

Ganzheitliche Förderung

sozial-emotionaler Kompetenzen
ausgewogener Ernährung
und mehr Bewegung

im Kindesalter von 4 bis 10 Jahren

Journée nationale GIMB 2024



Tätigkeitsfelder



1. Kindertagesstätten/ Kindergärten in Deutschland
Ausbilderin von ErzieherInnen in Kitas für das bundesweite
Präventionsprogramm Kindergarten *plus*



2. Grund- und Förderschulen in Deutschland
Gesundheitsförderin in allgemeinen Grundschulen für das
bundesweite **Präventionsprogramm Klasse2000**



Differenzierung von Intelligenz nach Howard Gardner

Sprachliche
Intelligenz

Logische -
Mathematische
Intelligenz

Emotionale
Intelligenz

Musikalische
Intelligenz

Räumliche
Intelligenz

Motorische
Intelligenz

Soziale
Intelligenz

Tätigkeitsbereich - Kindergarten

Deutsche Liga
für das Kind
in Familie und
Gesellschaft



Initiative gegen
frühkindliche
Deprivation e.V.

Präventionsprogramm „Kindergarten *plus*“



Stärkung der kindlichen Persönlichkeit in Kindertageseinrichtungen durch eine gezielte Förderung der sozial-emotionalen Kompetenzen 4- bis 6-jähriger Kinder.

Zielsetzungen von Kindergarten *plus*

Deutsche Liga
für das Kind
in Familie und
Gesellschaft



Initiative gegen
frühkindliche
Deprivation e.V.

- Schulung Selbst- und Fremdwahrnehmung (Emotionen, Sinne)
- Einfühlungsvermögen (Empathie)
- Kommunikations- und Konfliktfähigkeit
- Beziehungsfähigkeit
- Wahrnehmung von Selbstwirksamkeit und Eigenkompetenz
- Motivationsfähigkeit



Inhalte von Kindergarten *plus*: Module 1 bis 9

Sensomotorische Kompetenzen

Modul 1
Mein Körper und ich

Modul 2
Meine Sinne und ich



Emotionale Kompetenzen

Modul 3
Ich und meine
Gefühle

Modul 4
Ich, meine Angst
und mein Mut

Modul 5
Ich, meine Wut
und meine Freude

Modul 6
Ich, meine Traurig-
keit und mein Glück

Soziale Kompetenzen

Modul 7
Du und Ich

Modul 8
Ich und mein Raum

Lernmethodische Kompetenzen

Modul 9
Was ich mitnehme

Vertiefungsmodul
Wiedersehen mit
Tula und Tim

Teil 1
Module 1-9 erinnern
und schwierige
Situationen lösen

Teil 2
Selbst Mut haben
und anderen helfen

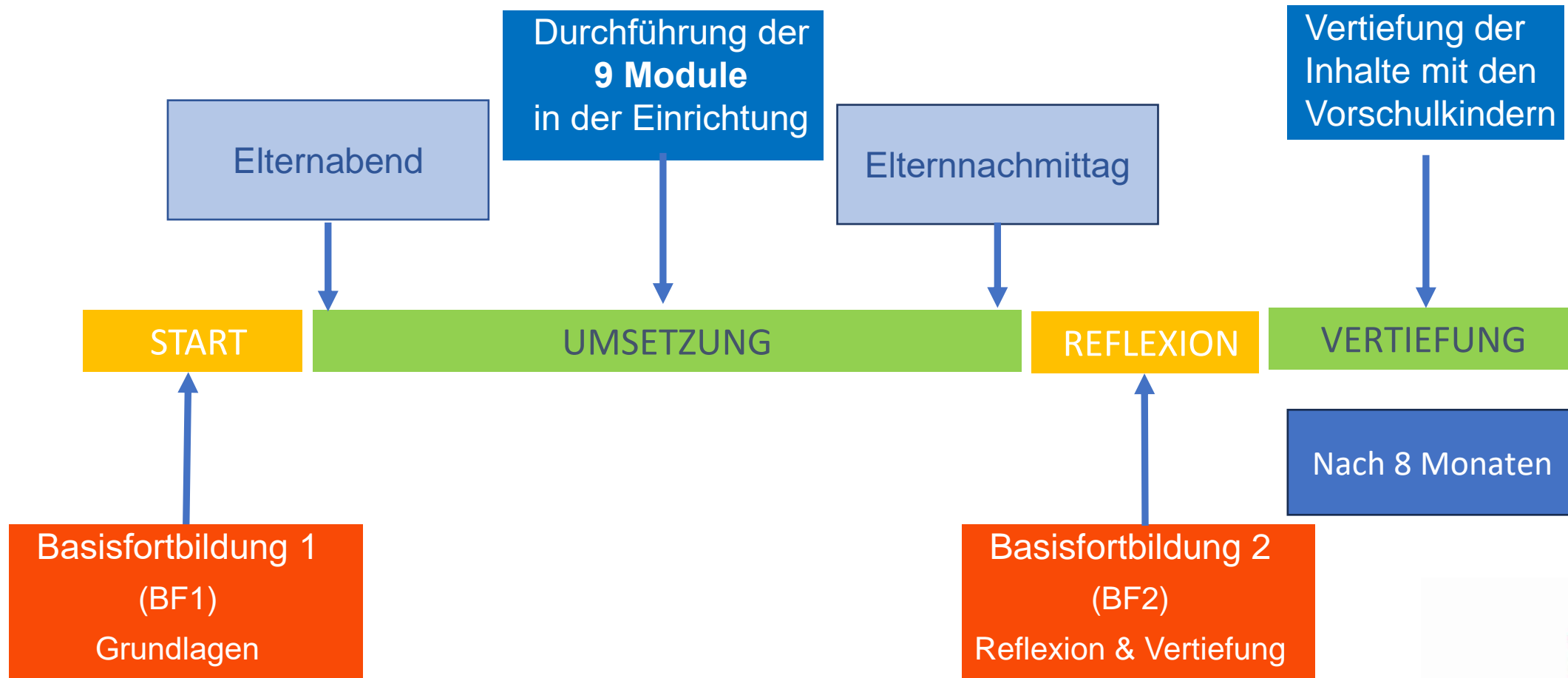


Förderung unverzichtbarer Basisfähigkeiten



1. Wissen der Kinder über Gefühle (**Emotionswissen**)
2. Fähigkeit, ihre Gefühle auszudrücken und zu regulieren (**Emotionsausdruck** und **Emotionsregulation**)
3. Kompetenz der Kinder, sich in einer Gruppe zu behaupten, mit anderen Kindern zu kooperieren und mit Konflikten angemessen umzugehen.

Zeitlicher Ablauf von Kindergarten *plus*



Wissenschaftliche Evaluation der Leuphana Universität Lüneburg

- Zunahme des prosozialen Verhalten
- Abnahme der Probleme im Umgang mit Gleichaltrigen
- Verringerung der sozialen Impulsivität
- Abnahme der externalisierenden Verhaltensauffälligkeiten

Die Grüne Liste Prävention des Landespräventionsrats
Niedersachsen stuft Kindergarten *plus* auf Basis der vorliegenden
Studie in die höchste Kategorie ein: **Effektivität nachgewiesen.**





Tätigkeitsbereich Grundschulen

„Nur wenn wir unseren Körper kennen und wissen, wie wunderbar er aufgebaut ist und funktioniert, können wir ihn auch schützen.“

Dr. med. Pál Bölcskei

Initiator von Klasse2000 und ehemaliger Chefarzt der Lungenheilkunde am Klinikum Nürnberg

Tätigkeitsbereich Grundschulen



Präventionsprogramm „Klasse2000“

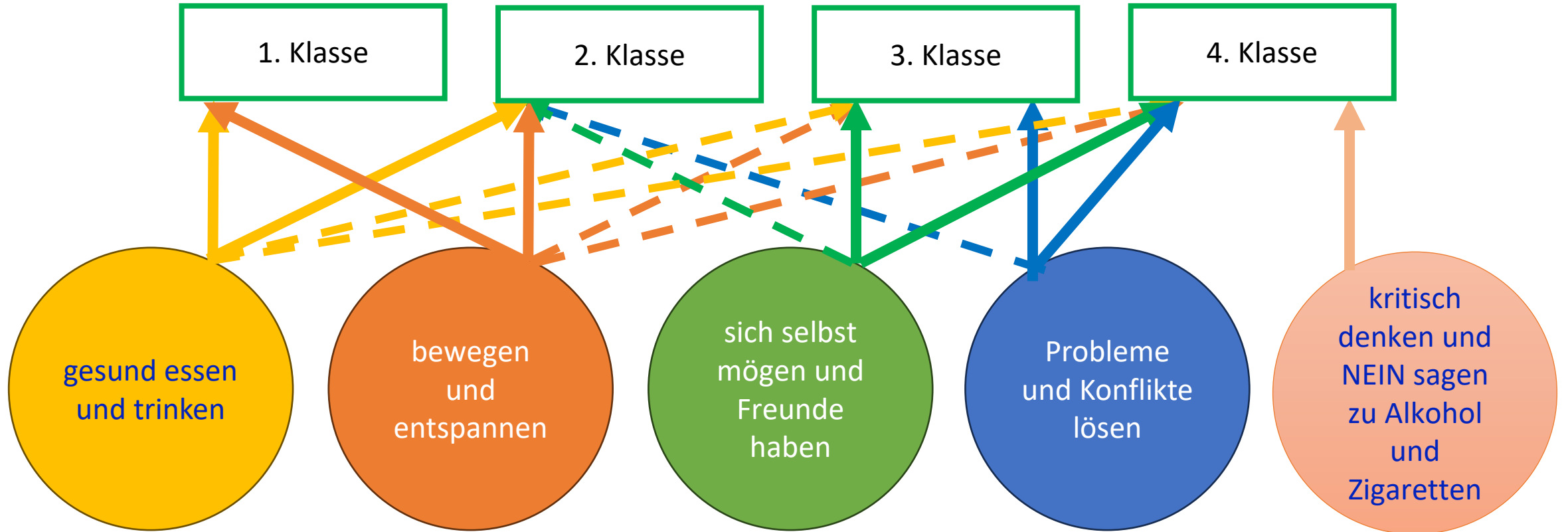
Stärkung der Gesundheits- und Lebenskompetenzen durch die gezielte Förderung eines gesunden Lebensstils und der Sucht- und Gewaltprävention von 6- bis 10- jährigen Kindern in Grundschulen



Teilziele Grundschulprogramm

- Stärkung einer positiven Haltung zu einem aktiven und gesunden Leben
- Kenntnisse über Ernährung, Bewegung und Körperfunktionen
- Förderung der Entwicklung persönlicher und sozialer Kompetenzen (Problemlöse-, Stressbewältigungs- und Kommunikationsstrategien)
- Nikotin-, Alkohol- und Drogenprävention

Themenfelder



Wissenschaftliche Evaluation



Klasse2000 wurde mehrfach wissenschaftlich evaluiert und wirkt sich positiv auf das

- Ernährungsverhalten
- Bewegungsverhalten
- Suchtverhalten
- Konfliktverhalten aus

Die Grüne Liste Prävention des Landespräventionsrats Niedersachsen stuft Klasse2000 auf Basis der vorliegenden Studien in die höchste Kategorie ein: Effektivität nachgewiesen.



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit.

Bianka Ehscheid
Diplom-Sportlehrerin
Gesundheitsförderin
bianka.ehscheid@gmx.de

Deutsche Liga
für das Kind
in Familie und
Gesellschaft



Initiative gegen
frühkindliche
Deprivation e.V.



Umsetzung der ganzheitlichen Förderung in den Alltag

- Gezielte Bewegungspausen im Kindergarten- und Unterrichtsalltag einplanen.
- Bewegungsübungen zum Thema Körper => Kinder bringen Bewegungsideen ein. (Ist in den Räumlichkeiten ausreichend Platz für Bewegungspausen?)
- Atemübungen, insbesondere vor Klassenarbeiten, für die Kinder anleiten.
- Regelmäßig ein gemeinsames Frühstück oder Obstpausen mit den Kindern organisieren.
- Anlegen eines Schulgartens

Umsetzung der ganzheitlichen Förderung in den Alltag

- Durchführung eines (morgendlichen) Gesprächskreises
 - Kinder können sich äußern, wie es ihnen geht oder ihre Gefühle anhand eines Gefühlsbarometers zeigen.
 - Kinder gestalten ein gemeinsames Gefühlsplakat, welches im Raum oder im Flurbereich ausgehangen wird.
 - Wie sind allgemein die Räumlichkeiten zum Thema Emotionen gestaltet?
- Wertschätzender Umgang mit den Kindern, im Team und den Eltern.
- Für pädagogische Fachkräfte ist es wichtig sich selbst zum eigenen Befinden zu reflektieren.