EDEN
Katholischer Kindergarten

Katholischer Kindergarten Eden

Kindertagesstätte mit sport- und bewegungserzieherischem Schwerpunkt

Impressum

Herausgeber:
Katholische Gesamtkirchengemeinde Schwäbisch Gmünd
Franziskanergasse 3
73525 Schwäbisch Gmünd
www.kvzsgd.de

Gestaltung:
Büro Schoene Gestaltung
Imhofstraße 4
73525 Schwäbisch Gmünd
07171 · 495 05 12
www.schoene-gestaltung.com

Stand:
Mai 2020

Inhalt

1. Kindertagesstätte mit sport- und bewegungserzieherischem Schwerpunkt 04

2. Bewegung ist ein wichtiger Baustein der kindlichen Entwicklung 04

3. Ernährung und Bewegung 06

4. Praktische Umsetzung des Bewegungsprofils im Kindergarten 07

5. Bewegungs- und Sportangebote außerhalb der Einrichtung 10

6. Praktische Umsetzung des Bewegungsprofils in der Krippe 12

7. Kinder und Eltern gemeinsam in Bewegung 13

8. Anhang
Quellenangaben und Literaturverzeichnis 14

1. Kindertagesstätte mit sport- und bewegungserzieherischem Schwerpunkt

Im Orientierungsplan für die Baden-Württembergischen Kindertageseinrichtungen ist Bewegungsförderung und Psychomotorik ein wichtiger Bestandteil in dem Bildungs- und Entwicklungsfeld „Körper" und fördert ebenso die Zielsetzung anderer Bildungs- und Entwicklungsfelder. Durch vielfältige Bewegungsgelegenheiten erweitern die Kinder ihr Bewegungsrepertoire und optimieren und kombinieren Gelerntes.

Um die Bedeutung von Bewegung für die Entwicklung von Kindern ermessen zu können, muss Bewegung als Grundphänomen menschlichen Lebens verstanden werden. Dabei wird Bewegung nicht nur auf sportliche Aktivität oder Fortbewegung bezogen, sondern umfasst unterschiedliche Tätigkeiten wie Essen, Sitzen, Stehen, Greifen, etc..

So ist z.B. „Kneten mit Knetmasse" eine Vorübung zum Klettern ebenso wie für den richtigen Fingerdruck beim Schreiben. Gleichzeitig trainiert es die Fingerbeweglichkeit und Geschicklichkeit der Hände. Balancieren ist eine Vorübung zum fliesenden Schönschreiben, es hilft sich zu zentrieren, sich in der Schule besser zu konzentrieren und fördert die Körperspannung und den Gleichgewichtssinn.

2. Bewegung ist ein wichtiger Baustein der kindlichen Entwicklung

Kinder kommen mit einem natürlichen Bewegungsdrang auf die Welt. Sie erleben und erfahren ihre Umwelt in den ersten Lebensjahren in erster Linie körperlich.

Doch die Rahmenbedingungen für ein bewegungsfreundliches Aufwachsen wurden in den letzten Jahren zunehmend schlechter, Bewegungsdefizite und falsche Essgewohnheiten prägen diese für Kinder so wichtige Phase.

Bewegung ist notwendig für die Entwicklung des Menschen und erfüllt verschiedene Funktionen. In den verschiedenen Entwicklungsstufen und Lebensabschnitten können der Bewegung unterschiedliche Bedeutungen zukommen. Im Folgenden sind diese Bedeutungsfunktionen aufgelistet.

- Personale Funktion – den eigenen Körper und damit sich selbst kennenlernen; sich mit den körperlichen Fähigkeiten auseinandersetzen und ein Bild von sich selbst entwickeln.
- Soziale Funktion – mit anderen gemeinsam etwas tun, mit- und gegeneinander spielen, sich mit anderen absprechen, nachgeben und sich durchsetzen.
- Produktive Funktion – selber etwas machen, herstellen, mit dem eigenen Körper etwas hervorbringen.
- Expressive Funktion – Gefühle und Empfindungen in Bewegung ausdrücken, körperlich ausleben und verarbeiten.
- Impressive Funktion – Gefühle wie Lust, Freude, Erschöpfung und Energie empfinden, in Bewegung erfahren.
- Explorative Funktion – die dingliche und räumliche Umwelt kennenlernen und sich erschließen, sich mit Objekten und Geräten auseinandersetzen und ihre Eigenschaften erfassen, sich den Umweltanforderungen anpassen bzw. sie sich passend machen.
- Komparative Funktion- sich mit anderen vergleichen, sich miteinander messen, wetteifern und dabei sowohl Siege verarbeiten als auch Niederlagen ertragen lernen.
- Adaptive Funktion – Belastungen ertragen, die körperlichen Grenzen kennenlernen und die Leistungsfähigkeit steigern, sich selbstgesetzten und von außen gestellten Anforderungen anpassen.

Bewegung, Spiel und Sport sind daher unverzichtbar für die gesunde körperliche, soziale, psychische, emotionale und kognitive Entwicklung von Kindern.

3. Ernährung und Bewegung

Nicht nur Erwachsene, sondern auch jedes 10. Kind im Kindergartenalter ist übergewichtig. Ursachen hierfür sind einerseits eine zu hohe Energiezufuhr verbunden mit einer zu hohen Fettaufnahme, hauptsächlich über versteckte Fette in Wurst, Schokolade, süßen Milchsnacks, Keksen, Pommes, Chips, etc.. Andererseits bewegen sich Kinder immer weniger und verbringen stattdessen ihre Freizeit häufiger sitzend vor Fernseher und Computer. Übergewichtige Kinder werden meist übergewichtige Erwachsene – und damit tragen sie auch alle das Risiko, an ernährungsbedingten Krankheiten wie Diabetes mellitus und Herz-Kreislauferkrankungen zu erkranken. Deshalb ist es so wichtig, schon im Kindesalter vorzubeugen, denn viele unserer Essgewohnheiten werden bereits in diesem Alter geprägt und können im Erwachsenenalter nur schwer verlernt werden.

Die Verknüpfung von Ernährung und Bewegung stellt einen guten Schutz gegen die Entwicklung von Übergewicht dar und hilft zudem bei der Normalisierung des Gewichts.

Eine ausschließliche Ernährungsumstellung hat bei unverändertem Bewegungsmangel im Gegensatz dazu nur geringe Effekte.

Für Kinder ist es wichtig, den Zusammenhang zwischen gesunder Ernährung, ausreichender Bewegung und Wohlbefinden kennen zu lernen und selbst zu erfahren. Wir legen Wert darauf, dass die Kinder ein ausgewogenes, abwechslungsreiches Vesper von zu Hause in die Einrichtung mitbringen. Beim gemeinsamen Frühstück / Vesper können die Kinder eine entspannte und positive Tischatmosphäre und Tischregeln kennenlernen.

Durch gemeinsames Zubereiten von Pausenbroten, gemeinsames Kochen und Backen und regelmäßigen Müslitagen erleben die Kinder, wie schmackhafte, gesunde Mahlzeiten hergestellt werden können.

Unser Kindergarten nimmt am wöchentlichen EU Schulfrucht / Schulgemüseprogramm, sowie am EU Schulmilchprogramm teil. Dies bedeutet, dass alle Kinder einmal

wöchentlich eine Portion Schulfrucht / Schulgemüse, sowie eine Portion Schulmilch / Joghurt frisch vom regionalen Biolieferanten erhalten. Damit möchte die Europäische Union und das Land Baden Württemberg die Kinder bei der Entwicklung eines guten Essverhaltens unterstützen. Das gemeinsame Erleben, Essen und Genießen zusammen mit anderen macht Kindern Spaß und bringt sie auf den Geschmack dieser Lebensmittel.

4. Praktische Umsetzung des Bewegungsprofils im Kindergarten

Eine Grundvoraussetzung für das Zertifikat „Kindertagesstätte mit sport- und bewegungserzieherischem Schwerpunkt“ ist die fachliche Ausbildung des Kindergartenpersonals. Insgesamt sechs Erzieherinnen unserer Einrichtung haben bzw. sind in der Zusatzausbildung zur „Fachkraft für Bewegungserziehung / Sportpädagogik in Kindertagesstätten“. Damit kann in allen Gruppen die Durchführung von wöchentlich mindestens 150 Minuten angeleiteter und mindestens 150 Minuten freier Bewegungszeit umgesetzt werden.

Tägliche Bewegung in unserer Einrichtung setzt voraus, dass alle Kinder möglichst viel Freiraum in ihrem Bewegungsdrang bekommen und eine Teilöffnung der Räume und Zimmer, sowie des Außengeländes unumgänglich ist. Die Kinder können dabei selbst entscheiden, welches Bewegungsangebot sie wahrnehmen möchten. Freie Bewegungszeit bedeutet, dass die Kinder freie Wahl zu Räumen, Spielpartnern und Materialien haben (z.B. Fahrzeuge und Ringe im Flur, Bastelmaterial in der Kreativwerkstatt…).

Die Gestaltung und Durchführung der freien und angeleiteten Bewegungszeit wird mithilfe bewegungsfördernder Materialien und wechselnder Raumgestaltung / wechselnder Nutzung umgesetzt. Unser Raumkonzept und unsere große Außenspielanlage bieten den Kindern die Möglichkeit, ihren Körper und seine Fähigkeiten zu erproben.

Beispiele für Raumnutzung und Materialeinsatz:

Gruppenraum 1 und 2 (mit Indoor-Rutsche)
Die Kinder haben während der Freispielzeit die Möglichkeit verschiedene Tischspiele, wie z.B. „Memory", „Angelspiel", „Frühstückskönig" zu spielen, Bügelperlen und bunte Stecker in passende Steckplatten zu stecken und Rollenspiele und Puzzle zu spielen. Außerdem stehen vielfältige Materialien zum Bauen, Kneten, und Konstruieren zur Verfügung.

Auch findet der Morgen- oder Stuhlkreis mit verschiedenen Fingerspielen, Liedern, Bewegungs- und Kreisspielen dort statt.

„Bausteinezimmer"
Das Bausteinezimmer bietet unterschiedlich große und weiche Bausteinelemente um gemeinsam zu bauen, zu klettern, zu konstruieren, zu experimentieren und Rollenspiele zu spielen.

Flur
Durch vielfältiges Material, das zur Bewegung anregt, wird der Flur während der freien Bewegungszeit gruppenübergreifend genutzt: Lauftiere, Skatekart, Indoorparcours, Puppenwagen, Teppichfliesen, Bälle, Hüpfsäcke, Laufdollies, Sitzkreisel, Sitzkissen, Fußmotorikschleife, Turnmatte, Aktivringe, CD- Spieler.
Der Flur bietet auch Platz für angeleitete Bewegungsangebote: Tänze, Bewegungsspiele, angeleiteter Bewegungsparcours, Balancierpfad, Fallschirmspiele, Reifen, Langbank, Turnmatte, Bälle.

Kreativraum / Werkstatt / Raum für Projektarbeiten
Ausstattung: Staffelei, Werkbank, verschiedene Malstifte, Wasserfarben, Pinsel, Schwämmchen, Stempel, Scheren, Bastel-Werk- und Nähmaterialien, Werkzeuge (Sägen, Hammer, Nägel, etc.).

„Bistro"
Im Bistro gibt es Gelegenheit zusammen zu vespern und zu essen. Außerdem dient dieser Raum als Kleingruppenraum für diverse Angebote.

„Sinnesraum"
Der Sinnesraum lädt durch „Sternenlichter" und Abdunkeln zum Entspannen, Ausruhen und ruhigem Spielen ein. Auch Angebote für Kleingruppen wie Yoga, Entspannungsspiele und Entspannungsgeschichten lassen sich dort gut umsetzen.

In unserem Tagesablauf sind **Sing- und Bewegungslieder** (z.B. „Fledermaus", „Laurentia"), **Bewegungsspiele** (z.B. „Der Fuchs geht um", „Fischer, wie tief ist das Wasser?"), **Fingerspiele** (z.B. „Alle meine Fingerlein", „Da steht der große Apfelbaum"), **Tanzen** (z.B. „Theo, Theo", „Kutschitschi"), **Kreisspiele** (z.B. „Mein rechter Platz ist leer", „Katzentatzentanz"), **Sport- und Turneinheiten** (z.B. Schwungtuch, Bälle, Langbank, Matten) wie auch **Entspannungseinheiten** (z.B. Kinderyoga, Massagegeschichten) ein fester Bestandteil unserer angeleiteten Angebote.

Außenspielanlage Kindergarten
Unser Kindergarten verfügt über einen **großen Außenspielbereich** in Hanglage mit Bäumen, Wiese und Gartenbeeten (Kräuter, Blumen, Nüsse und Beeren, Gemüse und verschiedene Obstbäume).
Der **Hartplatz** bietet viele Möglichkeiten zum Springen, Rennen, für Bewegungsspiele / Sing- und Tanzspiele, sowie für das Fahren von unterschiedlichen Fahrzeugen (Dreiräder, Laufräder, etc.).
Vogelnestschaukel / Schaukel / 2 Rutschen
Spiellandschaft mit Kletterwand, Rutsche, Seilbrücke, Schrägaufgang mit Seil
Spielhaus
Fußballfeld mit Toren
Sandkasten mit Schaufeln, Eimern, Bagger, Sandformen
Gartenbeete zum umgraben, einpflanzen, gießen, ernten
Im Sommer: Planschbecken, Wassertisch, Wasserbahn
Im Winter : Schneegleiter für die Hanglage und Schneeschaufeln

5. Bewegungs- und Sportangebote außerhalb der Einrichtung

Bewegungsangebote in der Gymnastikhalle der Canisiusschule
(Alle Kindergartenkinder wöchentlich)

Beim Turnen gibt es vielfältige Möglichkeiten sich zu bewegen und Spiele und Angebote zu gestalten.
Gerätschaften: Barren, Sprossenwand, Matten, Ringe, Trampolin, Weichbodenmatte, kleiner und großer Kasten, Basketballkörbe, Fußballtore, Rollbretter, Langbank, Sprungbrett.
Materialien: verschiedene Bälle, Kegel, Reifen, Hüpfseile, Sandsäcke, Taue, Isomatten, Tücher, Fallschirm, Tennisringe.
Vielfältige Bewegungsarten: gehen, rennen, hüpfen, robben, kriechen, klettern, steigen, wälzen, galoppieren, rutschen, krabbeln, schaukeln, beschleunigen, abbremsen.
Koordination und Körperwahrnehmung: balancieren, rollen, purzeln, sich orientieren.
Material- und Sinneswahrnehmung: schieben, ziehen, festhalten, werfen, fangen, hochheben.
Soziale Erfahrungen: Rücksicht nehmen, Gruppenanpassung, Zusammenarbeit, Vertrauen aufbauen.

Wassergewöhnung in Kooperation mit dem Schwimmverein Schwäbisch Gmünd
(Alle Schulanfänger wöchentlich)

Schwimmen lernen beginnt mit Spielen im Wasser. Die Schwimmbadbesuche dienen der Wassergewöhnung und reichen nicht aus, um die Kinder schwimmfähig zu machen.

Der Schwimmbadbesuch wird durch Rituale strukturiert, wie zum Beispiel das gemeinsame Umziehen, Duschen, sich als Gruppe an der Hand halten und gemeinsam als lange Schlange am Schwimmerbecken vorbeigehen zum Nichtschwimmerbecken. Dort beginnen wir mit angeleiteten Spielen oder Bewegungsaufgaben, z.B. Gegenstände (Bausteine, Tiere, Puzzleteile) von einer Seite auf die andere transportieren. Dabei werden Grundfertigkeiten wie gehen, laufen, hüpfen usw. geübt.

Anschließend haben die Kinder Zeit zum freien Spiel mit verschiedenen Materialien (Becher, Spritztiere, Tauchringe, Schwimmbretter, Schwimmnudeln, Wasserbälle etc.), auf der Schlangenrutsche zu rutschen oder Sprünge vom Beckenrand zu machen.

Die Badezeit ist von vorne herein begrenzt und individuelle Besonderheiten von Kindern z. B. schnelles Auskühlen und Frieren werden berücksichtigt.

Die Kinder sammeln durch die Wassergewöhnung vielfältige Erfahrungen z.B. sich im Wasser wohlfühlen, sich mit dem Element Wasser vertraut machen und die Eigenschaften des Wassers kennenlernen, die Wassertemperatur fühlen und Wasserdruck spüren, ein gewisses Maß an Sicherheit erlangen, sich ohne Angst im Wasser bewegen, die eigenen Fähigkeiten einschätzen lernen, Regeln und Sicherheitsverhalten kennenlernen, Spaß haben, Gleichgewichtsübungen, Umgang mit Spritzwasser, Gesicht ein- untertauchen, ins Wasser ausatmen, Wasserlage Bauch/Rücken erproben, Schweben, erstes Fortbewegen/Antreiben im Wasser, Rutschen, Sprünge ins Wasser.

Spielen und Bewegen im Wasser verändern und erweitern die an Land gewonnenen Erfahrungen.

Exkursionen, Spaziergänge, Ausflüge

Spielplätze in der Umgebung: Netzspielplatz, Seilbrücke am Josefsbach
Besuch öffentlicher Einrichtungen: Theaterwerkstatt, Stadtbibliothek, Prediger, etc.
Lerngänge in der Natur: Naturmaterialien sammeln, etc.
Besuche auf dem Wochenmarkt / Maimarkt / Kirchweihmarkt / Weihnachtsmarkt in Gmünd
Besuch des jährlichen Krippenspiels in St. Josef
Schulbesuche in der Klösterleschule
Besichtigung des Erntedankaltars im Heilig-Kreuz-Münster
Jährlicher Besuch im Seniorenzentrum St. Anna
Jährlicher Besuch der Schulanfänger im Skypark (Kletterpark) in Wetzgau.

6. Praktische Umsetzung des Bewegungsprofils in der Krippe

Im Krippenbereich werden vor allem die angeleiteten Bewegungsangebote in mehrere kurze Abschnitte unterteilt, da die Aufmerksamkeitsspanne und die Ausdauer bei den Krippenkindern noch sehr gering ist. So finden über den Vormittag verteilt mehrere kleine Bewegungseinheiten statt, z.B. Sing- Finger-und Bewegungsspiele im Morgenkreis, Tänze auf Musik, Turnen mit der Langbank, mit Stühlen und Tischen, verschiedene Ballspiele mit unterschiedlichen Bällen (Gummiball, Igelball, Softball, Tennisball, Fußball…) kleine Bewegungsparcours bzw. Bewegungslandschaften. So fördern und unterstützen wir die Ausdifferenzierung, die Koordination / Körperwahrnehmung, sowie auch die psychosozialen Erfahrungen der Kinder.

Vor allem im Freien lassen sich viele angeleitete Bewegungsangebote umsetzen. Der Außenbereich der Krippe ist aus versicherungsrechtlichen Gründen abgetrennt vom Außenbereich des Kindergartens, da die Spielgeräte des Kindergartens erst ab einem Alter von drei Jahren zugelassen sind. In unserem Garten haben die Krippenkinder die Möglichkeit mit unterschiedlichen Fahrzeugen (Bobbycar, Vierrad, Dreirad…) zu fahren, sie haben die Möglichkeiten zu balancieren und zu klettern. Eine Hangrutsche bietet Gelegenheit sich im Treppen steigen zu üben und anschließend die Rutsche hinab zu rutschen. Das Spielhäuschen und der Sandkasten laden ein, sich im freien und sozialen Spiel zu vertiefen.

Fast täglich führen wir mit den Krippenkindern Spaziergänge in die nähere Umgebung durch: zur Seilbrücke am Josefsbach, zu nahegelegenen Spielplätzen etc. Die Kinder lernen durch das tägliche Spazierengehen die Bewegungsgrundformen und deren Ausdifferenzierung wie gehen, springen, laufen, hüpfen.

Auch im freien Spiel gibt es in den Krippenräumen vielfältige Möglichkeiten sich zu bewegen. Den Kindern steht viel freie Fläche zur Verfügung, um verschiedene Fahrzeuge wie z.B. Rollbiene, Rollkäfer, Bagger oder Puppenwagen zu fahren oder zu schieben. Durch das Bereitstellen verschiedener Materialien, wie z.B. Bälle, Autos, Bausteine, Tücher, Kissen und Alltagsmaterialien wie Becher, Schüttmaterial, Kartonagen usw. fördern wir die explorative Funktion, d.h. das Kind setzt sich mit dem Objekt und seinen

Eigenschaften auseinander und lernt es kennen und erfassen. Des Weiteren gibt es Podest-Elemente im Raum, welche die Kinder durch hoch krabbeln/steigen und herunterhüpfen erkunden und ausprobieren können.

Vielseitige Spielmaterialien regen die Kinder an zu experimentieren, sich zu bewegen und die Eigenschaften zu erfassen.

7. Kinder und Eltern gemeinsam in Bewegung

Damit Bewegung und Ernährung nicht nur Thema im Kindergarten ist, sondern auch Teil der Erziehung im Elternhaus, beziehen wir unsere Eltern aktiv in das „Bewegungsprofil" ein.

Es finden regelmäßig Aktivitäten und Angebote statt, bei denen sich sowohl Eltern als auch die Kinder bewegen und die Eltern ihre Kinder in Bewegung, alleine oder in der Gruppe, erleben und beobachten können (Spiel- und Sportfest, Familienwanderungen, etc.).

Unsere Einrichtung führt jährlich ein Elternangebot zum Themenkreis Bewegungserziehung – Ernährung – Mobilität / Verkehrserziehung durch.

Regelmäßige Elterninformationen wie z.B. Elternbriefe, Infowand etc. über Bewegung, Spiel und Sport in unserer Kindertageseinrichtung werden ebenfalls angeboten.

8. Quellenangaben und Literaturverzeichnis

- „Orientierungsplan für Bildung und Erziehung in baden-württembergischen Kindergärten und weiteren Kindertageseinrichtungen“
  Verlag Herder, Freiburg im Breisgau 2014

- Seminar- Fortbildungsunterlagen vom 16.01.2019 von Referentin Susanne Maier-Nuding zum Fortbildungstag „ Fachkraft für Bewegungserziehung / Sportpädagogik in Kindertagesstätten“ in der Bildungsakademie St. Loreto in 73525 Schwäbisch Gmünd

- „Bewegungsfreundlicher Kindergarten: Ein Leitfaden (Stand 2005) zur Bewegungsförderung“
  Herausgeber: Arbeitsgemeinschaft Gesundheit des Bodenseekreises
  Format: Internetquelle (Fachinfoführer Sport)
  http://www.kinder-im-gleichgewicht.eu/Resources/Leitfaden_beweg_Kiga_082005.pdf
  Dokumententyp: Lehrmaterial, Einführung

Erarbeitet und zusammengestellt vom Kindergartenteam Eden:
Jutta Bühler (Einrichtungsleitung) Gabriele Baur, Carmen Reichl,
Tanja Braun, Verena Fuchs, Ursel Klaus

Stand: Mai 2020

Kontakt

Katholischer Kindergarten Eden

Bergstraße 28
73525 Schwäbisch Gmünd

Tel.: 07171 – 20 20

Mail: eden.schwaebischgmuend@kiga.drs.de
Web: www.katholische-kindergaerten-sgd.de/kath.-kindergarten-eden.html