

I N F O R M A T I O N

zur Pressekonferenz

LH-Stv.ⁱⁿ Mag.^a Christine Haberlander
Bildungs- und Gesundheitsreferentin

und

Ulrike Salzbacher, BSc MSc
Projektleitung Gesunder Kindergarten & Gesunde Krabbelstube

Mag.^a Margit Wachter, Sportwissenschaftlerin
Haltungs- und Bewegungsberatung Land OÖ

am 3. Oktober 2023

zum Thema

Kinderland Nr. 1: Gesundheitsförderung durch Bewegung von klein auf Neuer Bewegungsschwerpunkt in Gesunden Kindergärten & Krabbelstuben

Impressum

Medieninhaber & Herausgeber:
Amt der Oö. Landesregierung
Direktion Präsidium
Abteilung Presse
Landhausplatz 1 • 4021 Linz

Tel.: (+43 732) 77 20-11412
Fax: (+43 732) 77 20-21 15 88
landeskorrespondenz@ooe.gv.at
www.land-oberoesterreich.gv.at

Kinderland Nr.1 : Gesundheitsförderung durch Bewegung von klein auf Neuer Bewegungsschwerpunkt in Gesunden Kindergärten & Krabbelstuben

Mit dem neuen Bewegungsschwerpunkt im „Gesunden Kindergarten“ und in den „Gesunden Krabbelstuben“ setzt Oberösterreich einen weiteren Schritt in Richtung Kinderland Nr.1. Der Weg zum Kinderland Nr. 1 bedeutet nicht nur mehr Gruppen und bessere Versorgung sowie höheres Gehalt für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Mit dem neuen Jahresschwerpunkt soll ein ganzheitliches Denken in Bezug auf Gesundheit und Wohl der Kinder gefördert werden. **Bildungs- und Gesundheitsreferentin LH-Stv.ⁱⁿ Mag.^a Christine Haberlander** begründet die Wahl des Jahresschwerpunktes weiter: *„Indem sich Kinder bewegen, legen sie den Grundstein für Gesundheit und Wohlbefinden. Die Freude und der Spaß an Bewegung sind essentiell für die körperliche und geistige Entwicklung unserer Kinder. Deshalb haben wir uns für 'Bewegung' als zentrales Thema dieses Jahres entschieden. Bewegung macht Spaß und hält gesund – genau das wollen wir spielerisch vermitteln!“*

Das zentrale Anliegen des Jahresschwerpunktes Bewegung im Jahr 2023/24 ist es, Kindern die Freude an körperlicher Aktivität nahezubringen. Sie sollen entdecken, wo ihre individuellen Talente liegen und welche Bewegung ihnen Spaß macht.

Gesunde Kindergärten und Gesunde Krabbelstuben, die sich für eine Teilnahme entscheiden, erhalten von der Abteilung Gesundheit in zwei „Paketen“ Service-Inputs und Materialien zur Umsetzung des Bewegungsschwerpunktes.

„Die frühe Kindheit ist eine wichtige Basis für den späteren Gesundheitszustand und das Wohlbefinden Erwachsener. Die Erfahrungen dieser Zeit – wie Essgewohnheiten, Bewegungserfahrungen, Achtsamkeit auf psychisches Wohlbefinden – prägen nachweislich das spätere Leben und sind demnach wesentlich in der Vorbeugung von Übergewicht, psychischen Erkrankungen oder auch Haltungsschwächen. Darum setzt wirksame Gesundheitsförderung bereits frühzeitig an“, erklärt **Ulrike Salzbacher, BSc MSc, Projektleitung Gesunde Kindergärten & Gesunde Krabbelstuben.**

„Neben umfangreichem Aufenthalt in der freien Natur brauchen Kinder ein vielseitiges, kindgemäßes Bewegungsangebot, in dem sie sich spüren können. Auf diese Weise kann die wohltuende und befreiende Wirkung von Bewegung unmittelbar erlebt und wahrgenommen werden. Nebenbei werden Wachstumsreize unterstützt, das Herz-Kreislauf-System wird angeregt, die Muskulatur trainiert und die Koordinationsfähigkeit verbessert. Indem Kinder sich bewegen, entwickeln sie auch ihre sozialen Kompetenzen und stärken langfristig das Vertrauen in sich und ihren Körper“, sagt **Sportwissenschaftlerin Mag.^a Margit Wachter von der Haltungs- und Bewegungsberatung des Landes Oberösterreich**. „Unsere Kindergärten und Krabbelstuben sind ideale Orte, um Kindern Spaß an Bewegung zu vermitteln. Es ist unsere Verantwortung, dass die Kinder Oberösterreichs gesund und aktiv aufwachsen. Unser Jahresschwerpunkt soll dazu beitragen“, so **Haberlander** abschließend.

Überblick

Das Land Oberösterreich legt im Kindergartenjahr 2023/24 einen neuen Jahresschwerpunkt auf Bewegung in den „Gesunden Krabbelstuben & Gesunden Kindergärten“. Teilnehmende Einrichtungen erhalten zwei Informationspakete mit Fachinputs und Praxistipps.

Netzwerk Gesunder Kindergarten & Krabbelstube:

- **Zielgruppen:** Kinder, Eltern, Pädagoginnen und Pädagogen, Verpflegungsbetriebe und lokale Gesundheitsinitiativen.
- **Teilnehmeranzahl:** Über 60 % der Kindergärten in Oberösterreich sind als „Gesunder Kindergarten“ zertifiziert. Aktuell sind 427 Kindergärten und 97 Krabbelstuben am Projekt beteiligt.
- **Historie:** Das Projekt begann mit 21 Kindergärten und wurde 2019 auf Krabbelstuben erweitert.

Bewegungspakete:

Paket „In Balance sein“ (Ausendung im Oktober)

Mit Fachinputs und Praxistipps zur Bewegungsförderung im Herbst und Winter.

- **„Bewegung tut mir gut“, ein Seminar für Pädagoginnen und Pädagogen und pädagogische Assistenzkräfte** – mit Tipps zur Stressbewältigung durch Bewegung im Alltag
- **Eltern-Newsletter „Bewegung - im Gleichgewicht“** – Warum das Training des Gleichgewichts wichtig für die kindliche Entwicklung ist und wie Eltern dieses fördern können
- **Basiskriterien in der Praxis** – Reflexionsfragen und Praxistipps zur Umsetzung der Basiskriterien „Gesunder Kindergarten & Gesunde Krabbelstube“
- **Bewegungswürfel** – Übungen zum „Kinder-Yoga“ als Einsteckkärtchen für den Bewegungswürfel
- **Selbstbestimmt bewegt** – Partizipative Erarbeitung von Entspannungsübungen in der Gruppe mit den Kindern

Paket „Draußen bewegt“ (Ausendung im März)

Für einen bewegten Start in die Frühlings- und Sommerzeit

- **Ausgleich für Zwischendurch** – Tipps für eine bewegte „Teambesprechung“ mit einfachen Ausgleichsübungen für das Kindergarten- und Krabbelstubenteam
- **Elterninformation „Alles nach draußen“** – Bewegungsempfehlungen für Kinder von 3-6 Jahren als Elternnewsletter und Aushang für den Kindergarten
- **Die Natur als Bewegungsraum** – Spielideen für draußen
- **Wo macht dir Bewegung Spaß?** – Interview-Kärtchen für Gespräche mit den Kindern, wo sie sich am liebsten bewegen und wie der Gartenbereich gemeinsam weiterentwickelt werden kann

Zusätzlich gibt es:

Schulungen durch Haltungs- und Bewegungsberaterinnen und -berater des Landes für neue Kindergärten und Krabbelstuben im Netzwerk

13 Haltungs- und Bewegungsberaterinnen und -berater betreuen in den von Pädagoginnen und Pädagogen sehr geschätzten Schulungen Kindergärten und Krabbelstuben im Ausmaß von 3 Unterrichtseinheiten – in Summe werden jährlich 90 Unterrichtseinheiten umgesetzt. Damit werden jährlich rund 200 Kindergartenpädagoginnen und Kindergartenpädagogen sowie pädagogische Assistenzkräfte erreicht.

- für das Krabbelstuben- bzw. Kindergarten-Team
- Neuzugänge im Netzwerk „Gesunder Kindergarten“ und „Gesunde Krabbelstube“ können In-House-Schulungen buchen.
- Fokus:
 - Ergonomie – Stärkung des Bewusstseins der eigenen Körperhaltung
 - Haltungsförderung – Vermittlung von täglich einsetzbaren Mobilisations- und Kräftigungsübungen
 - Spiele zur Förderung der Bewegungsvielfalt - zur Förderung der motorischen Entwicklung, des sozialen Lernens, des kooperativen Verhaltens und der Kommunikation

Projekt „Tägliche Bewegungs- und Sporteinheit“ (TBuS):

- Österreichweiter Start im Schuljahr 2022/23.
- Zwei Jahre dauernde Pilotphase in allen Bundesländern.
- In Oberösterreich: 19 Schulen und sechs Kindergärten als Piloteinrichtungen.
- Teilnehmende Kindergärten:
 - Kindergarten Ottensheim-Lerchenfeldstraße
 - Kindergarten Ottensheim-Linzerstraße
 - Kindergarten Ottensheim-Feldstraße
 - Kindergarten Lembach
 - Pfarrkindergarten Pregarten und Kindergarten Hartmayrgut in Linz-Urfahr.

Informationen zum Projekt „Gesunder Kindergarten & Gesunde Krabbelstube“

Das Projekt „Gesunder Kindergarten & Gesunde Krabbelstube“ wurde ins Leben gerufen, um Kindergärten in Oberösterreich zu einem gesunden Lebensstil für Kinder zu motivieren. 2019 wurde das Projekt erweitert, um auch Krabbelstuben mit einzubeziehen.

Wie man Teil des Projekts wird:

1. **Projekteinführung:** Die Regionalbetreuung des Landes Oberösterreich stellt das Projekt interessierten Kindergärten, Krabbelstuben, ihren Rechtsträgern, der Gesunden Gemeinde und dem Verpflegungsbetrieb vor.
2. Gemeinsame **Anmeldung** durch alle Projektpartner
3. **Dreijährige Startphase:**
 - Kindergärten und Krabbelstuben planen und setzen Maßnahmen um, die den Kriterien des Projekts entsprechen, mit einem besonderen Fokus auf Bewegung, Ernährung und psychosoziale Gesundheit.
 - Die Verpflegungsbetriebe passen ihre Angebote an, um den Kriterien der „Gesunden Küche“ zu entsprechen.
 - Der „Arbeitskreis Gesunde Gemeinde“ unterstützt bei der Umsetzung.

Erforderliche Kriterien für die Teilnahme:

- Implementierung gesundheitsfördernder Strukturen in den Bereichen Ernährung, Bewegung und psychosoziale Gesundheit.
- Zusammenarbeit mit Verpflegungsbetrieben, um eine optimale Mittagsverpflegung sicherzustellen.
- Kooperation mit dem „Arbeitskreis Gesunde Gemeinde“.
- Fortbildung und Öffentlichkeitsarbeit über die Ziele und Kriterien des Projekts.
- Nach der dreijährigen Startphase muss der Kindergarten oder die Krabbelstube alle festgelegten Kriterien erfüllen und sich zur nachhaltigen Umsetzung dieser verpflichten, um die Auszeichnung „Gesunder Kindergarten“ bzw. „Gesunde Krabbelstube“ zu erhalten.

Unterstützende Serviceangebote:

- Persönliche Betreuung, Fortbildungen und Schulungen.
- Bereitstellung von Arbeitsunterlagen und Informationsmaterialien.
- Fachliche Beratung für eine ausgewogene Mittagsverpflegung.
- Öffentlichkeitsarbeit zur Sensibilisierung.

Folgende Kriterien werden erfüllt (als Voraussetzung für die Zertifizierung):

- Die Gestaltung und Ausstattung von Gruppenräumen, Bewegungsraum/Turnsaal, Außenbereich und Nebenräumen ermöglichen ein umfassendes Angebot an Bewegungsmöglichkeiten.
- Ein Bewegungsraum oder nahegelegener Turnsaal sowie das Außenspielgelände werden mehrmals wöchentlich für Bewegung bei allen Witterungsverhältnissen genutzt.
- Die Pädagogin/der Pädagoge bietet jedem Kind täglich Gelegenheit für das freie bewegte Spiel und nützt dazu die vorhandenen Bewegungsbereiche, den Außenbereich und die vorhandenen Bewegungsmaterialien.
- Die nähere Umgebung wird je nach örtlichen Möglichkeiten monatlich für Bewegung genutzt.
- Bewegungsmaterialien (u.a. Alltagsmaterialien) stehen den Kindern zur freien und selbstbestimmten Nutzung zur Verfügung. Dabei wird auf unterschiedliche Größen, verschiedenes Gewicht und variierte Oberflächenstruktur der Materialien Wert gelegt.