

# Ganzheitliche Förderung

sozial-emotionaler Kompetenzen  
ausgewogener Ernährung  
und mehr Bewegung

im Kindesalter von 4 bis 10 Jahren

**Journée nationale GIMB 2024**



# Tätigkeitsfelder



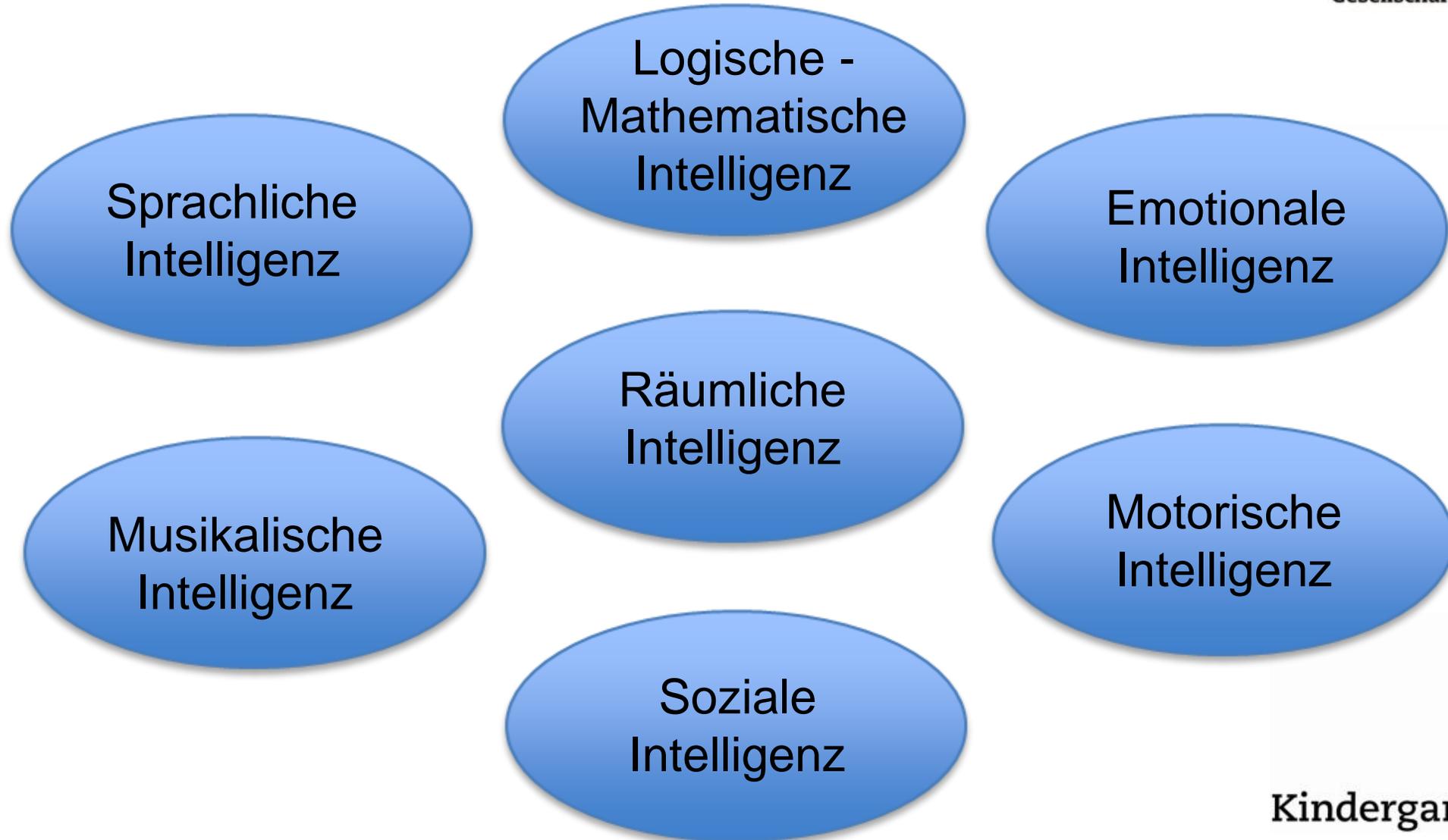
1. Kindertagesstätten/ Kindergärten in Deutschland  
Ausbilderin von ErzieherInnen in Kitas für das bundesweite  
**Präventionsprogramm Kindergarten *plus***



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



# Differenzierung von Intelligenz nach Howard Gardner



# 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

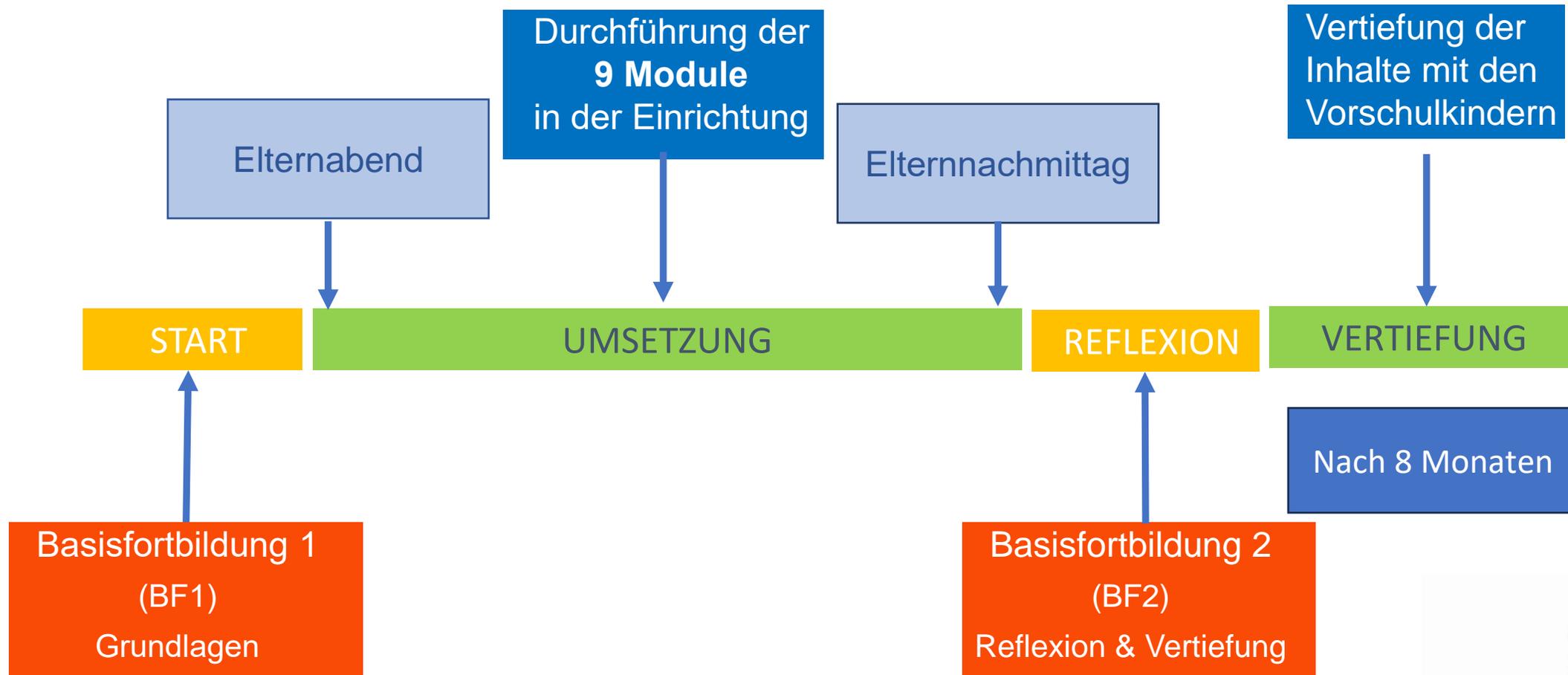


# Förderung unverzichtbarer Basisfähigkeiten



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“

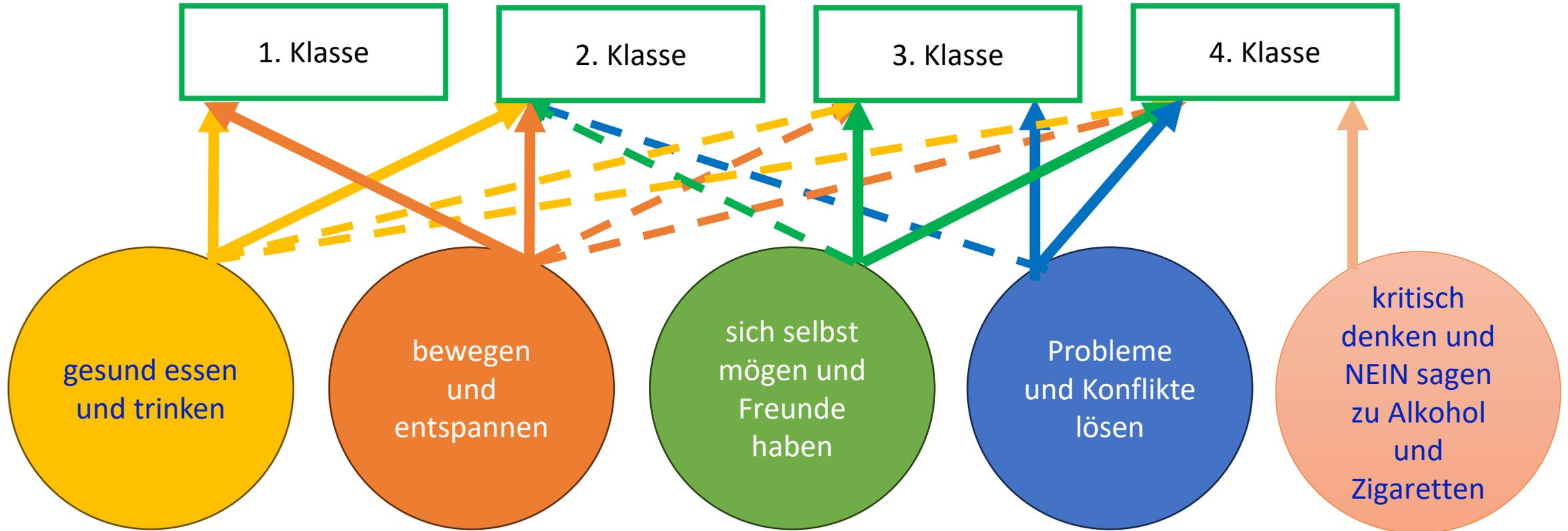
Stärkung der Gesundheits- und Lebenskompetenzen durch die gezielte Förderung eines gesunden Lebensstils und der Sucht- und Gewaltprävention von 6- bis 10- jährigen Kindern in Grundschulen



# 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](mailto: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.