



# Landkreis Schwäbisch Hall

## **Kommunale Gesundheitskonferenz**

*Gesund leben im Landkreis Schwäbisch Hall*

### ***Gesundheit von Kindern und Jugendlichen***

Die Gesundheitskonferenz Schwäbisch Hall hat sich mit ihren ersten (Starter -) Handlungsempfehlungen auf die Gestaltung einer gesundheitsfördernden Lebenswelt der Kindertageseinrichtungen fokussiert.

Die Entwicklung, die Förderung und die Verfügbarkeit der psychischen, seelischen und körperlichen Ressourcen zählen zu den Grundvoraussetzungen für gelingende Erziehungs- und Bildungsprozesse.

Gesundes Aufwachsen soll in diesem Sinne insbesondere durch gesundheitsförderlich gestaltete Lebenswelten (Settings) ermöglicht werden.

Zum Thema „**Gesundes Umfeld zum Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen**“ wurde eine Befragung der Bürgermeister und Gemeinden im Landkreis Schwäbisch Hall durchgeführt. Diese wurde von Studentinnen und Studenten der Hochschule Heilbronn, Campus Künzelsau, Prof. Dr. Christoph Tiebel, Lehrstuhl Sozialmanagement, ausgearbeitet.

Dazu wurden im Juni 2013 30 Fragebögen verschickt – davon konnten 18 Fragebögen ausgewertet werden.

Erhoben wurden hierzu Struktur und Sozialdaten von Kindern – und Jugendlichen in den Altersgruppen 0 – 18 Jahre.

Speziell wurden hierzu Bestandserhebungen der Angebote in den Handlungsfeldern Bewegung, Lebenskompetenz, geistige Aktivität und Teilhabe erhoben.

## **1. Handlungsempfehlung für ein erweitertes Angebot für Bewegung in Kindertageseinrichtungen**

### ***Die Bedeutung oder der Einfluss von Bewegung auf die Entwicklung von Kindern***

Bewegung ist ein unverzichtbarer Bestandteil der Entwicklung der Kinder. Die Bewegung wirkt sich in der Gesamtentwicklung der Kinder auf die emotionale, geistige und soziale Entwicklung aus. Durch Bewegung erfahren und begreifen die Kinder die Umwelt, sich selbst und ihre Fähigkeiten. Diese Fähigkeiten beeinflussen das Körper- und Selbstwertgefühl der Kinder positiv.

Durch die Erweiterung des Bewegungsangebots können vor allem Verbesserungen hinsichtlich folgender Aspekte erreicht werden:

- Gesundheitliche Aspekte - Vorbeugung vor Bewegungsmangel, altersgemäße Entwicklungsreize
- Motorische Aspekte - vielfältige Bewegungserfahrungen, Erweiterung der motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten
- Soziale Aspekte – wie Förderung sozialer Verhaltensweisen, Kooperation, Respektieren von Regeln

Der Förderung sozialer Aspekte kommt zunehmend größere Bedeutung zu. Die Zahl der Kinder in der Bundesrepublik nimmt ab und die Zahl der Einzelkinder nimmt zu. Diese „Verinselung“ der Kinder bleibt nicht ohne Konsequenzen für ihre Entwicklung. Fehlende soziale Kontakte und fehlende Auseinandersetzungen mit Gleichaltrigen können zu einer Verkümmerng der sozialen Kompetenz führen.

Ein erheblicher Anteil an eingeschulten Kindern weist Haltungsschwächen auf bzw. leidet unter einer gestörten Körperwahrnehmung. Auch haben sich in den letzten Jahren die Verletzungshäufigkeiten von Kindern stark verändert. Kinderärzte führen dieses mangelnde Körpergefühl auf steigende motorische Defizite zurück.

### **Ziel:**

Um diese Ziele zu erreichen, sollte bereits in den Kitas ausreichend Raum und Gelegenheit zur vielfältigen täglichen Bewegung zur Verfügung gestellt werden. Dazu sollten im Kita – Alltag feste Bewegungsstunden Bestandteil des Aufenthaltes sein.

- Bildung durch Bewegung – viele Untersuchungen belegen diesen Zusammenhang
- Ausbau von Kooperationsangeboten für Kitas und Vereine oder andere Anbieter.
- Vernetzung Kommune / Träger / Sportvereine/ Institutionen – sozialpädagogische Einrichtungen für Aus-und Weiterbildung für Erziehungskräfte
- Überprüfen und ergänzen von vorhandenen Vorgaben bei der Neuplanungen / Einrichtung / Sanierung einer Kita unter dem Aspekt der Förderung der motorischen Fähigkeiten.
- In jeder Kita sollte eine Fachkraft für Bewegung beschäftigt sein – sprich eine Erziehungskraft des Teams hat eine oder mehrere Fortbildungen besucht.
- Bei Planung und Bau einer Kita sollte ein „Bewegungsraum“ fest eingeplant werden.

## Maßnahmen:

- Finanzielle Unterstützung für Vereine bei einer Kooperation – z. Fortbildungen für Erziehungsfachkräfte
- Kleinräumliche Vernetzung der Kitas mit Institutionen, wie Schulen, Sportvereinen, Kirchen – Gemeindehäuser um sich so weitere Bewegungsräume zu erschließen, damit beispielsweise Sporthallen auch von Kitagruppen genutzt werden können.

## **2. Handlungsempfehlung Gesunde Verpflegung in Kindertageseinrichtungen**

Neben der Familie ist die Kita das zentrale Lebensumfeld der Kinder im Alter zwischen 0 und 5 Jahren. In zunehmendem Maße hat sich außerdem die Aufenthaltsdauer für Kinder in Tageseinrichtungen in den vergangenen Jahren deutlich erhöht. Die Ernährung nimmt deshalb eine wichtige Stellung im Kita-Alltag ein.

- Um die Kinder möglichst früh an die Notwendigkeit einer gesunden Ernährung heranzuführen und zur Vermeidung von Krankheiten durch Fehlernährung, wird die Heranführung der Kinder an Mahlzeiten mit einem Qualitätsstandard mit gesundheitlichen Bezügen empfohlen.

Die Mahlzeiten sollten aus

- Obst, Gemüse und Rohkost aus ökologischer oder regionaler Produktion.
- Getränke: ungesüßter Tee oder Mineralwasser, Obstsaftchorle

bestehen.



Quellen:

[www.karlsruhe.de/b3/gesundheit/gesundheitfoerdern/gesund-aufwachsen.de](http://www.karlsruhe.de/b3/gesundheit/gesundheitfoerdern/gesund-aufwachsen.de)

[www.bmg.bund.de/praevention/kindergesundheit/kindergesundheit.html](http://www.bmg.bund.de/praevention/kindergesundheit/kindergesundheit.html)