

Pressefoyer – Dienstag, 16. März 2010

"Spaß an der Bewegung fördern - bereits im Kindergarten"

mit

Landeshauptmann Dr. Herbert Sausgruber

Landesrat Mag. Siegi Stemer

(Sport- und Kindergartenreferent der Vorarlberger Landesregierung)

Claudia Jochum

(Kindergartenpädagogin)

Projekt "Bewegungskindergarten" startet durch

Presseföy, 16. März 2010

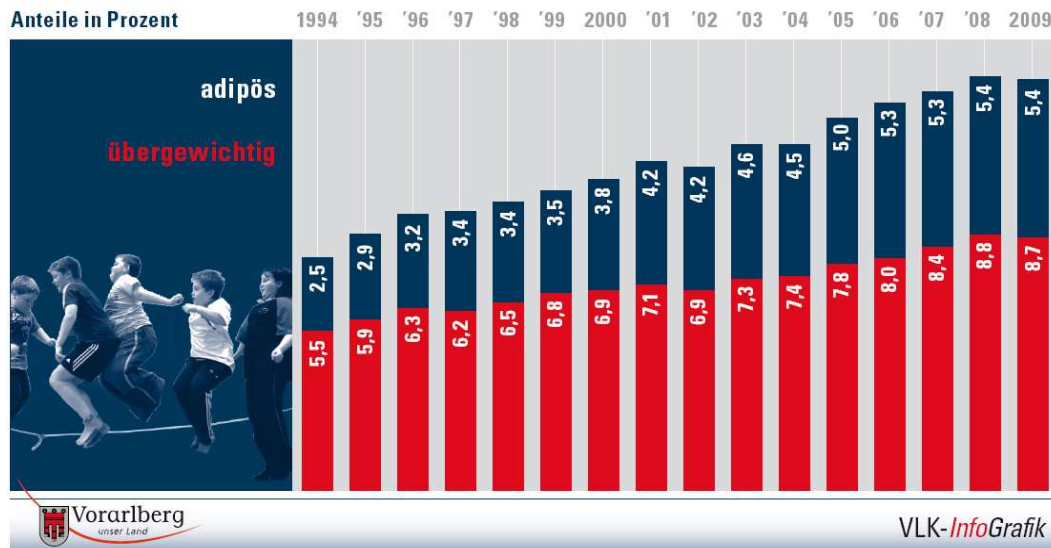
Im Februar haben 31 Teilnehmerinnen aus Vorarlbergs Kindergärten und Spielgruppen aus den Händen von Landesrat Siegi Stemer ihr Abschlusszeugnis "Bewegungskindergarten" erhalten. Diese Dekretüberreichung bildete den sichtbaren Startschuss für die Umsetzung des Projekts "Vorarlberger Bewegungskindergarten". "Mit fachlicher Unterstützung des Sportservice Vorarlberg wollen wir wirksam dramatischen Berichten über Gesundheits- und Bewegungsmängel unserer Kinder nachhaltig entgegenwirken", so Landeshauptmann Herbert Sausgruber und Kindergarten- und Sportlandesrat Siegi Stemer.

"Die Bewegungswelt der Kinder wird immer mehr zur Sitzwelt", bringt es LR Siegi Stemer auf den Punkt. Zu wenig Bewegung, eine unausgewogene Ernährung und oft auch eine schlechte Körperhaltung – dies alles gibt Grund genug, um schon im Kindergarten die Gesundheit von Kindern in den Mittelpunkt zu stellen. Vor allem in jungen Jahren kann man das Gesundheitsverhalten prägen, vielen Krankheiten vorbeugen, Fehlverhalten verhindern und vor allem als Vorbild für Eltern und Kinder wirken.

Der Kindergarten bietet auch deshalb optimale Möglichkeiten durch gezielte Maßnahmen gegen Bewegungsmangel und seine Auswirkungen vorzugehen, da fast alle vierjährigen Vorarlberger Kinder einen Kindergarten besuchen. Das kindgerechte und spielerische Sammeln von vielfältigen Bewegungserfahrungen hat eine optimale körperliche und geistige Entwicklung zum Ziel.

Die Risikofaktoren für die Gesundheit und die Entwicklung von Kindern haben sich laut dem Bericht zur Lage der Kinder- und Jugendgesundheit in Österreich 2010 in den letzten Jahrzehnten fundamental verändert. International ist eine starke Zunahme von Lebensstilerkrankungen wie Bewegungsmangel, Haltungsschäden und Fehlernährung zu verzeichnen. In Österreich selbst ist in den letzten 20 Jahren eine durchschnittlich zehnprozentige Verschlechterung von Motorik und Fitness festzustellen. Ebenso nimmt der Anteil übergewichtiger und adipöser Kinder rapide zu.

Anteil der übergewichtigen und adipösen Schulkinder 1994 bis 2009



Quelle: aks 2009

Gegenmaßnahmen

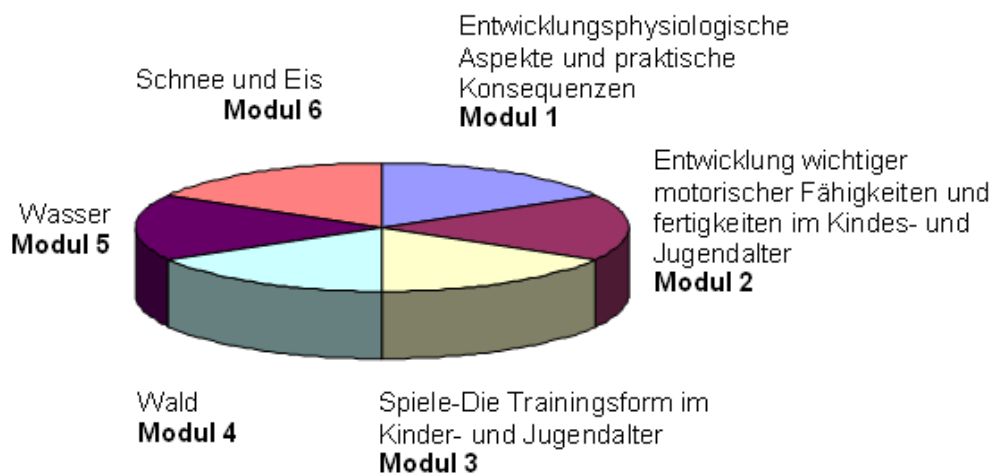
"Die Weichen für ein gesundes Leben werden schon in jungen Jahren gestellt. Deshalb ist es wichtig, mit der Gesundheitsvorsorge so früh wie möglich zu beginnen", so Landeshauptmann Sausgruber. Die Initiative "vorarlberg bewegt" verfolgt diese Ziele und baut auf Bewusstseinsbildung, Bewegungsangebote für Familien und viele Aktionen im Bewegungs- und Ernährungsbereich. Zu den bewährten Programmen zählen genauso die Aktion "schoolwalker", die Kinder durch den Wettbewerb im Klassenverbund ermutigt, den Schulweg zu Fuß zurück zu legen, sowie das Projekt "fit 4 kids", bei dem die Schülerinnen und Schüler motiviert werden, sich auch in ihrer Freizeit mehr zu bewegen. Kindern soll jenes Maß an Bewegung ermöglicht werden, welches für eine gesunde Gesamtentwicklung notwendig ist, wobei Bewegungsneugier und Bewegungsfreude gezielt angesprochen werden.

Weiterbildungsoffensive "Bewegungskindergarten" gestartet

Schon bei den Kleinsten soll der Spaß an der Bewegung gefördert werden: Bereits im vergangenen Jahr hat daher der Sportservice Vorarlberg in enger Zusammenarbeit mit dem Kindergarteninspektorat die Weiterbildungsoffensive zum "Bewegungskindergarten" gestartet. Ziel ist es, die Kinder auf spielerische Art zur Bewegung zu motivieren und ihnen so auf ganz einfache Weise Zugang zu regelmäßiger Bewegung zu verschaffen und zwar bei jeder sich bietenden Gelegenheit im Kindergartenalltag. Ein Grund-Bewegungsschatz soll

vermittelt werden, der es Kindern ermöglicht, ihren eigenen Körper in all seinen Funktionen besser kennen zu lernen.

Die Inhalte der Ausbildung "Bewegungskindergarten" reichen dabei von entwicklungsphysiologischen Aspekten über die Entwicklung wichtiger motorischer Fähigkeiten und Fertigkeiten bis hin zu einer Reihe an Bewegungsspiel-Einheiten wie "Wald", "Wasser" oder "Schnee & Eis". Auch der Bereich Ernährung wurde im Zuge der Weiterbildung abgedeckt, da dies ebenfalls ein wichtiger Aspekt in der gesundheitlichen Entwicklung des Kindes darstellt. Insgesamt wurden die Pädagoginnen in sechs Modulen mit insgesamt 48 Unterrichtseinheiten geschult:



Positives Feedback

Die Resonanz dieser erstmals in Vorarlberg angebotenen Weiterbildung war überwältigend. Kindergartenpädagogin Claudia Jochum: "Von den Eltern haben wir sehr positive Rückmeldungen erhalten und auch die Kinder sind konzentrierter, ausgeglichener und haben einfach Spaß an der Bewegung". Der zentrale Ansatz liegt darin, höchst einfache Übungen in den Kinderalltag einzubauen und den Kindern somit die Möglichkeit zu geben, Ihren natürlichen Bewegungsdrang auszuleben.

Folgekurse "Bewegungskindergarten" ausgebucht

Die positiven Rückmeldungen und die Bewertung mit "sehr gut" hat dazu geführt, dass die für 2010 eingeplanten Kurse innert weniger Tage mit rund 70 Anmeldungen bereits vollständig ausgebucht sind. Für Kindergartenpädagogin Claudia Jochum, die ebenfalls zu den ersten Absolventinnen zählt, ist dieses große Interesse ein deutliches

Zeichen für die hohe Qualität der Ausbildung. Die Pädagoginnen sind an innovativen Weiterentwicklungen sehr interessiert: "Das Erlernte kann sehr einfach in den täglichen Ablauf eingebaut werden. Die Lebensräume der Kinder werden somit gesundheitsfördernd gestaltet." Erfahrungen zeigen, dass bei zunehmenden Bewegungsaktivitäten die Verletzungszahlen rückläufig sind.

Marke "Bewegungskindergarten"

Mit der Weiterbildungsschiene "Bewegungskindergarten" wurde der Grundstein für mehr Bewegung im Kindergarten gelegt. Damit eine sukzessive Weiterentwicklung, die in den Folgejahren vom Kindergarten in die Schule "überschwappen" soll, sichergestellt werden kann, erweitert der Sportservice Vorarlberg sein Engagement im Bereich der frühkindlichen Bewegungsförderung.

Erklärtes Ziel ist es, eine attraktive Marke "Bewegungskindergarten" zu installieren. Dafür werden über den Basiskurs des Bewegungskindergartens folgende weiterführende Ergänzungen initiiert:

- Fortführende Weiterbildungen im Bereich Bewegung
- Entwicklung des Qualitätssiegels "Vorarlberger Bewegungskindergarten"
- Zentrale Koordinationsstelle für den Bereich "Bewegung" beim Sportservice Vorarlberg
- Gründung eines Arbeitskreises "Bewegter Kindergarten"
- Gesamtpaket "Netzwerk Gesundheitsförderung"

(Bewegungswelt.doc)