



Wasserflöhe in Aktion

DAK-Gesundheit unterstützt Kita-Einrichtungen mit neuem Gesundheitsprojekt zur Bewegungsförderung

Links der beschauliche Gröbenbach, rechts toben ein Dutzend lebhaft Kinder durch den Garten. Schon am Eingang des Kinderhortes „Wasserflöhe“ wird klar: Der Name trifft's! Auch drinnen treffen wir weitere „Flöhe“ mit genügend Möglichkeiten, sich zu bewegen und auszuprobieren.

Der AWO-Kinderhort in Gröbenzell bei München ist Partner der Kampagne „Wir bewegen Kitas“ – ein Präventionsprojekt der Hengstenberg-Pikler-Gesellschaft und der Krankenkasse DAK-Gesundheit. Dieses passt ideal zum Kita-Team um Leiterin Sabine Pfäfflin, denn ihr pädagogischer Schwerpunkt lautet „Alles in Bewegung“. Dazu gehört auch die neue Bewegungsbaustelle. Hier entwickeln Kinder wie Lena und Tobi mit Materialien aus Massivholz spielerisch ihre Bewegungskompetenz. Mit Kipplhölzern, Hockern und Balancierstangen können die Kinder forschen und entdecken und mit den Materialien aus naturbelassenem Massivholz ständig neue Bewegungslandschaften kombinieren.

Während Lena vorsichtig auf die Balancierstange steigt, hat Tobi aus vielen Hölzern im Nu einen Turm gebaut und schafft es mit den Fingerspitzen bis an die Decke des Bewegungsraumes. Die stellvertretende Leiterin Veronika Lachmuth und Erzieherin Patricia Burghardt beobachten die Situation am Rande, auch wenn es manch-

mal schwerfällt, nicht einzugreifen. „Unser Konzept basiert auf der Eigenverantwortung der Kinder“, sagt Patricia Burghardt. „Sie entscheiden, was sie sich zutrauen. So lernen sie, sich selbst besser einzuschätzen – eine neue Art der Unfallprävention.“ „Wir bewegen Kitas“ zielt zudem auf Entschleunigung und eine stabile Psyche durch Festigung des Körpers ab. „Das ergänzt unseren pädagogischen Schwerpunkt hervorragend“, sagt Veronika Lachmuth.

Inzwischen wird auch Lena mutiger und probiert sich ebenfalls am Turm. Anstatt sie einzubremsen, räumt Burghardt Holzteile weg und legt eine Matte hin. Als Lena das Ganze doch etwas zu hoch erscheint, wendet sie sich der Hühnerleiter zu, auf der sie sich sicherer fühlt. Veronika Lachmuth: „Wir bewerten die Kinder nicht. So werden sie weder eingebremst noch zu etwas herausgefordert.“ Patricia Burghardt ergänzt: „Die Füße werden beim Balancieren und Klettern ganz warm und fühlen sich gut an. Ich freue mich immer auf die nächste Stunde.“

Als die wöchentliche Bewegungsstunde vorbei ist, fragt Lena: „Können wir das nicht öfter machen?“ Wir wollen wissen, was ihr am meisten gefällt. „Wir können bauen und probieren“, sagt sie, und Tobi ergänzt: „Die Füße werden beim Balancieren und Klettern ganz warm und fühlen sich gut an. Ich freue mich immer auf die nächste Stunde.“

Stefan Wandel





Wir bewegen Kitas:

Unter dem Motto „Wir bewegen Kitas“ unterstützen die Hengstenberg-Pikler-Gesellschaft und die DAK-Gesundheit Kita-Einrichtungen bei ihrem Gesundheitsprojekt zur Bewegungsförderung von Kindern. Dabei greifen die Gesellschaft zur Entfaltung von Kindheit und Jugend und die Krankenkasse auf ein Netzwerk von Pädagogen, Therapeuten und Lehrern zurück. In einem speziellen Bewegungsraum entwickeln die Kinder mit Materialien aus Massivholz spielerisch ihre Bewegungskompetenz. Auch die Eltern werden aktiv einbezogen. Ihre Erzieher werden zuvor durch Fortbildungen mit den Grundlagen des Bewegungskonzeptes orientiert an Hengstenberg und Pikler vertraut gemacht – inklusive eigenem Ausprobieren. Damit werden sie motiviert, die pädagogisch begleitete Bewegungsarbeit in den Kita-Alltag zu integrieren.

Hintergrund der Kampagne: Der Mangel an Bewegung sorgt bei immer mehr Kindern und Jugendlichen vor allem für motorische Defizite und Gewichtsprobleme. Dies zeigt eine Studie der DAK-Gesundheit, für die 100 Kinder- und Jugendärzte in ganz Deutschland befragt wurden.

In der Studie stellen 94 Prozent der befragten Kinderärzte eine



Zunahme von Übergewicht fest. Einen Anstieg von motorischen Defiziten bei Minderjährigen sehen 80 Prozent der Befragten. Die Gründe für diese Negativentwicklung sehen die Mediziner unter anderem im Mangel an Bewegung in der Freizeit.

Aktuell starten die Projekte in Bayern und Nordrhein-Westfalen in mehr als 200 Kitas. Ab dem Frühjahr 2017 folgen schrittweise weitere Regionen im ganzen Bundesgebiet in dann etwa 1.000 Kitas.

Interessierte Einrichtungen können sich per E-Mail unter hengstenberg@dak.de bewerben.

Weitere Informationen zum Projekt „Wir bewegen Kitas“ gibt es unter www.dak.de/wir-bewegen-kitas



Mehr Informationen ...

... und Antworten auf Ihre Fragen zur Kindergesundheit finden Sie auf:



www.dak.de/kindergesundheit

„AUF EIN WORT

Liebe Leserinnen, liebe Leser,



für mich ist das Präventionsprogramm „Wir bewegen Kitas“ ein idealer Ansatz, um einen bewegungsbetonten Lebensstil zu fördern. Wenn Hänchen in der Kita erfährt, wie viel Freude rennen und klettern macht, fällt es Hans später leichter, einen bewegten Alltag zu leben. Ein gesundheitsbewusster Lebensstil entwickelt sich eben auch aus den Bedingungen heraus, die Kinder in ihrer Kindertagesstätte vorfinden.

Unsere DAK-Gesundheit ist immer wieder als beste Krankenkasse für junge Leute und für Familien ausgezeichnet worden. An dieser Stelle danke ich ausdrücklich meinem Vorgänger Hans Bender. Er gehörte seit 2004 zur Führungsspitze und war lange Jahre Vorsitzender des Verwaltungsrates. Hans Bender hat sich dafür stark gemacht, dass die DAK-Gesundheit Familien beim Gesundbleiben und Gesundwerden besonders unterstützt. Ich denke nur an die medizinischen Extras für Schwangere, die noch im vergangenen Herbst unter seiner Führung zur Satzungsleistung wurden.

Im Januar habe ich das Amt des Vorsitzenden von ihm übernommen. Ich bin stolz, dass mich das Parlament unserer DAK-Gesundheit an die ehrenamtliche Spitze gewählt hat. Wie Hans Bender werde ich mich für Familien stark machen. Denn auch mein Ideal ist, dass wir den bei uns versicherten Familien in jeder Lebensphase ein zuverlässiger Partner sind.

Ihr Dieter Schröder
Vorsitzender des Verwaltungsrates