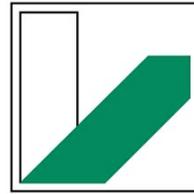


GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung



UNIVERSITÄT
BAYREUTH

Capital4Health

QueB

Qualität entwickeln mit und durch Bewegung



Der Coach für die (bewegte) Kita

Wiff- Bundeskongress 2023

Prof. Dr. Ulrike Ungerer-Röhrich

Susanne Beckers

QuiB – Institut für Qualitätsentwicklung und

Gesundheitsförderung in Institutionen der frühen Bildung e.V.

Capital4Health

QueB

Qualität entwickeln mit und durch Bewegung



BMBF Forschungsprojekt **Capital4Health** mit 5 Teilprojekten und über 10 beteiligten Universitäten und vielen Praxispartnern zur Erforschung von „**Handlungsmöglichkeiten für einen aktiven Lebensstil**“ (Projektphase 1: 2015-2018; Projektphase 2: 2018-2021, nochmals verlängert bis Ende 2022)

www.capital4health.fau.de

Förderkennzeichen 01EL1421D/E



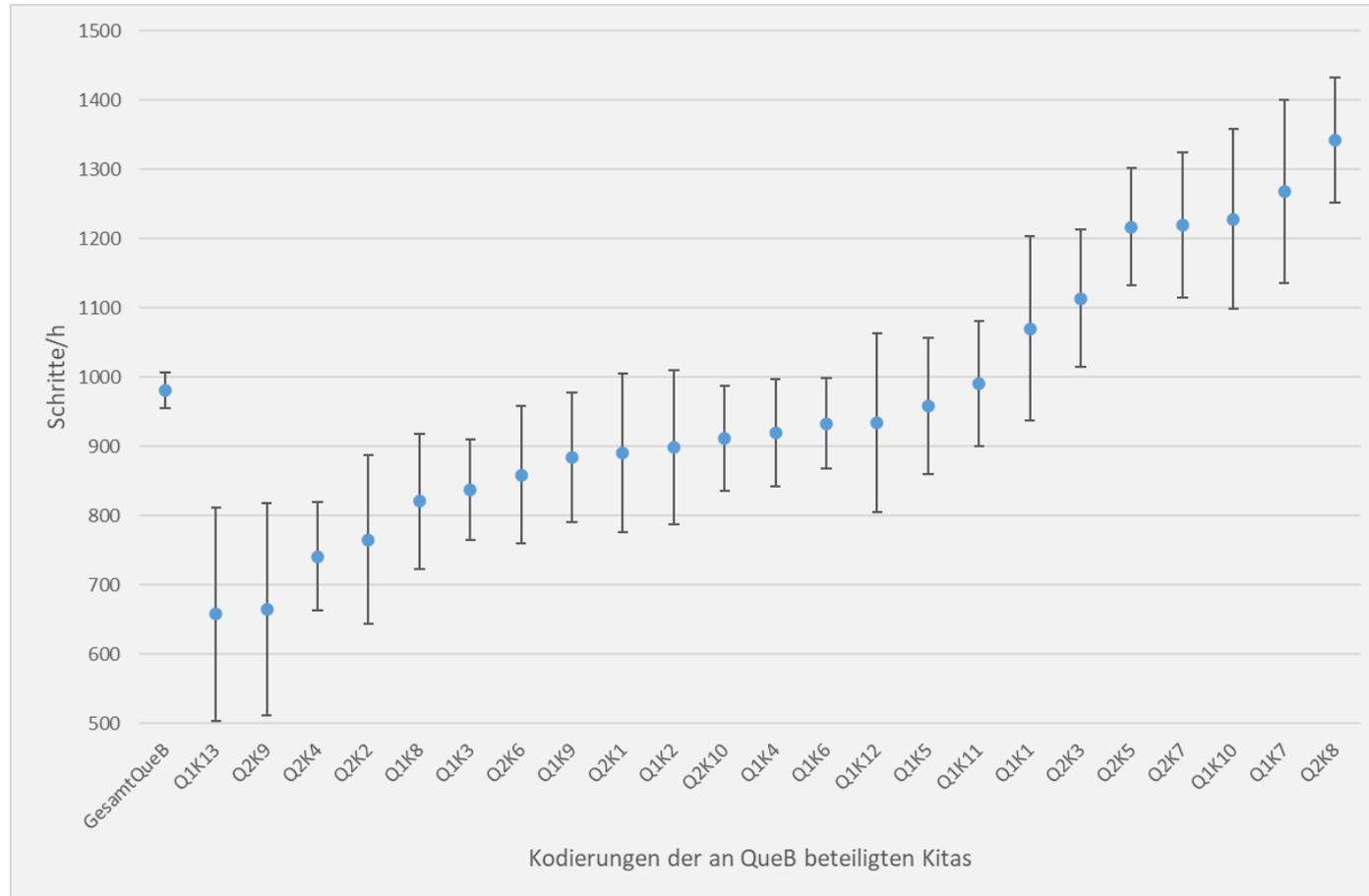
Der Weg durch den Vortrag

- Bewegungsfreundliche Kita
- Das QueB-Modell
- Notwendige Unterstützer:innen
(QueB-Coaches)
- Qualifizierung von QueB-
Coaches



Bewegungsfreundliche Kita - Wie viel Bewegung haben/brauchen Kinder?

(Basiserhebung; Mittelwert über 3 typische Tage; gemessen jeweils zwischen 8 und 12 Uhr)



Die nationalen Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung beantworten diese Frage.

- Für Kindergartenkinder Bewegungszeit von 180 Minuten/Tag oder mindestens 12.000 Schritte/Tag (Rütten, A., Pfeiffer, K. 2016).
- d.h. Kinder müssen ca. 1.000 Schritte pro Stunde zurücklegen. Richtzahl für eine untere Grenze einer bewegungsfreundlichen Kita (Eisenbarth u.a. 2020).

Was kann man tun, um die Situation zu verbessern

Bewegungsfreundliche Kita-
Wissenschaftliche Erkenntnisse zu
erfolgreichen Interventionen

Was steht für Erfolge

- Beteiligung/Partizipation
- Ist-Stand-Analyse
- Selbstevaluation
- Systemisches Denken
- Prozessdokumentation
- Kompetente Begleitung**

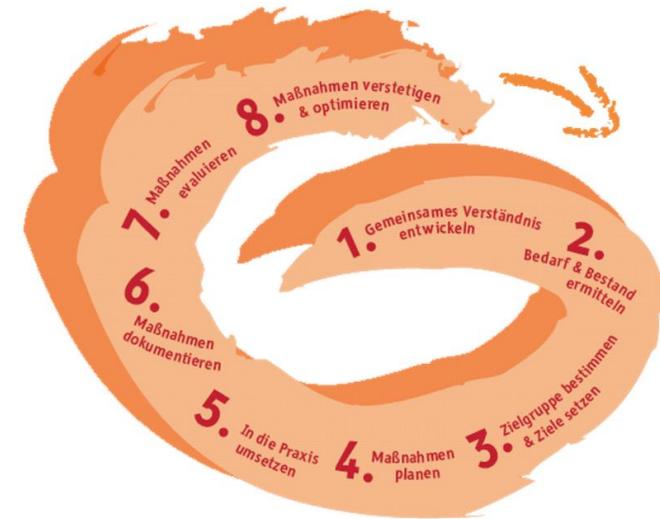
vgl. Rütten u.a. 2016, MRI 2013.



Das QueB-Modell

Qualitätsentwicklung mit QueB:
Entwicklung auf der Basis des PHAC (Public health action circle) und Analyse mit dem QueB-Kita-Check

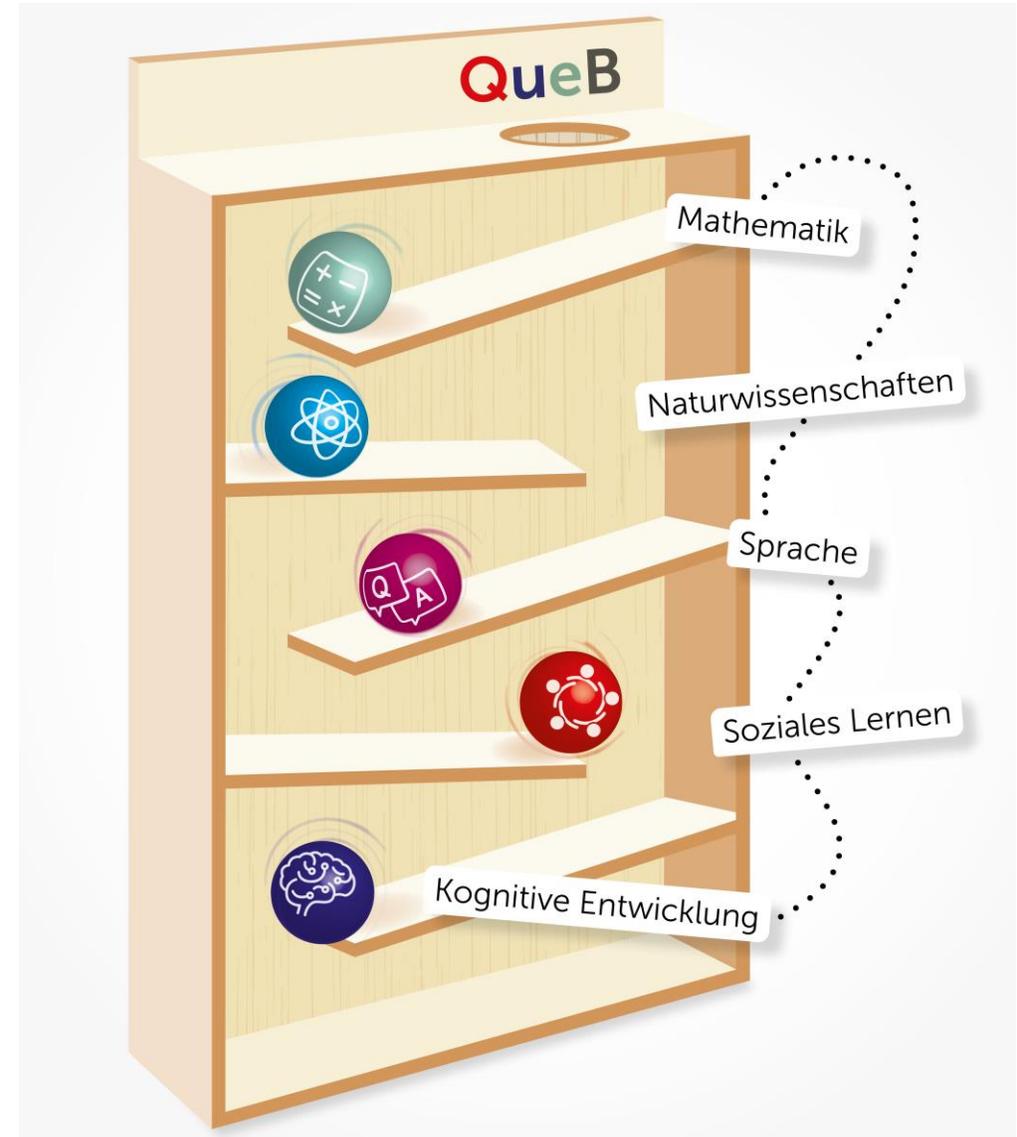
- Ein Entwicklungsmodell und
- Ein Qualitätsrahmen



Bewegungsfreundliche Kita

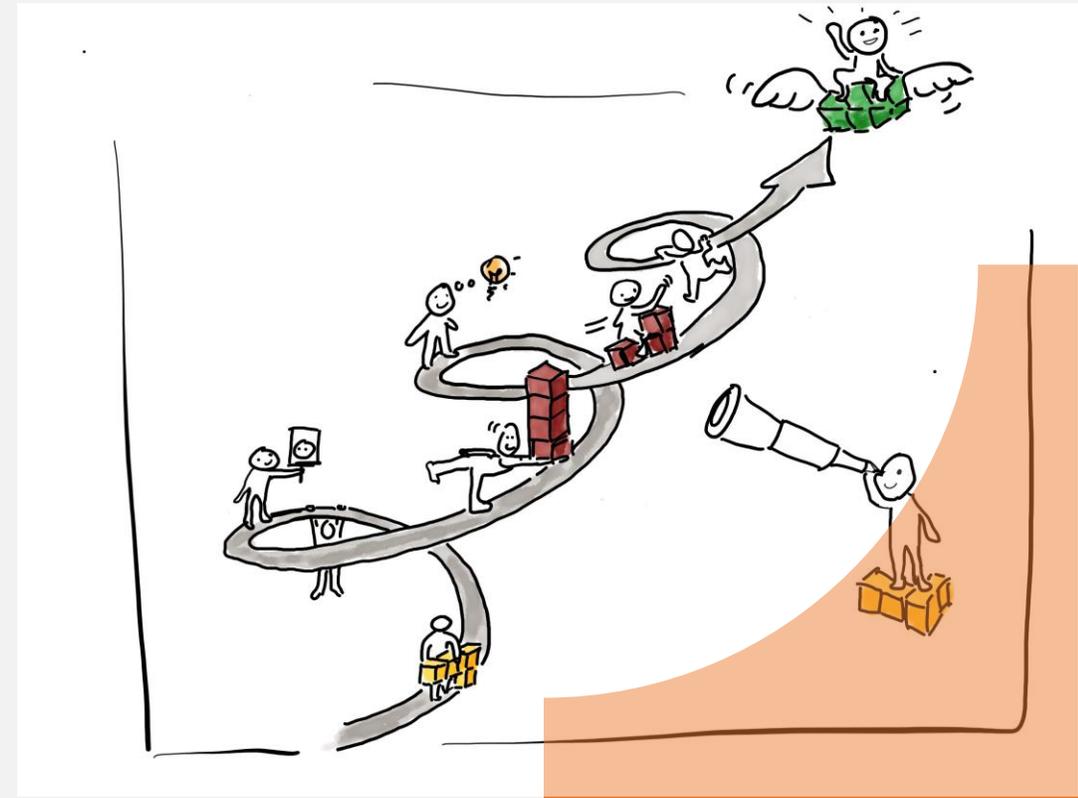
Das Arbeitsfeld von QueB:

- Bildung mit und durch Bewegung
- Bewegung als Querschnittsthema
- Organisationsentwicklung



Was kann man tun, um Kitas zu unterstützen?

- Stärkung der Veränderungsbereitschaft der Kita Teams
- Zieleffizienz
- Entwicklungsunterstützung durch QueB Coaches





Die QueB-Praxis

- ✓ setzt an den kitaspezifischen Themen und Bedürfnissen an, berücksichtigt individuelle Rahmenbedingungen
- ✓ eröffnet jeder Kita viele Gestaltungsmöglichkeiten
- ✓ Kitas setzen sich selbst die Ziele!
- ✓ erfordert die Arbeit an eigenen Haltungen, Praktiken, Kompetenzen, Wissen, Strukturen
- ✓ wichtige Voraussetzung: Das Team will etwas erreichen, will sich weiterentwickeln!

Wird von einem QueB-Coach moderiert/unterstützt



Start im PHAC

- Kita Check – Analyse der Kita-Auswertung (einem digitalen Fragebogen)
- Schrittzählermessungen
- Eigene Ziele finden

Kindergarten:

1. Eine pädagogische Fachkraft gibt ab April 2023 im Freispiel mindestens eine Stunde am Tag gezielte Bewegungsimpulse und begleitet die Kinder im aktiven Tun.
2. Jeden Tag findet ab Mai 2023 im Morgenkreis mindestens ein Bewegungselement statt (ausgenommen bereits bestehende Rituale).

Im Prozess

- Individuelles Coaching
- Workshops
- Fachtage

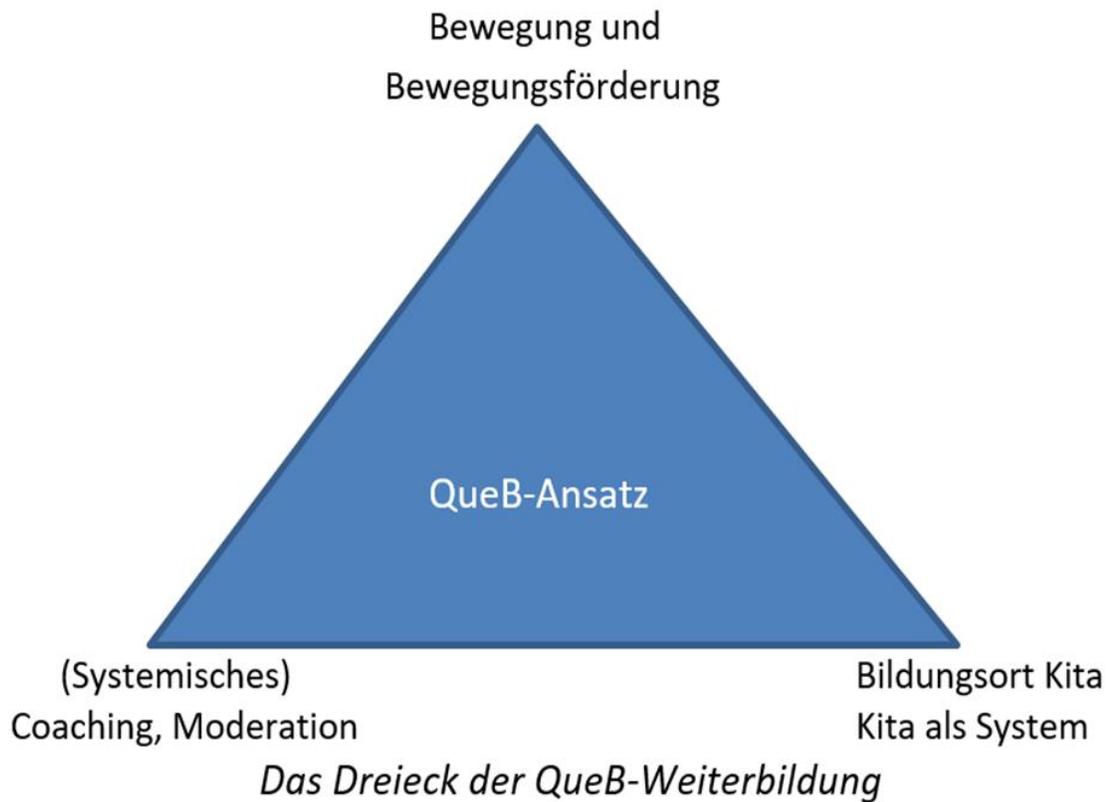
- Maßnahmen umsetzen
 - Beispiele:
 - Waldtage
 - Flur wird zum Bespielen freigegeben
 - Bewegungsbaustelle
 - Regeln werden verändert „Auf dem Flur wird nicht gerannt“



Abschluss

- Schrittzählermessung zur Veränderung
- Abschlussbericht
- Abschlusspräsentation und Einschätzung der Ergebnisse
- Fakultativ Kinderreporter:innen (kann auch früher stattfinden)





Was muss ein QueB-Coach
können?

Der QueB-Coach ist das Bindeglied
zwischen Kita (Praxis) und QueB
(Wissenschaft)

Vielen Dank!

Weitere Informationen:

- www.queb.eu
- www.queb-coach.de



Literatur

- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (2012): Leitfaden Qualitätskriterien für Planung, Umsetzung und Bewertung von gesundheitsfördernden Maßnahmen mit dem Fokus auf Bewegung, Ernährung und Umgang mit Stress. Köln
- Eisenbarth, I., Gediga, G., Popp, V. & Ungerer-Röhrich, U. (2020) Wie Bewegungsförderung in Kitas mit Organisationsentwicklung gelingen kann – der QueB-Ansatz. *Frühe Kindheit*, 3/20,
- MRI (2013) Evaluation des Modellvorhabens – „Besser essen. Mehr bewegen. Kinderleicht Regionen“. Abschlussbericht. Karlsruhe.
- Popp, V., Gediga, G., Ungerer-Röhrich, U. (2022) Qualität entwickeln mit und durch Bewegung in Kitas. Erste Ergebnisse des Verbundprojekts QueB. *Frühe Bildung*, 11, 37-45.
- Rütten, A., & Pfeifer, K. (Hrsg.) (2016). Nationale Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung. Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung, Erlangen
- V. Schlippe, A., & Schweitzer (2019) Systemische Interventionen. Göttingen, Vandenhoeck & Ruprecht