

NETZWERK

Komm mit in das gesunde Boot

Zielsetzung

Ziel des Programms "Komm mit in das gesunde Boot" der Baden-Württemberg-Stiftung ist die Förderung von alltäglicher Bewegung, gesunder Ernährung, sinnvoller und aktiver Freizeitgestaltung. Damit soll die Entstehung von Risikofaktoren für die kindliche Gesundheit reduziert werden. Gleichzeitig sollen alle Kinder unabhängig von sozialer oder kultureller Herkunft gleich gestärkt werden. Erreicht werden soll dies durch die Integration dieser Inhalte in den Grundschulunterricht und den Kindergartenalltag. Lehrkräfte und Erzieherkräfte, die den Alltag des Kindes mitprägen, werden entsprechend geschult und erhalten unterstützende Materialien. Eltern werden ebenfalls mit eingebunden.

Umsetzung

Unter Berücksichtigung des Bildungsplans Baden-Württemberg für die Grundschule und des Orientierungsplans für den Kindergarten wurden gemeinsam mit einem pädagogischen Beirat die Programmmaterialien entwickelt. Diese umfassen Kopiervorlagen für den Unterricht bzw. für Bewegungs- und Ernährungseinheiten, eine Kartei mit kurzen Bewegungsspielen als Pause zwischendurch, Familienhausaufgaben sowie Vorlagen für Elternabende und Elternbriefe. Die Materialien gibt es für den Kindergartenbereich, die Grundschule Jahrgang 1 und 2 sowie Jahrgang 3 und 4. Die Inhalte sind spiral curricular aufgebaut.

Die Umsetzung des Programms findet durch die regulären Klassenlehrerinnen und Klassenlehrer bzw. die Erzieherinnen und Erzieher statt. In einer mehrteiligen Fortbildung werden diese über den Hintergrund und den Einsatz der Materialien informiert. Dabei liegt ein Schwerpunkt auf dem Erfahrungsaustausch der Teilnehmerinnen und Teilnehmer untereinander und der Anregung zu



KONTAKT

Projekt "Komm mit in das gesunde Boot"
Sektion Sport- und Rehabilitationsmedizin des
Universitätsklinikums
Ulm
Frauensteige 6, Haus
58/33
89075 Ulm

Ansprechpartnerin
Ileana Briegel
E-Mail:
ileana.briegel@uni-klinik-ulm.de

LINKS

Weitere Informationen und detaillierte Studienergebnisse regelmäßig aktualisiert auf www.gesundes-boot.de.

Veränderungen der Schul- bzw. Kindergartengestaltung. Zur Unterstützung der Praxisnähe und Nachhaltigkeit finden diese Fortbildungen auf Basis eines Multiplikatorensystems statt. Multiplikatorinnen und Multiplikatoren sind erfahrene Pädagoginnen und Pädagogen, die nach intensiver Schulung ihren Kolleginnen und Kollegen dieses regionale Fortbildungsangebot ermöglichen und sie bei der Umsetzung unterstützen. Damit beruht das Gesundheitsförderprogramm auf einem Bottom-up-Ansatz, der im Gegensatz zu einem reinen expertenorientierten Programm die Zielgruppe der Maßnahme in die Planung, Entwicklung und Umsetzung direkt miteinbezieht. Außerdem ermöglicht der Einsatz von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren auch die landesweite Verbreitung des Programms in Baden-Württemberg.

Auf Basis aktueller gesundheitspsychologischer Theorien und Forschungsergebnisse zum kindlichen Gesundheitsverhalten werden den Kindern spielerisch mithilfe der Piratenkinder "Finn" und "Fine" als Identifikationsfiguren die Vorteile von ausreichend Bewegung im Alltag, ausgewogener Ernährung mit viel Obst und Gemüse und wenig zuckerhaltigen Getränken und von einer möglichst geringen Nutzung von Bildschirmmedien nähergebracht. Den Kindern werden Handlungsalternativen vermittelt und ihr eigenes Selbstwirksamkeitsgefühl gestärkt.

Evaluation

Im Kindergartenbereich wurden seit Programmbeginn knapp 1200 Erzieher aus über 700 Einrichtungen in Baden-Württemberg fortgebildet. Damit konnten umgerechnet über 25.000 Kinder erreicht werden (Berechnungsgrundlage 36 Kinder pro Einrichtung).

Im Grundschulbereich erfolgte die Fortbildung von über 2800 Lehrkräften aus knapp 1000 Grund- und Sonderschulen. Es wurden umgerechnet 65.000 Schülerinnen und Schüler (Berechnungsgrundlage 24 Schülerinnen/ Schüler pro Lehrkraft) erreicht.

Schulen und Einrichtungen, die sich aktiv für die Gesundheitsförderung und das Programm einsetzen, können sich von der Baden-Württemberg-Stiftung zertifizieren lassen – aktuell sind dies 14 Kindertageseinrichtungen und 103 Schulen.

Downloads

Die beiden Flyer – für den Kindergarten und für die Schule – fassen alle Informationen zu "Komm mit in das gesunde Boot" zusammen. Hier können Sie beide als PDF-Dokument herunterladen:

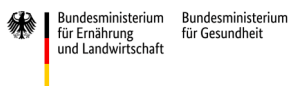
Infolyer für den Kindergarten

Infolyer für die Schule



Dieses Projekt trägt das Logo "Wir sind IN FORM". Wenn auch Sie ein Projekt kennen, dass sich für gesunde Ernährung und/ oder mehr Bewegung einsetzt, können Sie das Logo ebenfalls beantragen.

Alle nötigen Informationen finden Sie unter
IN FORM Partner werden.



Link zur Webseite:

<https://in-form.de/netzwerk/projekte/komm-mit-in-das-gesunde-boot/>