

# Akademie-Forum Kita in Bewegung



Kita in Bewegung – Neue Impulse in Theorie und Praxis	 Mi., 24.04.2024	  <b>25</b> JAHRE BEWEGUNGS- BILDUNG ... <small>IM LANDESSPORTBUND NIEDERSACHSEN E.V.</small>
	 140 Teilnehmende	 Kita, exekutive Funktionen, Be- wegungsspiele

## Ausgangslage

Durch Bewegung erfahren und erleben Kinder ihre Welt und sie unterstützt den Aufbau eines positiven Selbstkonzeptes, regt das emotionale Erleben an, fördert die kognitive Entwicklung sowie das soziale Lernen. Doch Kinder sind vermehrt durch eine Welt umgeben, die ihre Bewegungen einschränkt und ihre Entwicklung behindert. Das Akademie-Forum griff Aspekte der Forschung im Bereich exekutive Funktionen auf und gab viele praktische Angebote zum Ausprobieren und Kennenlernen.

## Das geschah

In der Eröffnung wies Silke Feser vom Niedersächsischen Kultusministerium darauf hin, dass auf der Bildung in der Kita alles aufbaue und ihr daher eine enorme Bedeutung zukomme. Daher sei die Bildung kombiniert mit realer Bewegung in der Kita ein sehr wichtiges Thema für das Kultusministerium, welches auch die Kooperation von Kitas und Sportvereinen befürworte.

Weiter führte Marco Lutz, stellv. Vorstandsvorsitzender des LandesSport-Bundes (LSB) Niedersachsen aus, dass er über die Entwicklung der Gesundheitsdaten von Kindern sehr besorgt sei und diesen Entwicklungen u. a. durch [Kooperationen von Kitas und Sportvereinen](#) entgegengewirkt werden könne. Beschäftigte in Kitas leisten hier wertvolle Arbeit für die Erziehung und Entwicklung

von Kindern, die es weiter zu fördern gilt. Da aber nicht jedem Kind der Zugang zu einem Sportverein zur Verfügung steht, will der LSB mit seiner Sportjugend durch das Projekt [SportVernetzt](#) die Teilhabe in sozial benachteiligten Orten in Niedersachsen fördern.



In der Keynote zum Thema exekutive Funktionen erläuterte *Dr. Sabine Kubesch*, INSTITUT BILDUNG plus, was exekutive Funktionen sind, weshalb es essentiell sei, sie bereits in jungen Jahren zu trainieren und wie das spielerisch in der Kita gelingen kann. Exekutive Funktionen sind wesentliche Fähigkeiten, die die Selbstregulation und Willensstärke von Kindern schulen, sie fit für die Schule und das Leben machen, so Dr. Sabine Kubesch. Zu den exekutiven Funktionen zählen das Arbeitsgedächtnis, die Inhibition und die kognitive Flexibilität. Das Arbeitsgedächtnis dient der kurzzeitigen Speicherung von Informationen, um mit diesen Informationen zu arbeiten und Lösungen für Herausforderungen zu finden. Trainiert werden kann das Arbeitsgedächtnis z. B. durch Merken und Hüpfen einer bestimmten Abfolge in unterschiedlichen Richtungen. Die Inhibition als weitere exekutive Funktion

dient u. a. der Unterdrückung spontaner Impulse und der willentlichen Lenkung der Aufmerksamkeit. Bspw. können Kinder vorwärts oder rückwärts über eine Bank oder einen Balken balancieren und andere Kinder versuchen das balancierende Kind z. B. mit Tüchern abzulenken. Wichtig dabei ist, dass das geübte mit den Kindern aktiv reflektiert wird. Die dritte exekutive Funktion ist die kognitive Flexibilität, welche die Fähigkeit ist, sich schnell auf neue Situationen einzustellen und den Aufmerksamkeitsfokus gezielt zu wechseln. Das können Kinder spielerisch mit einem Hindernisparcour üben, bei dem sie diesen in einer bestimmten Reihenfolge absolvieren und die Abfolge der Hindernisse gedanklich mitsprechen. Das regelmäßige Üben dieser Fähigkeiten unterstützt eine positive Entwicklung der Selbstregulation und Willensstärke von Kindern, die ihnen einen besseren Start in die Schule ermöglicht. Zudem finden sich nicht nur Effekte für die Schulzeit, so Kubesch, sondern Studien zeigen auch, dass Kinder mit einer hohen Selbstregulation als Erwachsene gesünder leben, besser mit Geld umgehen können und weniger gewaltbereit sind. Zur Entwicklung der exekutiven Funktionen ist es nach Dr. Sabine Kubesch weiter sehr wichtig, die Eltern einzubeziehen, damit Kinder auch zu Hause ihr Verhalten reflektieren lernen und bewusst richtige Entscheidungen treffen.



Weiter stellen *Nina Noenen*, Geschäftsführerin Niedersächsische Kinderturnstiftung, und *Karsten Täger*, Teamleiter Kita, Schule & Verein, den Bewegten Kindergarten in

Niedersachsen vor, an dem u. a. das Niedersächsische Kultusministerium, der Niedersächsische Turner-Bund, die Gemeinde-Unfallversicherungsverbände Hannover und Oldenburg, die AOK Niedersachsen sowie die Sportjugend Niedersachsen beteiligt sind. Das Programm existiert seit 2005 und besteht aus den Modulen „Markenzeichen Bewegungskita“, „Aktionsprogramm Kita +

Sportverein“ und „Qualifizierungsoffensive“. Alle Module dienen der Bewegungsförderung in Kindertagesstätten und ergänzen sich, sodass Kitas Personal qualifi-



zieren können und organisatorische sowie finanzielle Unterstützung erhalten. Das Markenzeichen Bewegungskita bspw. ist eine Auszeichnung für Kitas, die besonderen Wert auf Bewegung legen und entsprechend geschultes Personal beschäftigen. Es gibt also einen einheitlichen Standard und die Bewegungsangebote können langfristig in hoher Qualität angeboten werden. Das Aktionsprogramm Kita + Sportverein will Kooperationen zwischen Kitas und Sportvereinen fördern, indem durch Übungsleiter\*innen angeleitete Bewegungsangebote in Kitas finanziell gefördert werden. Die Qualifizierungsoffensive bietet zudem umfassende Angebote zur Aus-, Fort- und Weiterbildung von päd. Fachkräften sowie Übungsleiter\*innen an. Weitere Informationen gibt es auf der [Homepage des Bewegten Kindergartens](#).

Am Nachmittag konnten die Teilnehmenden in elf praktischen Workshops u. a. Tag-Rugby, Spiele mit Alltagsmaterialien, Ringen & Raufen oder kindgerechte Ballspiele kennenlernen und ausprobieren, um weitere Bewegungswelten zu schaffen.

### Das haben wir mitgenommen

- Kooperationen von Kitas und Sportvereinen weiter fördern.
- Exekutive Funktionen tragen zur Entwicklung von Kindern bei und können bereits in Kitas gut gefördert werden.
- Der Bewegte Kindergarten bietet viele Möglichkeiten die bewegte Entwicklung von Kindern zu fördern.

Fotos: LSB Niedersachsen (2), Konrad Gös/Heidelfoto, Niedersächsische Kinderturnstiftung

#### **Ansprechperson:**

Marco Vedder

[mvedder@akademie.lsb-nds.de](mailto:mvedder@akademie.lsb-nds.de)