



Tag der Kindertagespflege
Bewegungsförderung in der Kindertagespflege
27.03.2021 – Online

Handout zum Vortrag

Einführung

Kinder erschließen sich ihre Welt über Bewegung und Wahrnehmung. Bewegen, Spielen und Lernen in, mit und durch den Körper sind lebensbedeutsam für die ganzheitliche Persönlichkeitsentwicklung von Kindern. Bewegungsförderung in der Kindertagespflege sollte sich integriert als roter Faden durch den Alltag ziehen. Dies reguliert einerseits den natürlichen Bewegungsdrang von Kindern, nährt Körper, Geist und Seele und öffnet das Tor zum Lernen.

Kernaussagen:

1. Die Kindertagespflege ist der erste Bildungsort für Kinder, der im Alltag alters- und entwicklungsgerecht bewegungsförderlich gestaltet werden muss.
2. Praxis und Theorie (WHO, UNESCO, Forschungsinstitute und Wissenschaft) aus aller Welt stellen seit Jahrzehnten fest, dass die Menschen sich zu wenig bewegen und dies bereits bei Kindern gesundheits-, persönlichkeits- und gar bildungsgefährdende Auswirkungen hat. Deswegen werden klare Empfehlungen zum Verhalten ausgesprochen, die als Anregung und Mindestmaß zu verstehen sind.
[Broschüre Menschen in Bewegung bringen 2019](#)
3. Kinder unter drei Jahre eignen sich durch vielfältiges Üben, Trainieren und Lernen in unermüdlichem Tun und aus eigenem (angeborenem) Antrieb vielfältige Bewegungsgrundformen und -fertigkeiten an. Das Tempo und die Intensität lassen sich sinnbildlich mit dem intensiven Training von Spitzensportler*innen vergleichen.
[Zimmer, Renate: Handbuch der Bewegungserziehung, 2014](#)

4. Bei Kindern und Erwachsenen gibt es unterschiedliche Perspektiven auf Bewegung.

Erwachsene

- Im Alltag werden zur Erhaltung der Gesundheit mind. 6.000 Schritte empfohlen
- In der Freizeit im organisierter Sport Drinnen/Draußen (Fitness-/Tanzstudio, Sportverein)
- In der Freizeit als selbst organisierte Bewegungszeit Drinnen/Draußen (alltagsintegriert)

Als **Motive** stehen hier neben Gesundheit, Fitness, Lifestyle und Wellness auch Spaß und Geselligkeit im Vordergrund.

Sport ist in erster Linie Training einer Sportart, meist angebunden an eine Institution (in der Regel im Sportverein). **Bewegung** ist in erster Linie Freizeitbetätigung, wie z. B. Wandern, Fahrrad fahren, Joggen. Als **alltagsintegrierte Bewegung** werden alle täglichen regelmäßige Bewegungshandlungen gesehen, wie z. B. mit dem Fahrrad zur Arbeit, dynamisches Sitzen/Stehen, Treppe statt Aufzug, ...

Kinder unter drei Jahren bewegen sich aus eigenem Antrieb und lernen in erster Linie durch Nachahmen und Ausprobieren in einer ihnen zur Verfügung gestellten Umgebung.



Sie machen vielfältige Bewegungserfahrungen, indem sie sich permanent körperlich und mit Material ausprobieren. Kleine Kinder sind offen für Neues und schnelle Wechsel ihrer Tätigkeiten. Dabei entwickeln sie ihre Fertigkeiten und Fähigkeiten durch zahlreiche Wiederholungen, bis im Gehirn die neuronalen Vernetzungsstrukturen soweit angelegt sind, dass Bewegungen ökonomisch und automatisiert ablaufen.

5. Kinderwelt = Bewegungswelt?!

Überwiegend sollte dies so oft wie möglich so sein. Jedoch gibt es auch Einschränkungen und Gefahren. Hier sollte sich jede Kindertagespflegeperson in ihrer Haltung und Einstellung sensibilisieren und ausrichten, um sicher im Umgang mit den Kindern zu sein. Genaues Wissen und Beobachten der Kinder und ihrer Interessen/Spielthemen (Entwicklungsfenster) sowie Vertrauen in die Fähigkeiten der Kinder sind gute Voraussetzungen für die Ermutigung zur Bewegung in kalkulierten Risikosituationen.

Film der Unfallkasse: Sich bewegen – aber wie

<http://www.youtube.com/watch?v=fraPga-cqDo>

Erzieherin: „Ich will mich bewegen als Kind. Ich will die Welt entdecken“. - „Kinder kriegen sehr gut mit, was sie sich zutrauen (können) und was nicht.“

Fred Babel, Unfallkasse Nord: „Kinder, die sich viel bewegen, werden in ihren Bewegungen sicherer sein.“ - „Aufsichtspflicht: Konkrete Vorschriften vonseiten der Unfallkasse gibt es keine.“

Renate Zimmer: „Der Fehler ist der beste Weg, um ans Ziel zu kommen.“

Zitat: „Es ist, als ob unsere Zivilisation den Anblick des Spielenden nicht mehr ertragen können, weil sie in seinem zweckfreien Tun eine Form der Freiheit wittert, die ihr Konzept stört.“ (Friedrich Carl Maria Sieburg 1893-1964)

Tipps

<https://www.dsj.de/kinderwelt/dsj-kinderwelt/dsj-bewegungskalender/>

<https://www.verlagruhr.de/krippenarbeit-live.html> Bostelmann, Antje: Krippenarbeit live!

DVD, Buch und Praxismaterialien zum Leben und Lernen mit Kindern unter 3, Verlag an der Ruhr
Sie hat weitere Literatur zu [Aktionstabletts](#) veröffentlicht.

https://www.dji.de/fileadmin/user_upload/bibs/672_13198_Expertise_Boecker_Bewegungsentwicklung.pdf

<https://www.herder.de/kk/praxisimpulse/bewegung/>

Informationen und Kontakt Sportjugend im Landessportbund NRW

<https://www.sportjugend.nrw/unser-engagement/fuer-kinder/kindertagespflege>

Dokumente der Sportjugend des Landessportbundes NRW

[Sportjugend LSB NRW Broschüre-Ausstellung Kinderwelt Bewegungswelt.pdf](#)

[Sportjugend LSB NRW Broschuere Bewegung Sportverein, Kita, Kindertagespflege.pdf](#)

Infos zum Gütesiegel

[Kreissportbund Mettmann Kindertagespflege-in-Bewegung Gütesiegel](#)

Kinder bewegen sich immer und überall, wenn wir sie lassen.