

**Betreff:****Projektbericht der Braunschweiger "Bewegungswerkstatt West"****Organisationseinheit:**Dezernat VII  
67 Fachbereich Stadtgrün und Sport**Datum:**

11.12.2015

**Beratungsfolge**

Sportausschuss (zur Kenntnis)

**Sitzungstermin**

10.12.2015

**Status**

Ö

**Sachverhalt:**

In der Sitzung des Sportausschusses der Stadt Braunschweig vom 6. November 2015 wurden nähere Informationen zum Projekt „Bewegungswerkstatt West“ des Stadtsportbundes Braunschweig (SSB) erbeten.

Die Verwaltung hat hierzu ein Gespräch mit der Projektverantwortlichen Frau Stöter geführt und sich über Umfang, Inhalte und Ergebnisse des Projektes informiert.

Die Projektkonzeption sieht eine Aufteilung in vier Säulen bzw. Handlungsfelder vor:

- Bewegungsbaustelle
- Mini-Sportabzeichen
- Nemo-Schwimmkurs
- Gesunde Ernährung

Dieses Konzept der „4 Säulen“ wird momentan in 11 Kindertagesstätten und Kindergruppen in der Weststadt umgesetzt.

Der SSB weist in diesem Zusammenhang insbesondere auf die Erfolge im Bereich des „Nemo-Schwimmkurses“ hin. Alle teilnehmenden Kinder haben das Schwimmen erlernt. Auch Kinder mit Migrationshintergrund haben mit Unterstützung ihrer Familien erfolgreich an den Schwimmkursen teilgenommen.

Darüber hinaus teilt der SSB mit, dass eine Ausweitung der Aktivitäten im Bereich des Handlungsfeldes „Mini-Sportabzeichen“ auf die entsprechenden Einrichtungen im gesamten Stadtgebiet Braunschweig vorgesehen ist.

Der Projektbericht des SSB ist dieser Mitteilung als Anlage beigefügt.

Geiger

**Anlage/n:**

Projektbericht „Bewegungswerkstatt West“

Anlage 15 - 01256



# **Braunschweiger**

# **„Bewegungswerkstatt – West“**

**2013 – 2016**

# **Mit jedem Schritt wachsen wir**

---

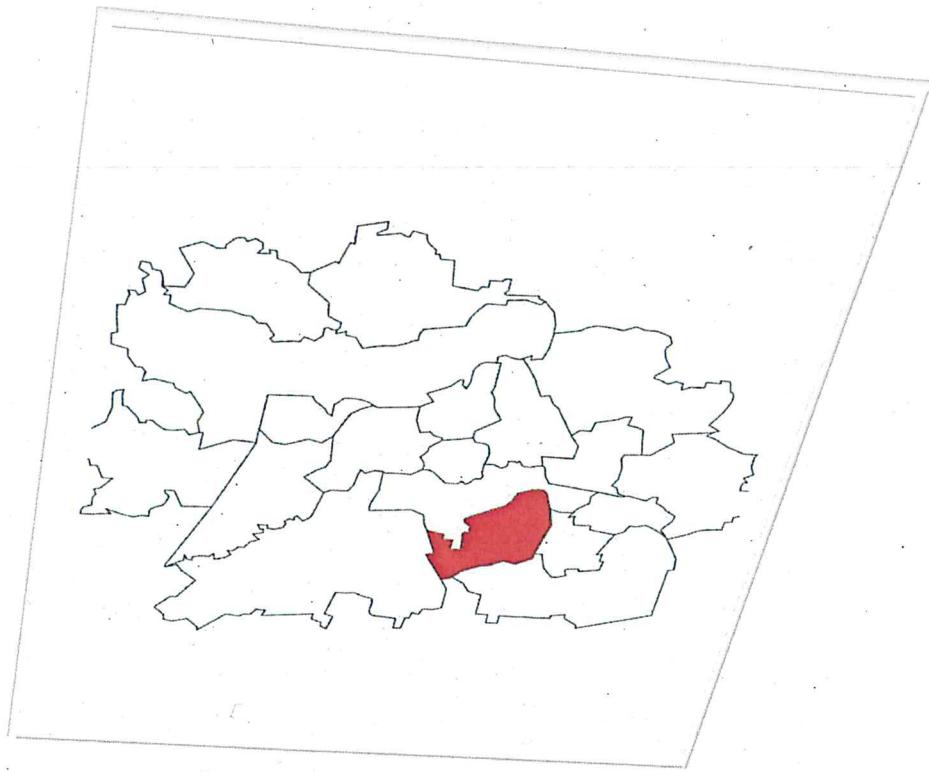
## **Explorationsräume für kindliche Entwicklung**



**„Kompetenzerwerb geschieht im Spiel“**

# Diese Einrichtungen sind beteiligt

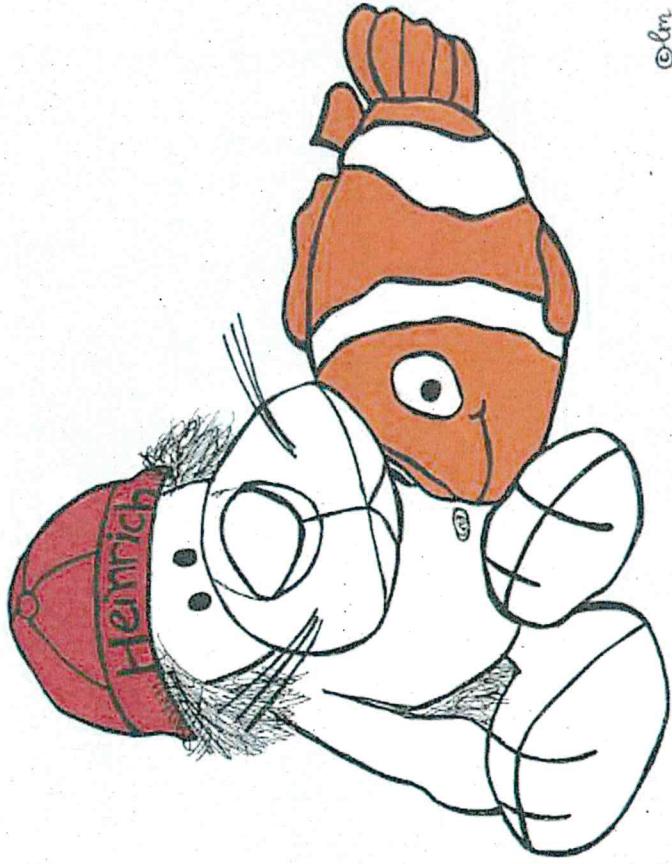
- 1. AWO Kinder- und Familienzentrum KiFaZ Mulde weg**
- 2. AWO Kita Ilmenaustrasse**
- 3. Caritas Kindertagesstätte St. Maximilian Kolbe**
- 4. DRK Kindertagesstätte, Außengruppe Krippe Ilmweg**
- 5. Städtische Kindertagesstätte Alsterplatz**
- 6. Ev. Kindertagesstätte Arche Noah**
- 7. Ev. Kindertagesstätte Mittenmank**
- 8. Ev. Kindertagesstätte Ahrplatz**
- 9. Kindergruppe Till Eulenspiegel e.V. – Lüttenland**
- 10. Kindergruppe Till Eulenspiegel e.V. - Till macht Bambule**
- 11. Städtische Kindertagesstätte Recknitzstrasse**



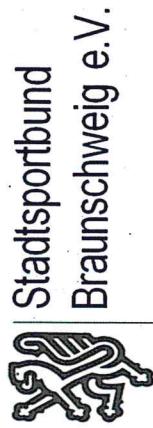
## Logo der

## Bewegungswerkstatt - West

### „Heinrich & Nemo“



© fm



Stadtsportbund  
Braunschweig e.V.

im LandesSportBund Nds. e.V.

# Was sich etabliert hat

## Das Konzept der „4 Säulen“ ist an 11 Einrichtungen umgesetzt.

In wöchentlichem Rhythmus werden  
die Kitas besucht und  
die Bewegungsschulungen  
durchgeführt

Halbjährlich werden  
„MiniSportAbzeichen“ abgenommen

Ernährung wird auf Nachfrage  
der Einrichtungen in  
unterschiedlichen Varianten  
angeboten

Nemo-Schwimmkurse werden sowohl  
wöchentlich als auch in Kursform  
angeboten





StadtSportbund  
Braunschweig e.V.

im LandesSportBund Nds. e.V.

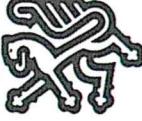
## Was entworfen wurde

**Heinrich**  
für den  
**„Nemo-Kurs“**

**Heinrich**  
für die  
**„Bewegungsbaustelle“**

**Heinrich**  
für das  
**„MiniSport**  
**Abzeichen“**





# Informationsflyer



## Braunschweiger „Bewegungswerkstatt – West“

**Kinderwelt ist Bewegungswelt**  
„...deshalb benötigt Bildung in der Kindheit Bewegung. Die Bewegungswerkstatt-West wurde 2013 ins Leben gerufen. Sieheher werden die Einrichtungen dieses Stadtteils in einem zirkulierenden System von einer qualifizierten Gymnastiklehrerin und einem Physiotherapeuten nach dem Konzept der „Vier Säulen“ betreut.“

### Stufe I - Bewegungsbaustelle / Physiotherapie

Kinder bewegen sich gern, haben Spaß am Klettern und Klettern und Kontrollieren. Die Bewegungsbaustelle schafft innovative Spielgelegenheiten. Sie fördert durch Spiel und Bewegungskreativität die motorischen Grundfähigkeiten. „Gehen, Springen, Klettern, Ballmanöver, Kinder mit motorischen Defiziten werden individuell vor einem Physiotherapeuten betreut. Somit wird für den Start ins Schuljahr eine „motorische Chancengleichheit“ hergestellt.“

### Stufe II - Mini - Sport - Abzeichen

Der Mini-Sport-Abzeichen bringt die unterschiedlichen Grundfähigkeiten zu einem „Johnden Altershauses“. Die Kinder durchlaufen einen Bewegungsparcours, dessen Disziplinen dem jeweiligen Entwicklungsstand angepasst werden. Um eine Prüfungssituation positiv zu belegen, wird jede Leistung mit einer Urkunde ausgezeichnet.

### Gesunde Ernährung

„... eine Präziseinheit für Kinder, aber auch eine Schauung für Eltern werden auf Wunsch organisiert.“

ITB-Nasszetteln sohn, um einen Schwimmkurs zu absolvieren. An- nähernheit im Wasser sind nicht ungewöhnlich. Im Nemo-Kurs e. Wassergewöhnung werden positiv mit dem Element Wasser. Nach der Wassergewöhnung kann auch die Seepferdchenprüfung und somit einer lebenslangen Gesundheitsförderung

**Gesunde Ernährung**

**Nemo - Schwimmkurs**

**Mini - Sportabzeichen**

**Physiotherapie**

**Bewegungsbaustelle**

**Bewegungswerkstatt  
West**



StadtSportbund  
Braunschweig e.V.  
im LandesSportBund Nds. e.V.

# Flyer für die Eltern

## zum Nemo - Kurs

In unseren Wassergewöhnungskursen vermitteln wir den Kindern das Wassergefühl, die Wassersicherheit und Brustschwimmbewegungen in Grobkoordination mit Hilfe von spielerischen und kreativen Bewegungsaufgaben.

*Unsere Ziele sind:*

Kennenlernen des „Übungstraumes Schwimmbad“

Überwindung von ev. Angst vor dem Wasser

Gewöhnung an den Wasserdruk. Die Kinder spüren den Wasserdruk vor allem im Bereich des Brustkorbes,

Gewöhnung an den Auftrieb. Die Kinder lernen sich vom Wasser tragen zu lassen.

Gewöhnung an den Wasserwiderstand. Die Kinder lernen den höheren Widerstand beim Fortbewegen im Wasser (z.B. Laufen) kennen.

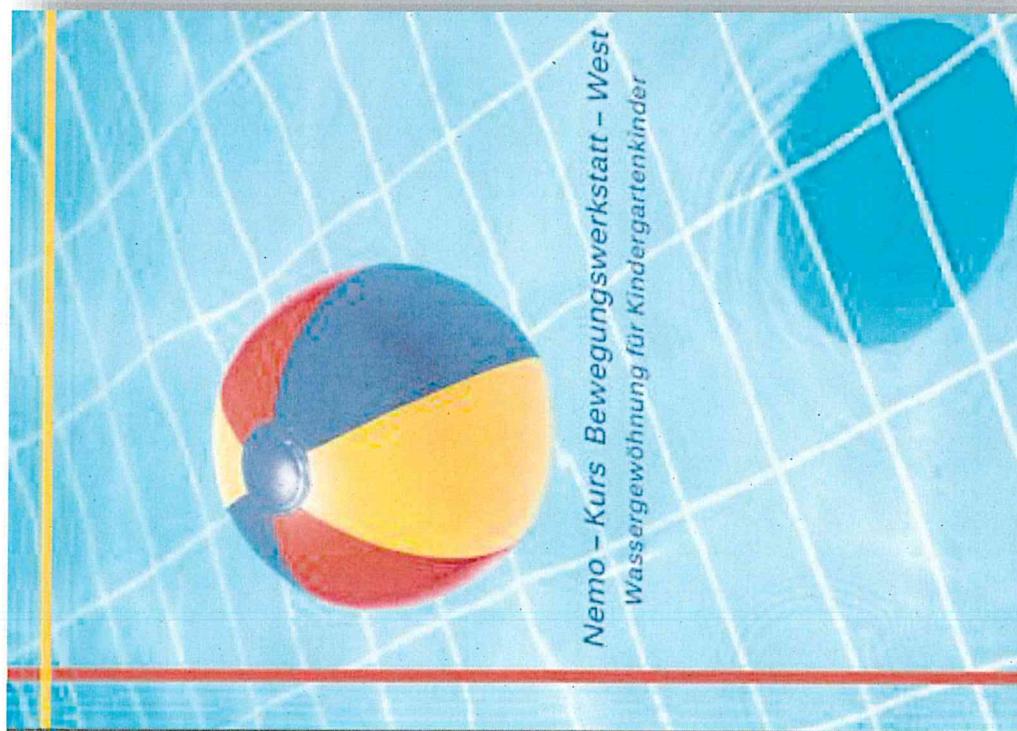
Gleichgewichtsschulung

Gewöhnung an das Wasser im Gesicht und Gesicht im Wasser. Die Kinder lernen das Gesicht ins Wasser zu nehmen und dabei Luft auszupusten,

Erste Schwimmbewegungen im Brustschwimmen kennen lernen.

„Schwimmbelohnung Nemo“  
(Wassergehörung bis wenige Meter schwimmen)

Tina Stöter, StadtSportbund Braunschweig e.V.  
Pferdemarktstraße 27a, 38122 Braunschweig  
Tel. 0531/236174-24, E-Mail: [tina.stoeter@stadtbra.de](mailto:tina.stoeter@stadtbra.de)



**Nemo - Kurs Bewegungswerkstatt – West**  
*Wassergewöhnung für Kindergartenkinder*



StadtSportbund  
Braunschweig e.V.

im LandesSportBund Nds. e.V.

## Urkunde Nemo - Kurs

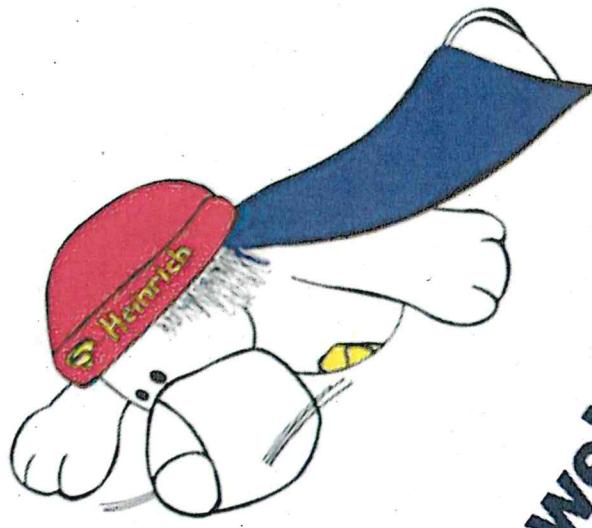
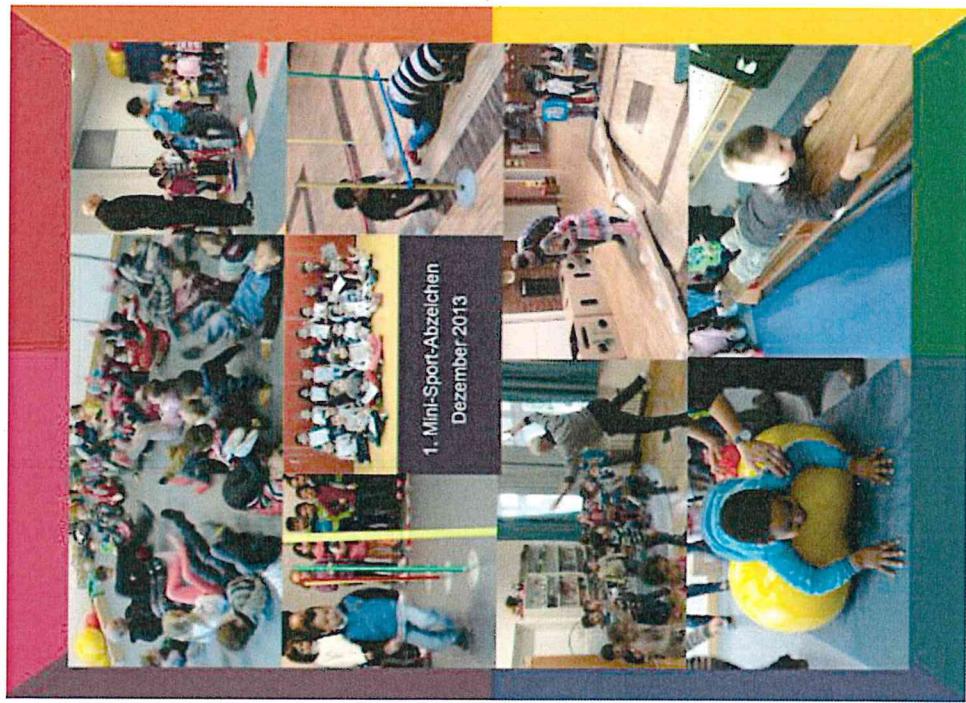
Mit Grundschuleintritt haben alle Kinder aus den besuchten Einrichtungen das Schwimmen erlernt – teilweise das Seepferdchen erworben



und natürlich Nemo...



# Braunschweiger MiniSportAbzeichen



**Braunschweiger**  
**MiniSportAbzeichen**

# Urkunde Mini-Sport-Abzeichen



und natürlich Heinrich...

## Ernährung

### Ernährung Zufuhr

### Bewegung Verbrauch

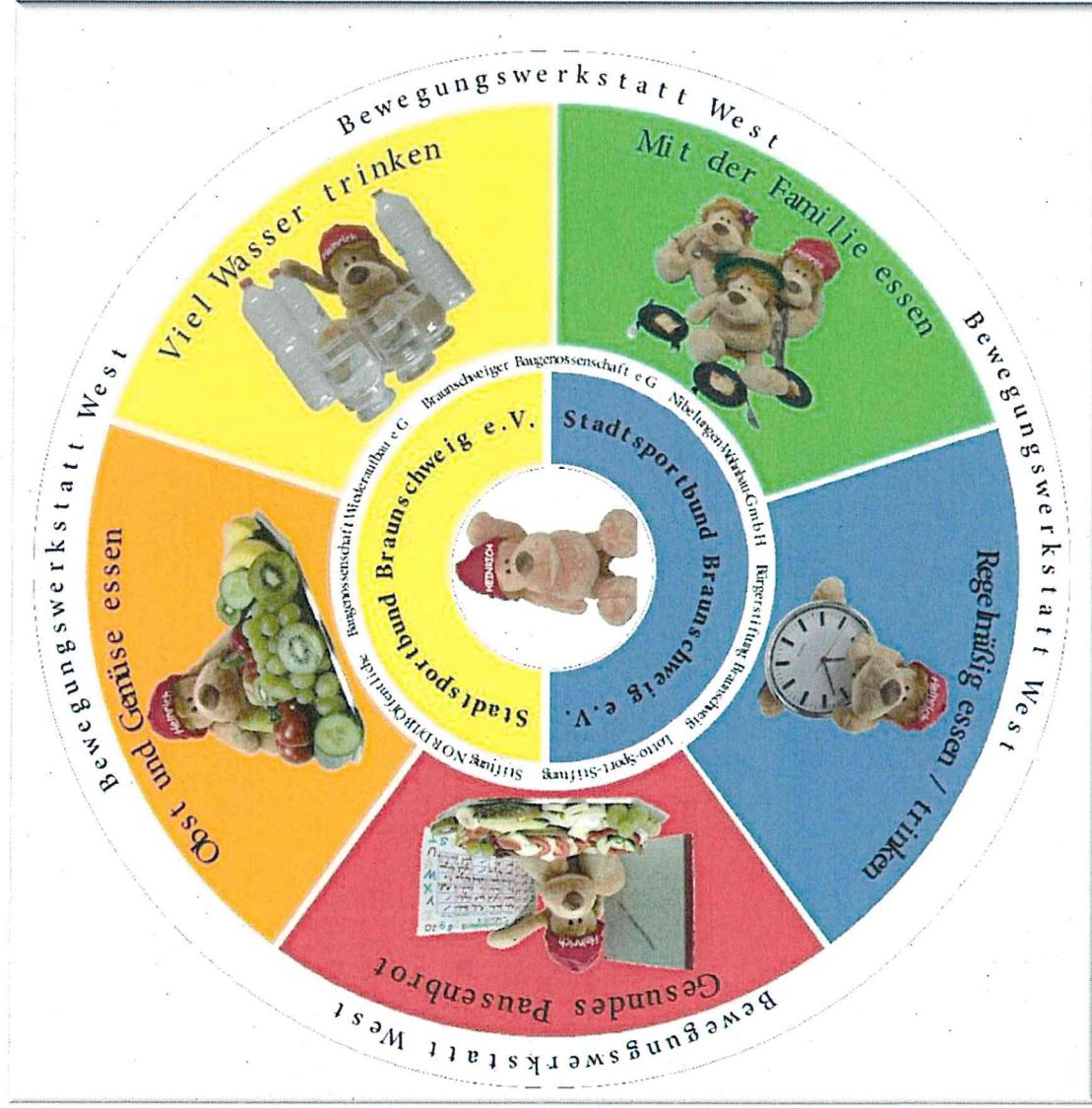


### Wachstum Genuss

### Grundlage von Entwicklung

- Ernährungsangebote für Kinder
- Ernährungsangebote / Kochkurse für Eltern in den Einrichtungen
- Bauernhofbesichtigungen

## Ernährungsscheibe



Aufkleber

Frisbee



**Anzahl der Kinder,  
die mit den  
Maßnahmen  
erreicht wurden**

**Im Zeitraum  
03/2013 – 10/2015**

## Was neu ist in der

## Bewegungswerkstatt



## Physiotherapie – warum?

- Das motorische Kompetenzniveau ist das kindliche Primärpotential zur aktiven Erschließung der personalen und materialen Umwelt
- Minderentwickelte motorische Kompetenzen und psychomotorische Auffälligkeiten können das soziale Wohlbefinden eines Kindes negativ beeinflussen und die Lern- und Leistungsfähigkeit beeinträchtigen
- Bewegungsmangel und motorische Defizite im Kindesalter sind Risikofaktoren bzw. Prädiktoren für Morbidität im Jugend- und Erwachsenenalter

(Dr. Claudia Augste, Institut f. Sportwissenschaft Universität Augsburg, 24.01.2013)

**Kinder mit deutlichen motorischen Defiziten können durch eine gezielte Bewegungsförderung mit einem Physiotherapeuten bis zum Eintritt in die Grundschulzeit diese Defizite abbauen.**



## Rechtzeitige Korrektur eines motorischen Defizites

Arbeit in Kleingruppen mit max. 4 Kindern

1 Physiotherapeuten & 1 Betreuer

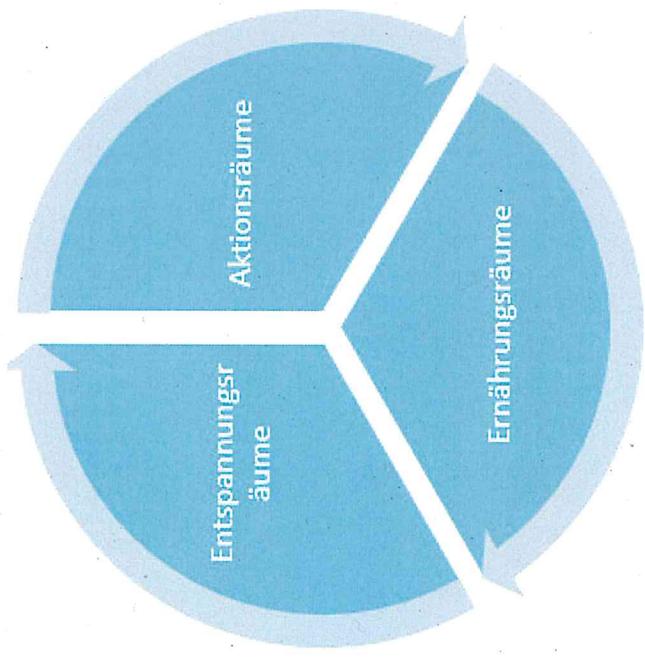
**Kita – Kinder „Rückenfit“**  
**Übungen aus der Physiotherapie kindgerecht und spielerisch aufbereitet**

## In Planung:

# Gesundheitstage

in den Einrichtungen

Gesunde Bewegung  
Ernährung  
Entspannung



Kinder  
Erzieher  
Eltern

Neuer Partner ab Januar 2016



# Gesundheitsurkunde

- Langzeitstudien machen deutlich, dass die Lebensqualität von Jugendlichen von ihren frühkindlichen Bewegungsgewohnheiten abhängig ist.
- Studien zum Bewegungsverhalten weltweit belegen jedoch, dass Kinder sich im Vergleich zu vor 20 Jahren objektiv und subjektiv gemessen immer weniger bewegen.
- Bewegungsverhalten von Kindern ist zusätzlich abhängig vom Vorbild ihrer Eltern... Dies bedingt, dass kindlicher Bewegungsmangel besonders in sozialen Randgruppen, wie Familien mit niedrigem sozialem Status oder Migrationshintergrund verbreitet ist.

Dr. Freia De Bock, Mannheimer Institut für Public Health, Kinder- und Jugendmedizin der Universität Mannheim

## **Bewegung ist die elementare Form des Denkens** **(Schäfer, 2003)**



Stadtsportbund  
Braunschweig e.V.

im LandesSportBund Nds. e.V.

## „Bewegungswerkstatt – West“

# Bewegungsintervention als Setting

### Zentrale Empfehlungen für die Praxis

- Das Bewegungsverhalten von Kindern ist durch reine Aufklärung zu Bewegungsmangel und Folgen nicht nachhaltig veränderbar.
- Bei jungen Kindern kann Bewegung vor allem durch freies Spiel und die Öffnung von Bewegungsräumen gefördert werden.
- Bei Jugendlichen kann Bewegung am besten durch Interventionen mit systemischem und partizipativem Ansatz sowie Einbezug von Eltern und Multiplikatoren in der Schule gefördert werden.
- Interventionen zur Bewegungsförderung in Settings sollten mindestens sechs Monate andauern und auf Gewohnheitsbildung setzen.
- Bewegungsinterventionen, die auf soziale Randgruppen zugeschnitten sind, könnten aus der Sicht der Public Health einen großen Beitrag zur Förderung der Gesundheit von Kindern leisten.

Dr. Freia De Bock, Mannheimer Institut für Public Health, Kinder- und Jugendmedizin der Universität Mannheim

Tina Stötter, Koordinatorin für Bewegungsangebote in Kindertagesstätte und Ganztagschule im Stadtsportbund Braunschweig e.V.

# „Bewegungswerkstatt – West“

## wöchentlicher Einsatzplan

Wochenplan 2015/16: Bewegungswerkstatt

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Kita Donaustraße 08:30 Uhr – 09:30 Uhr		Kita Mittenmank/ Kita Arche Noah 08:30-09:30 Uhr		
	Kita Alsterplatz 9:00-10:00 Uhr		Kita Ilmenaustraße 9:00-10:00 Uhr	Physiotherapie Recknitzstraße 9:00 - 10:00 Uhr
Krippe Ilmweg 09:45 – 10:45 Uhr	Kita Rothenburg 10:30- 11:30 Uhr	Till Eulenspiegel Emmsstr. (Kita geschlossen)	Kita Recknitzstraße 10:30 – 11:30 Uhr	Physiotherapie Alsterplatz 10:15 - 11:15 Uhr
Kita Ahrplatz 11:00- 12:00 Uhr				Physiotherapie Rothenburg 11:30 - 12:30 Uhr
				Nemo Schwimmkurs 11:15 - 12:15 Uhr 12:15 - 13:15 Uhr
			AWO Kita Muldeweg 13:30 – 14:30 Uhr	AWO Kita Muldeweg / Hort 14:00 – 15:00 Uhr