigen Modulen wird den Teilnehmerinnen all jenes Wissen und Können vermittelt, welches zur Umsetzung des „Bewegte Kids“-Programmes im Kindergarten erforderlich ist. In der Zwischenzeit haben bereits mehr als 400 Kindergärtnerinnen und Tagesmütter an der Fortbildung teilgenommen.

Bewegte Kids Wochen

Im Sommer 2012 folgte dann der nächste Schritt zur Bewegungsförderung im Kindergartenalter: Das IMSB-Austria veranstaltete insgesamt drei „Bewegungswochen“ im Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt für Kinder von 4 – 12 Jahren. Ziel war es, einem multifunktionellen und polysportiven Ansatz folgend, den Kindern viele spannende und unterschiedliche Bewegungsformen anzubieten. Das Interesse und die Begeisterung der Kinder unterstrichen den Erfolg. Die Aktion wird daher auch im Sommer 2013 fortgesetzt.

Weiter Informationen findet man auch unter www.imsb.at und www.bewegtekids.at

Ansprechpartner: Prof. Hans Holdhaus holdhaus@imsb.at

Mag. Hans Holdhaus h.holdhaus@imsb.at

Mag. Christoph Morawec c.morawec@imsb.at