

Newsletter

Bewegungskindertagesstätte Rheinland-Pfalz e.V.



Inhalt Newsletter 04-2022:

- Aktuelles..... 1
- Zertifizierungen 2
- Fit und gesund durch den Winter 2
- Termine und Hinweise..... 3
- Impressum..... 5

Aktuelles

Liebe Leiterinnen und Leiter, liebe Teams der Bewegungskitas!

„Es ist besser, ein kleines Licht zu entzünden, als über die Dunkelheit zu klagen.“ (Konfuzius)

Das hinter uns liegende Jahr brachte einige Herausforderungen mit sich und für Viele sind die aktuellen Zeiten unsicher und belastend. Schnell lassen wir uns möglicherweise zu Klagen ein, was nicht gut läuft, welche vermeintlichen Fehler gemacht werden und wie dunkel es im übertragenen Sinne ist. Doch nur Klagen hilft nicht weiter. Die Handlungsspielräume scheinen eng, aber jede noch so kleine Tat kann hilfreich sein. Tröstende Worte für Menschen in Trauer oder Not. Eine wohlwollende Einladung zu wärmendem Punsch und Keksen. Eine kleine Spende an Familien, die mit Nichts zu uns kommen. Ein Lächeln für mein Gegenüber.

Ein kleines Licht allein kann zwar nicht alle Finsternis vertreiben, aber es bringt Helligkeit ins Dunkel. Und viele kleine Lichter bestärken unsere Hoffnung und lassen das Miteinander erstrahlen.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen eine strahlende Adventszeit, funkelnde Augenblicke an Weihnachten und strahlende Aussichten für das nächste Jahr!

Ihre

Jauha Heller



Newsletter

Bewegungskindertagesstätte Rheinland-Pfalz e.V.



Zertifizierungen

Kita Hinterbüsch in Meisburg ist 145. Bewegungskita

Heute sind alle Räume Bewegungsräume!

Was einmal im Monat in Form eines Projekttages gelebt wird, wurde auch anlässlich der Zertifizierung zur Bewegungskita Rheinland-Pfalz umgesetzt: in allen Räumen der Kita Hinterbüsch in Meisburg wurden besondere Bewegungsstationen aufgebaut und konnten von den Kindern ausprobiert werden.

Am 17.11.22 waren allerdings auch Ihre Eltern mit dabei und bewunderten die Ideen der Sprösslinge. Zuvor erhielt das Team rund um Leiterin Ulrike Schokolowski und Koordinatorin Andrea Wagner die Urkunde zum Qualitätssiegel von Janka Heller (Vorsitzende Bewegungskindertagesstätte Rheinland-Pfalz) und Tanja Plattes (Gesundheitsberaterin IKK Südwest) überreicht. Von einer dreistufigen Rakete der Kinder umrahmt, übermittelten Janka Heller und Tanja Plattes im Namen des Vereins und seinen Partnern dem Team Glückwünsche zum Erreichen der Zertifizierung. Auch die Familien wurden in ihrer Rolle als Bewegungsmultiplikatoren hervorgehoben.

Und so folgte im Programm das Selbstverständliche: Alle Kinder nutzen unermüdlich die Bewegungsanlässe in der Kita und zeigten, wie die Erwachsenen auch, große Freude und ein glückliches Lachen.

**Wir gratulieren dem Team und allen Beteiligten der Kita und wünschen,
immer in Bewegung zu bleiben!**

Fit und gesund durch den Winter



Der Winter bedeutet Veränderung. Die Temperaturen fallen, Bäume verlieren ihr Blätterkleid und die Tiere gehen in den Winterschlaf. Eine Sache bleibt aber gleich: das Bewegungsbedürfnis der Kinder. Und wie immer um diese Jahreszeit steht man vor der Frage: Wie soll man diesem Drang nur gerecht werden? Mit Schneeengel formen, Schlitten fahren und Schneemann bauen an verschneiten Wintertagen fällt das leicht.

Doch wie sieht es an den regnerischen, kalten Tagen des Winters aus? Die Aussicht bei diesem Wetter das Warme zu verlassen, sorgt dann selten für Begeisterung. Dennoch ist die Bewegung für Kinder draußen auch im Winter besonders wichtig. Für sie werden mindestens 60 Minuten Bewegung auf mittlerer bis hoher Intensität am Tag empfohlen. Und auch während schlechter Wetterphasen sollte man von diesem Richtwert nicht abweichen. „Regelmäßige Aktivitäten an der frischen Luft halten die Kinder nicht nur fit und ausgeglichen. Sie fördern die Kleinen auch in ihren motorischen und geistigen Fähigkeiten. Diese legen den Grundstein für das spätere Selbstvertrauen und die Selbstwahrnehmung im Erwachsenenalter“, weiß Axel Clever, Gesundheitsexperte und Leiter Gesundheitsmanufaktur Koblenz der IKK Südwest. Aber wie schafft man es, die Kinder bei Wind und Wetter zum Toben an der frischen Luft zu motivieren? Hier bieten sich beliebte

Newsletter

Bewegungskindertagesstätte Rheinland-Pfalz e.V.



Bewegungsspiele wie Hüpfkästchen oder Froschhüpfen an. Aber auch Wurf- und Fangspiele können die Freude an Bewegung fördern.

„Wenn die Kinder draußen spielen, sollte immer auf die richtige Kleidung geachtet werden. Um möglichst flexibel reagieren zu können, bietet sich dann das Zwiebellook-Prinzip an. So können sie weder auskühlen noch ins Schwitzen kommen“, erklärt Axel Clever und ergänzt: „Viele vergessen im Winter, wie wichtig das Trinken ist. Dabei trocknet die warme Heizungsluft die Schleimhäute schnell aus. Das wiederum erhöht auch das Risiko einer Erkältung. Vor allem wenn die Kinder vom Spielen ins Warme kommen, sollte man also unbedingt darauf achten, ihnen ausreichend Wasser anzubieten.“

Weitere nützliche Tipps und Anregungen zum Thema „Gesund Leben“ finden Sie auf unserer Internetseite: <https://lifeaktiv.ikk-suedwest.de/>.

Termine und Hinweise

Wie werde ich zertifizierte Bewegungskita Rheinland-Pfalz?

In dieser Online-Veranstaltung werden Interessierte über das Qualitätssiegel und das Netzwerk informiert. Wir stellen die Beratungsprozesse vor und zeigen Möglichkeiten, wie wir Sie durch unseren Verein begleiten können, um gemeinsam den Weg zur Zertifizierung zu meistern sowie über die Qualitätskriterien zu informieren.

Termin: Dienstag, 17.01.2023 von 10 bis 11:30 Uhr, Donnerstag, 20.04.2023 von 10 bis 11:30 Uhr
Donnerstag, 16.11.2023 von 10 bis 11:30 Uhr

Wie bleibe ich zertifizierte Bewegungskita Rheinland-Pfalz? – Verlängerungsprozesse gemeinsam gestalten

In dieser Online-Veranstaltung beantworten wir Ihre Fragen zur Verlängerung Ihres Qualitätssiegels „Bewegungskita Rheinland-Pfalz“. Es bestehen außerdem Möglichkeiten zum Austausch und der Erarbeitung von Lösungen, falls eventuell Schwierigkeiten bestehen, momentan die Kriterien zu erfüllen.

Für jede bereits zertifizierte Kita, bei der eine Verlängerung des Siegels in den nächsten Jahren ansteht, also in 2023, 2024 oder auch in 2025, kann diese Infoveranstaltung gerne genutzt werden, um rechtzeitig Fragen zur Weiterentwicklung und somit zur Qualitätssicherung zu klären.

Termin: Donnerstag, 19.01.2023 von 10 bis 11:30 Uhr, Donnerstag, 27.04.2023 von 10 bis 11:30 Uhr
Donnerstag, 23.11.2023 von 10 bis 11:30 Uhr

Anmeldung per Mail mit Name, Kitaeinrichtung (oder sonstigem Interesse zur Teilnahme) an die Geschäftsstelle unseres Vereins senden. E-Mail: info@bewegungskita-rlp.de

Weitere Informationen zu beiden Veranstaltungen unter:

<https://www.bewegungskita-rlp.de/aktuelles/veranstaltungstermine>.

Newsletter

Bewegungskindertagesstätte Rheinland-Pfalz e.V.



Fortbildungsmöglichkeiten unserer Mitgliedsverbände finden Sie wie immer auf unserer Homepage, insbesondere auch der Turnverbände Rheinland-Pfalz unter:

<https://www.bewegungskita-rlp.de/qualifizierungen/zusatzqualifikationen>

<https://www.bewegungskita-rlp.de/qualifizierungen/fortbildungen>

Unfallkasse Rheinland-Pfalz

Die Unfallkasse Rheinland-Pfalz informiert über Veranstaltungen für Kitas in ihrem Flyer: *Bewegung ist der Hit, komm mach mit – Bewegungsförderung in der Kita. Praxisveranstaltungen 2023 für Erzieherinnen und Erzieher.*

Der Flyer wurde mit diesem Newsletter verschickt.

Informationen zum Thema Bewegung

Wissenswertes zum Thema Bewegung, Lehrgangstermine und weiterführende Hinweise verteilt die Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltungs- und Bewegungsförderung e. V. (BAG) über ihren digitalen Newsletter. Zur Registrierung gelangen Sie [hier](#).

Neugründung: Institut für Qualitätsentwicklung und Gesundheitsförderung in Institutionen der frühen Bildung (QuIB e.V.)

Am 10.10.2022 fand die Auftaktveranstaltung des neu gegründeten Instituts für Qualitätsentwicklung und Gesundheitsförderung in Institutionen der frühen Bildung (QuIB e.V.) statt. In dem wissenschaftlichen Programm mit Vorträgen von Prof. Julika Loss (RKI) „Welche Rolle spielen Institutionen der frühen Bildung für die Bevölkerungsgesundheit?“ und Prof. Thomas Moser (Universität Stavanger, Norwegen) „Die skandinavische Perspektive auf Qualitäts- und Gesundheitsförderung in Kitas“ wurde besonders die herausragende Bedeutung von Bewegung für Bildung und Gesundheit im Setting Kindertagesstätte herausgestellt. Dem Setting Kindertagesstätte kommt bei der Gesundheitsförderung besondere Bedeutung zu, denn das Ausmaß körperlicher Bewegung im Vorschulalter beeinflusst wahrscheinlich die eigene Bewegungszeit im Erwachsenenalter. Kritisch gesehen werden Präventionsmaßnahmen, die von außen an die Kitas herangetragen werden, da diese meist nicht nachhaltig und oft zeitlich begrenzt sind. So soll Bewegung in allen regelmäßig wiederkehrenden Routinen und Bildungsangeboten verankert werden. Dabei steht die Kita als gesamte Organisation im Mittelpunkt (s. Loss, Folie 36, 37). Das bedeutet, ohne Organisationsentwicklung ist eine Qualitätsentwicklung nur sehr schwer möglich. Das Personal muss proaktiv und präsent sein, die Kinder unterstützen und herausfordern sich körperlich zu betätigen ... (Moser). Fachkräfte benötigen didaktisch-pädagogische Unterstützung, um Bewegung in der Kita zu verwurzeln.

Die Differenzen zur Bewegungsaktivität draußen und drinnen sind beträchtlich. Drinnen bewegen sich Kinder viel weniger. Nutzen Sie jede Möglichkeit mit den Kindern, draußen aktiv zu sein.

Viele Fakten und Daten zur Bewegung und Gesundheit von Kindern, die als Argumentationshilfen dienen können, sind in den Vorträgen von Loss und Moser zu finden. Links:

<https://www.quib.berlin/index.php/e-learning/auftaktveranstaltung>. <https://www.quib.berlin>.

Newsletter

Bewegungskindertagesstätte Rheinland-Pfalz e.V.



Impressum

Verantwortlich für den Inhalt:



Bewegungskindertagesstätte Rheinland-Pfalz e.V.

Geschäftsstelle

Rheinallee 1

55116 Mainz

Ansprechpartnerin: Nadin Exel

Telefon: 06131-2814-375

E-Mail: info@bewegungskita-rlp.de

www.bewegungskita-rlp.de

Mitglieder des Vereins Bewegungskindertagesstätte Rheinland-Pfalz e.V.:

- Deutsche Akademie - Aktionskreis Psychomotorik e.V.
- Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltungs- und Bewegungsförderung e.V.
- Sportjugend des Landessportbundes Rheinland-Pfalz
- Turnverbände Rheinland-Pfalz
- Unfallkasse Rheinland-Pfalz

Partner des Vereins:



Sparda-Bank

© Foto auf Seite 1: Julian Merger