

KREISSPORTBUND GÜTERSLOH

Mitglied im Landessportbund Nordrhein-Westfalen

Hand in Hand für mehr Bewegung

Eine Initiative des Kreissportbundes Gütersloh gemeinsam mit den Kindertageseinrichtungen



LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Sparkasse
Top Partner

SPORTJUGEND
LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN





Inhalt

	Seite		
Vorwort	3	Sportvereine – Ihr Partner für „Mehr Bewegung“	15
NRW bewegt seine Kinder Bewegung, Spiel und Sport als Teil der Frühkindlichen Bildung	4 5	Der kinderfreundliche Sportverein	
Mehr Bewegung in die Kitas Eine Initiative des Kreissportbundes Gütersloh	6 7	Im Sport fürs Leben Lernen	16 17
Anerkannter Bewegungskindergarten Das Plus an Bewegung – ausgezeichnet durch den Landessportbund NRW Pluspunkt Ernährung	8 12	Bewegung... Weitere bewegungsfördernde Angebote	18
Gewichtige Argumente Experten kommen zu Wort	11	Kompetenzen bündeln Gemeinsam für gesunde Kinder	21
Ideen, Kooperationen Sportverein, Kindertagesstätte	12	„Ein Team in Bewegung“ Konzept für ein Schulungsformat in den Anerkannten Bewegungskindergärten im Kreis Gütersloh	22 23
		Aus- und Fortbildungen	24
		Wir machen noch mehr... Beispiele aus unseren Tätigkeiten	26
		Wir unterstützen Sie Beratung, Information...	27

Impressum

Herausgeber Kreissportbund Gütersloh e.V.
Am Reckenberg 6
33378 Rheda-Wiedenbrück
05241 - 85 14 41
ksb@gt-net.de
www.ksb-gt.de

Inhalte Kreissportbund Gütersloh e.V.
Landessportbund Nordrhein-Westfalen e.V.

Redaktion Anika Krumhöfner
Franziska Tegethoff

Fotos Bilddatenbank des Landessportbundes NRW e.V.
Andrea Bowinkelmann

Gütersloh, Januar 2019

Vorwort

Mit dem Projekt „Hand in Hand“ unterstützt der Kreissportbund Gütersloh Kindertageseinrichtungen dabei, Bewegung fest in den Kindergartenalltag zu verankern. Ziel ist es gemeinsam, verbesserte Rahmenbedingungen für eine bewegte Kindheit zu schaffen. Diese sind wichtig, um weit reichende Basiskompetenzen für das Gesundheits- und Bildungsfundament der Kinder aufzubauen. Die Kooperation mit Sportvereinen und Kindertageseinrichtungen ist ein zentrales Anliegen der Initiative.

Die Broschüre gibt einen Überblick über die vielfältigen Unterstützungsleistungen des Kreissportbundes Gütersloh (KSB). Sie dient als Wegweiser für all diejenigen, die sich für ein gesundes bewegtes Aufwachsen im Kindesalter stark machen (wollen).



„Wir bieten den Kitas individuelle Bausteine zur Bewegungsförderung an. Mir ist als Vorsitzender des Kreissportbundes wichtig, dass dieses auf Grundlage einer elementaren Bedarfsanalyse vor Ort geschieht und die Erzieher von Anfang an mitwirken. Wir erreichen so ein hohes Maß an Identifikation, von dem alle Beteiligten profitieren. Hierbei denke ich zunächst an die praktischen Angebote, mit denen die Kinder in ihrer sensibelsten Entwicklungsphase gefördert werden. Außerdem sichern die Qualifizierungsangebote für Erzieher und Eltern eine nachhaltige Umsetzung ab.“

Hans Feuß
Vorsitzender Kreissportbund Gütersloh



„Um den Kreis Gütersloh zu einer der familienfreundlichsten Regionen Deutschlands zu machen, bedarf es einer Verzahnung von entsprechenden Zielen der Kommunen, der Wirtschaft und gesellschaftlicher Gruppen.“

Als Landrat begrüße ich die Initiative des Kreissportbundes Gütersloh als weiteren wichtigen Baustein auf diesem Weg.“

Sven-Georg Adenauer
Landrat des Kreises Gütersloh



„Diese Broschüre hebt hervor, wie wichtig Bewegung schon im frühen Kindesalter ist, zeigt verschiedene Möglichkeiten der Bewegungsförderung im Kindergarten auf und weist auf entsprechende Qualifikationsmöglichkeiten hin. Ich hoffe, dass diese drei Aspekte noch viele weitere Kindergärten ermutigen, ein Bewegungsangebot bei sich zu etablieren, sowie potentielle Partner motivieren, sich der Initiative Hand in Hand für mehr Bewegung anzuschließen.“

Sandra Mersmann
Sportjugendvorsitzende Kreissportbund Gütersloh



NRW bewegt seine Kinder

Bewegung, Spiel und Sport als Teil der Frühkindlichen Bildung

Die Grundsätze zur Bildungsförderung für Kinder von 0-10 Jahren der Landesregierung „Mehr Chancen durch Bildung von Anfang an“ beschreibt direkt als ersten Bildungsbereich die „Bewegung“. Der Grundgedanke, dass sich Kindern die Welt in sehr jungem Alter weniger über das Denken, sondern vor allem über Bewegung erschließt, wird präzisiert: „Das Bedürfnis der Kinder nach Bewegung nicht in ausreichendem Maße zu berücksichtigen bzw. ihnen keinen Raum zu geben, bedeutet, kindliche Entwicklungs- und Bildungsprozesse zu verhindern“ (MFKJKS, 2011, S. 35).

Daher lauten die deutlichen Forderungen:

- die Umgebung bewegungsfreundlich zu gestalten
- unnötige Bewegungseinschränkungen zu beseitigen
- Bewegungszeiten zu erweitern
- geeignete Materialien zur Verfügung zu stellen
- das Personal entsprechend zu schulen

Eng mit dem ersten Bildungsbereich wird als zweiter der Bereich „Körper; Gesundheit und Ernährung“ verknüpft. Zu diesem Bereich gehören die Wahrnehmung und das Wissen um den eigenen Körper und seine Funktionen, Körperpflege in weitem Sinne, Erfahrung von Krankheit, Gesundheit und Ernährung (ebd.).

Die pädagogische Ausrichtung der Angebote der Sportvereine geht für diese Altersgruppen weit über die körperliche Ertüchtigung hinaus. Die Kinder- und Jugendarbeit im Sportverein orientiert sich an acht pädagogischen Handlungsfeldern, die durch Bewegung, Spiel und Sport bedient werden.

Pädagogische Handlungsfelder der Sportjugend NRW:

- Bewegungs-, Spiel- und Sportförderung
- Gesundheitsförderung
- Förderung der Mitgestaltung und Mitbestimmung
- Förderung des Selbstkonzepts/Kinder stark machen
- Interkulturelles Lernen fördern
- Gleichberechtigte Teilhabe von Jungen und Mädchen fördern
- Umweltorientierung fördern
- Kreativitätsförderung

Vergleicht man die Bildungsbereiche des Landes mit den Handlungsfeldern der Sportjugend sind inhaltliche Überschneidungen vor allem in den Bereichen von Bewegung und Wahrnehmung festzustellen. Darüber hinaus können auch die pädagogischen Handlungsfelder der Sportjugend (wie Förderung der Mitbestimmung/Mitgestaltung oder Interkulturelles Lernen fördern) einen Großteil der anderen Bildungsbereiche bedienen und unterstützen. Einige Handlungsfelder ergänzen inhaltlich gleich mehrere Bildungsbereiche, z.B. Kreativitätsförderung.

Die Sportjugend NRW und der Landessportbund NRW sowie die Fachverbände und Bünde mit ihren Jugendlichen haben das Programm „NRW bewegt seine KINDER!“ entwickelt, um Kindern und Jugendlichen mehr Bewegung, Spiel und Sport zu ermöglichen. Ein weiteres Ziel ist es, den Kinder- und Jugendsport in den Vereinen durch Kooperationen von Sportvereinen mit Schulen und Kindergärten im kommunalen Netzwerk zu sichern.







Mehr Bewegung in die Kitas

Eine Initiative des Kreissportbundes Gütersloh

Die Kita´s in Bewegung

Kindertageseinrichtungen bieten aufgrund ihres Organisationsgrades eine optimale Plattform, um alle Kinder in der sensibelsten Phase in ihrer Entwicklung zu erreichen.

Kinder leben ihren natürlichen Bewegungsdrang stets entsprechend ihrer Rahmenbedingungen aus. Dafür sollten sowohl in ihrer häuslichen als auch in der institutionalisierten Erziehung optimale Anregungen und Bedingungen zur Verfügung stehen.

Jede Kita ist anders

Kita´s unterscheiden sich hinsichtlich ihrer grundsätzlichen Voraussetzungen zur optimalen Bewegungsförderung häufig in Aspekten wie z. B.:

- Wertigkeit von Bewegungsförderung
- Räumlichkeiten / Ausstattung
- Finanzstruktur
- Ausbildung der MitarbeiterInnen
- Pädagogisches Bewegungskonzept
- Begleitete Bewegungsangebote
- Eltern- / (Mit-)arbeit

Auch die Kita-MitarbeiterInnen selber können von einem gesunden und bewegten Arbeitsplatz nur profitieren.

Unser Ziel ist es, Sie und Ihre Arbeit zu unterstützen und verbesserte Rahmenbedingungen für eine bewegte Kindheit zu schaffen. Damit können wichtige Basiskompetenzen für das Gesundheits- und Bildungsfundament der Kinder aufgebaut werden.

„Hand in Hand für verbesserte Lebensbedingungen von Kindern, denn die Zukunft unserer Gesellschaft geht täglich durch die Türen unserer Kindergärten.“

Bewegung als Fundament

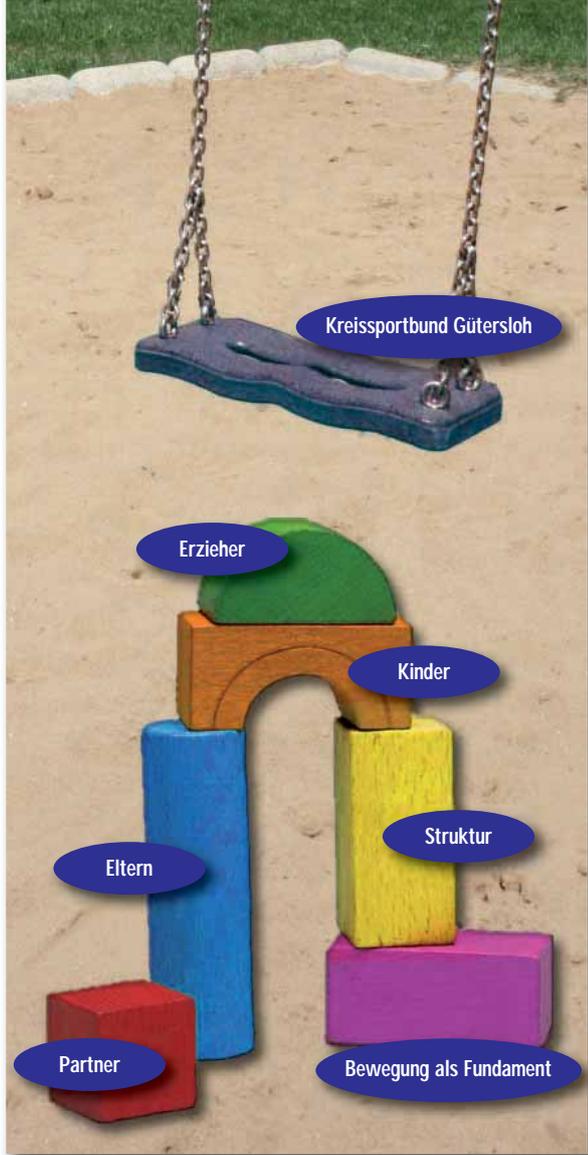
Bewegung ist für die Entwicklung eines Menschen unverzichtbar. Kinder brauchen Bewegung, damit sie sich gesund und leistungsfähig entwickeln. Über Bewegung begreifen, erobern und erweitern Kinder ihre Welt. Sie entwickeln ihre eigene Persönlichkeit und lernen die des anderen zu achten.

Bewegung macht schlau

Der natürlichen Bewegungsdrang von Kindern wird leider häufig durch die gesellschaftlichen Bedingungen, in denen ein Kind aufwächst, gestoppt. Insbesondere bei Kindern aus sozial schwächeren Schichten sind statistisch betrachtet häufig Auffälligkeiten in den Bereichen Gesundheit, Motorik und Bildung fest zu stellen.

Bewegung hat direkte Auswirkungen auf:

- Sprachentwicklung
- Motorische Entwicklung
- Kognitive Entwicklung
- Soziale Kompetenzen
- Selbstkonzept
- Körperliche Leistungsfähigkeit
- Werteorientierung
- Aufbau von Gesundheitsressourcen
- Entwicklung der Selbstständigkeit
- Materialerfahrung



»Es sind die Unterschiede,
die Vielfalt bedeuten.
Erst wenn Ihr die
Unterschiede fördert,
fördert Ihr auch das Leben.«

Leopold v. Ranke

Unser Bausteinprinzip

Wir bieten Ihnen ein Bewegungskonzept nach Maß:

Kreissportbund Gütersloh



- In einem ersten Gespräch vor Ort werden vorhandene Strukturen, die Bedürfnisse und Wünsche der Einrichtung hinsichtlich Bewegungsförderung erfasst.
- Die Umsetzung der Maßnahmen wird fortlaufend begleitet, um das Bewegungskonzept auch nachhaltig zu sichern.

Erzieher



- Fachvorträge
- Qualifizierungen im Bewegungsbereich
- Durchführungen von Klausurtagungen
- Finanzierungsberatung
- Teamfortbildungen
- Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz

Kinder



- Eltern-Kind-Angebote
- Bewegungsförderangebote
- Spielfeste
- Mitarbeit bei Projekttagen und -wochen
- Durchführung verschiedener Tests

Eltern



- Bewegungsangebote
- Infoveranstaltungen
- Fachvorträge
- Info und Beratung im Bereich Sport

Partner



- Kooperation mit organisierten Vereinen
- Zusammenarbeit mit Krankenkassen, Ärzten,
- Gesundheitsamt
- Verknüpfungen zu anderen Netzwerken

Struktur



- Ausstattung der Räumlichkeiten
- Tipps zur Gestaltung
- Nutzung der Spielothek des Kreissportbundes



Kita als Motor für Bewegung

Anerkannter Bewegungskindergarten

Das Plus an Bewegung – ausgezeichnet durch den Landessportbund NRW

Mit dem Handlungskonzept „Anerkannter Bewegungskindergarten des Landessportbundes NRW“ unterstützen wir landesweit das „Recht auf Bewegung“ von Kindern. Wir setzen hierfür bei den Lebenswelten der Kinder an.

Eigenständig, eigensinnig, engagiert! Alle Kinder (und Jugendliche) sollen die Chance haben, durch Bewegung, Spiel und Sport Können und Kompetenzen zu erwerben.

Seit 1996 realisiert die Sportjugend NRW erfolgreich in bisher 864 Kindertageseinrichtungen ein „Mehr an Bewegung“ (Stand 09/2018). Das unterstützen 745 Sportvereine im Rahmen ihrer qualitativen Kinder- und Jugendarbeit und werden für ihre Kooperationsbereitschaft besonders ausgezeichnet. Davon sind rund 100 Sportvereine sogar Partner von mehr als einem Bewegungskindergarten.

Bewegungsförderung als Schwerpunkt

Deutlichstes Unterscheidungsmerkmal zu anderen Kindertageseinrichtungen ist, dass Sie in den Mittelpunkt Ihrer pädagogischen Arbeit die Bewegungsförderung stellen. Sie zieht sich wie ein roter Faden durch alle Bereiche des Kindergartenalltags und kommt so nicht nur den kindlichen Bedürfnissen nach Bewegung und Spiel entgegen, sondern öffnet ihnen auch das Tor zum Lernen.

Wir wissen, dass ohne die innere Überzeugung jeder und jedes Einzelnen die Umsetzung unseres Leitgedankens nicht nachhaltig gelingen wird. Die Auseinandersetzung mit dem eigenen Bewegungs-, Sport- und Gesundheitsverständnis, mit dem eigenen Lernen, bildet hierfür eine unverzichtbare Voraussetzung. Das braucht Zeit für Reflexion, auch im Team und mit weiteren Beteiligten. Weiterbildung mit dem ganzen Team ist hierfür eine gute Gelegenheit.





In einer Kindertagesstätte mit dem Zertifikat „Anerkannten Bewegungskindergarten mit dem Pluspunkt Ernährung - ein Angebot der Landesregierung, des Landessportbundes und der Gesetzlichen Krankenkassen in NRW“

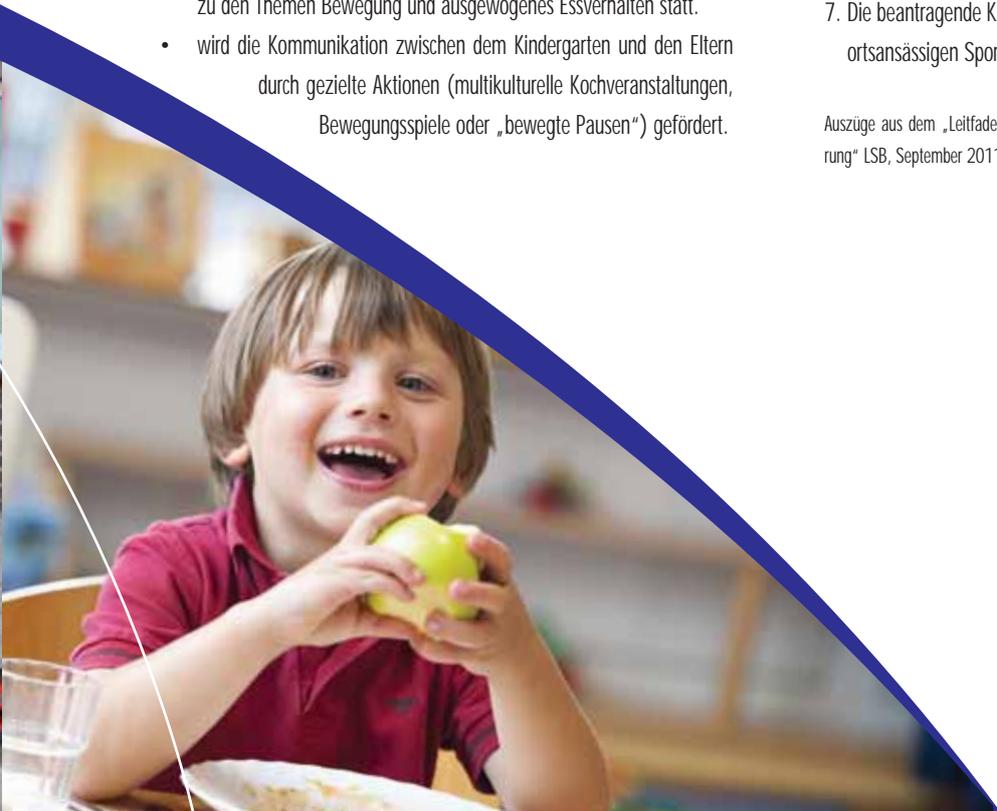
- beschließen alle Beteiligten – Leitung, Erzieherinnen und Erzieher, Kinder und Eltern –, die Grundsätze einer vielseitigen Bewegungsförderung und einer gesunden Ernährung gemeinsam im Alltag umzusetzen.
- gibt es feste „Bewegungsregeln“. So werden bestimmte Bewegungsbereiche (zum Beispiel zum Gleiten und Fahren) nur zu bestimmten Zeiten genutzt oder die Anzahl der Stühle und Tische in der Einrichtung reduziert. Bei Neuanschaffungen von Geräten oder Spielen wird darauf geachtet, dass diese bewegungsfördernd sind.
- gibt es feste „Ernährungsregeln“, zum Beispiel, ob und wann Süßigkeiten oder gezuckerte Getränke angeboten werden.
- stehen den Kindern jederzeit energiefreie Getränke wie Fruchtttees oder Mineralwasser zur Selbstbedienung zur Verfügung.
- gibt es mindestens einmal pro Woche ein ausgewogenes Frühstück, das die Kinder aktiv mitgestalten.
- werden die Themen Bewegung und Ernährung spielerisch und altersgemäß in den Alltag eingebaut. Dazu werden die Erzieher/innen besonders qualifiziert.
- wird Spaß und Freude an Bewegung durch tägliche freie und angeleitete Bewegungszeiten ohne Leistungsdruck gefördert.
- werden im Laufe eines Jahres mindestens zwei Angebote zur Förderung der sinnlichen Wahrnehmung durchgeführt. Zum Beispiel durch Einrichtung eines Geschmacks- oder Bewegungs-Parcours.
- finden im Laufe eines Jahres mindestens zwei Elternveranstaltungen zu den Themen Bewegung und ausgewogenes Essverhalten statt.
- wird die Kommunikation zwischen dem Kindergarten und den Eltern durch gezielte Aktionen (multikulturelle Kochveranstaltungen, Bewegungsspiele oder „bewegte Pausen“) gefördert.

- ergänzen besondere Ereignisse wie Ausflüge und Spielfeste das Angebot für Kinder und Eltern in den Bereichen Bewegung und Ernährung.
- Einrichtung und Eltern erhalten spezielle Informationsmaterialien zur gesunden Ernährung und zu den Bewegungsangeboten der Sportvereine.
- werden alle Beteiligten durch Bewegungs- und Ernährungsfachkräfte beraten.

Voraussetzung für die Vergabe des Zertifikats ist die vollständige Erfüllung folgender Kriterien:

1. Festschreibung der Prinzipien „Bewegungserziehung“ und „Ernährungserziehung“ in das pädagogische Konzept der Kindertageseinrichtung.
2. Die Leitung der Kindertageseinrichtung und je eine pädagogische Fachkraft aus jeder Gruppe müssen bei Antragstellung einen gültigen Nachweis für die Ausbildung „Bewegungserziehung im Kleinkind- und Vorschulalter“ des Landessportbundes NRW und die Fortbildung „Essen und Trinken in Kindertagesstätten“ in Anlehnung an das Programm der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. vorlegen.
3. Es müssen ein geeigneter Bewegungs- bzw. Mehrzweckraum zur Durchführung von Bewegung, Spiel und Sport sowie ein entsprechend gestaltetes Außengelände im nahen Umfeld zur Nutzung zur Verfügung stehen.
4. Für die Zubereitung von ausgewogenen (Zwischen-)Mahlzeiten und der Beschäftigung mit dem Thema Ernährung müssen geeignete Räumlichkeiten und Materialien zur Verfügung stehen.
5. Eine kindgerechte Ausstattung mit Geräten und Materialien für den Bewegungs- und Ernährungsbereich muss vorhanden sein.
6. Die Elternveranstaltungen müssen zweimal im Jahr die Themen Bewegung und Ernährung aufgreifen.
7. Die beantragende Kindertageseinrichtung muss eine Kooperation mit dem ortsansässigen Sportverein eingehen

Auszüge aus dem „Leitfaden Anerkannter Bewegungskindergarten mit dem Pluspunkt Ernährung“ LSB, September 2011)



Das zeichnet den Anerkanten Bewegungskindergarten aus

Körperbildung, Bewegung und Spielen sind lebensbedeutsam für die ganzheitliche Persönlichkeitsentwicklung unserer Kinder. Das hat der Landessportbund NRW mit seiner Sportjugend erkannt.

Seit 1996 realisiert die Sportjugend NRW in bisher 697 Kindertageseinrichtungen (Stand 12/2014) ein „Mehr an Bewegung“. Das unterstützen 600 Sportvereine im Rahmen ihrer qualitativen Kinder- und Jugendarbeit und werden für ihre Kooperationsbereitschaft besonders ausgezeichnet. Davon sind rund 100 Sportvereine sogar Partner von mehr als einem Anerkanten Bewegungskindergarten.

Nur eine Gesellschaft, die Kindern ermöglicht, beweglich und bewegt zu sein, bewegt zu handeln und bewegt auf andere zugehen zu können, ist zukunftsfähig. Anerkannte Bewegungskindergärten sind dafür ein wichtiger Baustein.

Dr. Klaus Balster
Initiator „Kinderwelt ist Bewegungswelt“ der SJ NRW und Deutschen Sportjugend

Das Gütesiegel „Anerkannter Bewegungskindergarten des Landessportbundes NRW“ des organisierten Sports wird an Kindertageseinrichtungen verliehen. Sie beteiligen sich damit am Programm „NRW bewegt seine KINDER!“. Das Landesministerium für Familien, Kinder, Jugend, Kultur und Sport Nordrhein-Westfalens (MFKJKS) unterstützt dieses Handlungsprogramm im Rahmen der Breitensportförderung.

Ein „Anerkannter Bewegungskindergarten des Landessportbundes NRW“ erfüllt Qualitätskriterien, die im Kapitel 4 und 6 detailliert beschrieben werden. Das sind unsere wichtigsten Eckpunkte:

Der Schwerpunkt „Bewegungsförderung“ wird im pädagogischen Konzept Ihrer Kindertageseinrichtung durch den Träger, das pädagogische Personal und den Elternrat verankert.



Jede pädagogische Kraft mit mehr als 25 Stunden Arbeitszeit pro Woche muss eine Qualifizierung zur Bewegungsförderung von Kindern bei Antragsstellung nachweisen.



Jedes Kind hat täglich ausreichend Gelegenheit sich zu bewegen, drinnen und draußen, dabei gibt es sowohl freie als auch angeleitete Bewegungsangebote.



Ihre Einrichtung weist einen geeigneten Bewegungs- bzw. Mehrzweckraum sowie eine bewegungsfreundliche Material- und Geräteausrüstung nach.



Profil und gute Ergebnisse der Zusammenarbeit werden dargestellt.



Kita und Träger gehen gemeinsam eine Kooperation mit einem (möglichst) ortsansässigen Sportverein ein.



Die Qualitätssicherung dient der Einhaltung der Qualitätsstandards.

Sie ist ein fortlaufender Prozess, der nach der Zertifizierung beginnt! Eigenverantwortlich

ist dafür Sorge zu tragen, dass die Qualität Ihrer pädagogischen Arbeit aufrechterhalten oder sogar verbessert wird.



Ihre Kindertageseinrichtung verpflichtet sich mindestens eine „bewegte“ Elternveranstaltung pro Jahr durchzuführen.



Deutlichstes Unterscheidungsmerkmal zu anderen Kindertageseinrichtungen ist, dass Sie in den Mittelpunkt Ihrer pädagogischen Arbeit die **Bewegungsförderung** stellen. Sie zieht sich wie ein roter Faden durch alle Bereiche des Kindergartenalltags und kommt so nicht nur den kindlichen Bedürfnissen nach Bewegung und Spiel entgegen, sondern öffnet ihnen auch das Tor zum Lernen.



Aktuell unterstützt der Kreissportbund Gütersloh ca. 20 Einrichtungen, davon sind 15 als anerkannte Bewegungskindergärten des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen e.V. zertifiziert (Stand 2018).

„Wir freuen uns, mittlerweile als kompetenter Ansprechpartner in Sachen Bewegung anerkannt zu sein. Zukünftig geht zu diesem Thema kein Weg am Kreissportbund vorbei“, sind sich Anika Krumhöfner und Franziska Tegethoff einig.

»Ich habe gar keine besondere Begabung. Eigentlich bin ich nur leidenschaftlich neugierig.«

Albert Einstein



Der Kreissportbund Gütersloh e.V. hat es sich zur Aufgabe gesetzt, die Anerkannten Bewegungskindergärten im Kreis Gütersloh bei der Qualitätssicherung eng zu begleiten und zu unterstützen. So werden die vier in der Abbildung gezeigten Hauptkriterien zum Beispiel durch Jahresgespräche gemeinsam mit dem kooperierenden Sportverein und der Kita geführt, um einen Rückblick und Ausblick auf die Zusammenarbeit zu machen. Durch spezielle Inhousefortbildungen (siehe „Ein Team in Bewegung“ auf S. 22 | 23) wird direkt an den Bedarfen der Kita und des Sportvereins angesetzt. Auch die Entwicklung von 10-stündigen Bewegungskonzepten zu Themen wie Ausdauer, Sprache, etc. wurden mit den Einrichtungen erprobt und weiterentwickelt und sind als Unterstützungsinstrument Teil der Qualitätssicherung für Kita und Sportverein.

Gewichtige Argumente

Experten kommen zu Wort

Warum ist Bewegung so wichtig?

Wer sich bewegt,
stärkt sein Herz-Kreislauf-Atmungs-System,
entwickelt seine Muskulatur,
fördert sein Wachstum, stärkt die Durchblutung,
fördert seine Körperhaltung,
verbessert sein Immunsystem,
unterstützt seine Organentwicklung.

Wer sich bewegt,
baut sein Vorstellungsvermögen aus,
entwickelt sein Bewegungsgedächtnis,
intensiviert seine Informationsverarbeitung,
unterstützt seine Entscheidungsfähigkeit
verbessert seine Konzentrationsfähigkeit,
verbessert sein Sprechen und Schreiben,
fördert sein abstraktes Denken.

Wer sich bewegt,
steigert sein Selbstvertrauen,
fördert sein Selbstbewusstsein,
erzielt Erfolgserlebnisse,
erweitert seine Bewegungsfreude,
stabilisiert seine Stimmungen,
fördert seine Erlebnis- und Ausdrucksfähigkeit.

Wer sich bewegt,
intensiviert seine Kontakte,
fördert seine Kooperationsfähigkeit,
verstärkt seine Hilfsbereitschaft,
steigert seine Rücksichtnahme,
sichert sein Regelverständnis,
verbessert seine soziale Sensibilität.

Darum ist Bewegung so wichtig!

Auszug aus: Was Kinder bewegt, muss auch Erwachsene bewegen oder
„Manchmal möchte ich lieber ein Auto sein!“

Klaus Balster (2000), Sportjugend im LandesSportBund NRW

Statements... „Bewegung ist wichtig, weil...“

„Bewegungserziehung ist für die Entwicklung von Kindern so wichtig, weil Kinder sich über Bewegung die Welt aneignen und darüber ihr Selbstbewusstsein entwickeln. Bewege ich mich, bewege ich die Welt!“

Michael Trödel (Kreisljugendpfleger)

„Bewegen sich Kinder, sind sie viel ausgeglichener und konzentrierter. Außerdem können Kinder über Bewegung soziale Kompetenzen aufbauen!“

Sabrina Balsliemke (Mutter und Erzieherin)

„Bewegung ist wichtig, weil Kinder darüber Ängste verlieren und sich mehr zutrauen. Sie lernen auch, sich besser selbst einzuschätzen.“

Liane Steinbeck (Mutter zweier Kinder im Bewegungskindergarten)

„Die größte gesundheitliche Herausforderung der Gegenwart ist der Bewegungsmangel. Dadurch werden Kindern wichtige körperliche, physische, motorische, psychische und soziale Entwicklungsnotwendigkeiten genommen. Kinder wollen aber beweglich und bewegt sein, bewegt handeln und bewegt auf andere zugehen!“

Dr. Klaus Balster (Psychologe und Pädagoge)

„Der Mensch ist ein bewegungsfreudiges Wesen und will seine Energie ausdrücken. Bei Kindern ist der natürliche Bewegungsdrang noch vorhanden, der später zunehmend verkopft!“

Sabine Baum (Koordinationsstelle Bewegung und Ernährung im offenen Ganztags; Abteilung Gesundheit Kreis Gütersloh)

„Sport ermöglicht gemeinsames Erleben. Sport bildet Persönlichkeit(en)!
Kein Sport ist Mord...“

Silke Lamers (stellv. Vorsitzende der Sportjugend im Kreissportbund Gütersloh)

„Eine kindgerechte Bewegungswelt zu schaffen, ist die beste Investition nicht nur für die Zukunft unserer Kinder, sondern für alle Menschen!“

Dr. Klaus Balster (Psychologe und Pädagoge)

Ideen Kooperationen

Sportverein - Kindertagesstätte

- **vergünstigte Mitgliedschaft im Sportverein**
- **Erfahrungsaustausch zwischen Übungsleitern – Erziehern**
Regelmäßiges Treffen (1x im Jahr) zur Qualitätssicherung, Planung Ideenaustausch etc.
- **gegenseitige Nutzung des „Schwarzen Brettes“ in Sportverein und Kita**
- **Austausch der Übungsleiter - Erzieher**
 - Übungsleiter des Sportvereins macht ein Angebot in der Kita
 - Erzieherin der Kita macht ein Angebot für den Sportverein
- **gemeinsame Nutzung und Anschaffung (Reparatur) von Geräten (Förderprogramm 1000x1000)**
- **Nutzung der Räume**
 - Kita nutzt die Sporthalle oder den Sportplatz des Vereins
 - Sportverein nutzt den Bewegungsraum in der Kita (z.B. für Mutter-Kind-Turnen, Wirbelsäulengymnastik oder Vereinsbesprechungen)
- **Sportverein nutzt Informationsveranstaltungen (Elternabende, -vorträge zu Bewegungsthemen) der Kita**
 - um Informationen aus dem Verein an die Eltern weiter zu geben bzw. den Elternabend aktiv mit zu gestalten
 - um interessierte Vereinsmitglieder die Möglichkeit zu geben an dem Vortrag teilzunehmen
- **Sportverein und Kita machen gemeinsam einen Erste-Hilfe-Kurs**
- **Sportverein und Kita machen gemeinsam eine Fortbildung**
- **Kita besucht den Sportverein**
Ausflug des Kindergartens zum Sportverein, um Personen, Ort und Angebot kennen zu lernen
- **Gemeinsame Spiel- und Bewegungsfeste**
- **Sportverein kann über die Kita neue Zielgruppen erreichen**
z.B. Angebot eines Rückenfiturses direkt in der Kita für Mütter, die sonst nicht in den Verein eintreten würden
- **Mithilfe bei sportlichen Events seitens der Kita**
 - Betreuung der Kaffe- und Kuchenbar
 - Betreuung der Schminkecke
 - etc.



- **Mithilfe bei Kita-Events seitens des Sportvereins**
 - Betreuung der Kaffee- und Kuchenbar
 - Organisation und Durchführung kleiner Bewegungsangebote
- **gemeinsame Ausflüge und Wochenendfahrten**
- **gemeinsame Ausrichtung von Flohmärkten**
- **Durchführung des Kibaz (oder Kitaturniere) durch den Sportverein in der Kita**
- **gemeinsamer Sponsorenlauf; Vater-Kind-Triathlon o.ä.**
- **Verlinkung der Kooperationspartner auf der jeweiligen Internetseite**
- **gemeinsame Präsentation auf Stadtfesten etc.**
- **Durchführung von Praxisangeboten**
wie z.B. Paule Puste, Benno Buchstabe und Co.

Sportvereine – Ihr Partner für „Mehr Bewegung“

Der kinderfreundliche Sportverein

Sicher wissen Sie, dass:

- viele Ihrer Kita-Kinder bereits an Vereinsangeboten teilnehmen, vom Babyschwimmen bis zum Kinderturnen!
- Sportvereine durch ihre zusätzlichen materiellen, räumlichen oder personellen Ressourcen die Angebote in Ihren Kindertageseinrichtungen ergänzend unterstützen können!
- Sportvereine mithelfen bei der Schaffung eines bewegungsfreundlichen Umfeldes durch Ausnutzen von vorhandenen Bewegungsräumen und Freiflächen, Rückgewinnung von Bewegungsräumen, eine zeitgemäße Umgestaltung von Sportanlagen!
- Sportvereine wichtige Orte (außerschulischer) Bildungsarbeit sind, weil sie
 - flächendeckend vorhanden sind
 - generationsübergreifend wirken
 - familienorientiert ausgerichtet sind
 - bindungsfähig sind
 - vielfältige Angebote bieten
 - Werte, wie Fairness und Respekt vermitteln
 - Gemeinschaft und Engagement erlebbar und erfahrbar machen
 - Sport und Bewegung im Stadtteil und an der Schule mitgestalten

In den kommunalen Bildungslandschaften werden unsere Sportvereine zunehmend mehr als Bildungspartner und -akteure wahrgenommen und wertgeschätzt. Sie sind immer häufiger Teil der lokalen Bildungsnetzwerke und stehen anderen Bildungsinstitutionen als Partner für Bewegung, Spiel und Sport zur Seite.

Sportvereine mit einer guten Kinder- und Jugendarbeit bereichern die Lebenswelten von Kindern!

„Kinderfreundliche“ Sportvereine bieten adäquate Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote für Kinder aller Altersstufen und setzen sich für bewegte Kinderwelten in ihrem Umfeld ein!

(Auszug aus „GÜTESIEGEL: Anerkannter Bewegungskindergarten des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen e.V.“, Juni 2015)

Die Kooperation von Sportverein und Kindertageseinrichtung ist uns wichtig ...

- weil es kein Bildungsakteur alleine schafft
- weil Sportvereine und Kindertageseinrichtungen (Kita) neben dem Elternhaus eine altersgemäße Bewegungsförderung von Kindern im Kleinst-, Kleinkind- und Vorschulalter unterstützen können
- weil Kita und Sportverein durch vielfältige Bewegungsangebote ihren Bildungs- und Erziehungsauftrag realisieren und ihr pädagogisches Profil attraktiv gestalten können
- weil Kinder heute einen Ausgleich für den Verlust an natürlichen Bewegungs- und sozialen Entfaltungsräumen im Alltag benötigen und dadurch vielseitige Bewegungserfahrungen gesichert werden
- weil Sportvereine und Kitas an die Bedürfnisse von Kindern angepasste Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote bereithalten
- weil durch gemeinsames Handeln die Ressourcen (z. B. Räume und Materialien) der Kita und der Sportvereine gebündelt werden können
- weil eine gemeinsame Vertretung der Kooperationspartner nach außen eine Lobbybildung für „Kinderwelt ist Bewegungswelt“ unterstützt

360 Sportvereine im Kreis Gütersloh – Was für ein Potential!

Kooperation von Sportverein und Tageseinrichtung für Kinder vereinbaren – so geht’s:

Bei einer längerfristigen und regelmäßigen Zusammenarbeit ist es ratsam diese schriftlich in einer Vereinbarung festzuhalten. Denn durch die Fixierung wird für beide Seiten eine Sicherheit geschaffen, die möglichen Problemen sowie Irritationen vorgeift und Zuständigkeiten klar definiert. Darüber hinaus ermöglicht die Kooperationsvereinbarung – auch bei einem personellen Wechsel – eine konstante Zuordnung von Aufgaben. Fragen wie „Wer ist mein Ansprechpartner auf Seiten des Vereins?“ oder „Wie ist die Nutzung des Bewegungsraums in der Kindertagesstätte geregelt?“ sind so eindeutig geregelt. Unter www.vibss.de steht ein Tool zur Verfügung, mit welchem Sie eine individuelle druckfähige Kooperationsvereinbarung erstellen können.

»Spiel ist eine Einladung die Wirklichkeit neu zu erfinden.«

Dag Hammarskjöld

Im Sport fürs Leben Lernen

Sport ist Lebensbildung Spaß haben Motivation entwickeln Körperbewusstsein erlangen
Empathie entwickeln dem anderen helfen Vorbilder kennenlernen Gesundheitsförderung
Fremdes achten Bewegung, Spiel und Sport Vormachen dürfen Interkulturelles Lernen
Gesundheitsbewusstsein schärfen Teamfähigkeit entwickeln sich anvertrauen dürfen





Konzentration steigern Grenzerfahrungen machen Sicherheit geben Fairness erfahren
mit Niederlagen und Erfolg umgehen lernen Wertorientierung erfahren die eigene Identität erfahren
Selbstwertgefühl entwickeln Respekt gewinnen und zeigen



Bewegung...

Weitere bewegungsfördernde Angebote



Kinderbewegungsabzeichen NRW

Kibaz – Das Kinderbewegungsabzeichen

Laufen, Springen, Rollen, Werfen, Balancieren und kreativ sein - das Kinderbewegungsabzeichen „Kibaz“ der Sportjugend Nordrhein-Westfalen stellt die kindgemäße Heranführung an sportliche Bewegungsabläufe sowie die Freude und das Erleben von persönlichen Erfolgen in den Vordergrund. Das Kibaz besteht aus verschiedenen Bewegungsstationen für 3- bis 6 jährige Kinder, die in Form eines Parcours ohne Zeitbegrenzung durchlaufen werden. Das Kibaz umfasst 10 Stationen, wobei die Hauptbereiche die motorische-, wahrnehmungs-, soziale-, psychisch-emotionale- und die kognitive der kindlichen Persönlichkeitsentwicklung ansprechen.

Tierisches Sportabzeichen

Neben Nestbau und Beute fangen, gilt es auch noch einen Fluss gut zu überqueren. Dann schnell von einer zur anderen Seerose, um beim Bananen werfen den Affen die Show zu stehlen. Beim Baumstammeschleudern werden dann noch mal alle Kräfte gebraucht.

Dieses lustige Sportabzeichen soll Kindern im Alter von 2-6 Jahren spielerisch Spaß an der Bewegung vermitteln und ist daher das Highlight auf jedem Vereins- oder Kindergartenfest. In Teams oder einzeln können die Kinder die Sta-

tionen durchlaufen und sammeln dabei Stempel. An den Stationen warten dann schon nette Helfer der Sportjugend, welche die Kleinen in Empfang nehmen und durch das Tierische Sportabzeichen führen. Nachdem alle Stationen durchlaufen worden sind, überreicht die Sportjugend des Kreissportbundes Gütersloh das Original Gütersloher Tierische Sportabzeichen.

Bewegter Bauernhof

Der Bewegte Bauernhof ist ein Bewegungsparcours, der optimal für eine Eltern-Kind Aktion im Kindergarten, Verein oder in der Schule genutzt werden kann.

Falls Sie Interesse haben eines der Angebote in Ihrem Kindergarten und im Verein durchzuführen, melden Sie sich bei uns. Wir freuen uns über Ihre Anfrage.

Ansprechpartnerin

Vanessa Moutogeorgos

05241-851447

Vanessa.Moutogeorgos@gt-net.de

»Obwohl der Wert der Bewegung unbestritten ist, ist sie auch kein Allheilmittel! Bewegung ist zwar nicht alles – aber ohne Bewegung ist alles nichts!« Dr. Klaus Balster





Kompetenzen bündeln

Gemeinsam für gesunde Kinder



Kindertagespflege

Kreissportbund

Schule

Landessportbund

Schulamt

Jugendamt

Bildungsjüro

Kita

Sportverein

Krankenkassen

Frühförderverein

Gesundheitsamt

„Ein Team in Bewegung“

Konzept für ein Schulungsformat in den Anerkannten Bewegungskindergärten im Kreis Gütersloh

Ein Kindergarten mit einem bewegungspädagogischen Konzept muss in „Bewegung“ bleiben. Das Konzept soll leben und darf kein starrer Rahmen sein. Es entwickelt sich weiter, erlebt Veränderungen z.B. durch personelle Wechsel, räumliche Umgestaltungen, veränderte Ansprüche von außen oder durch Ideen neuer Partner und erlaubt neue Schwerpunktsetzungen.

Alle Beteiligten sollten sich immer wieder bemühen, die Qualität ihrer Arbeit zu überprüfen und neue Möglichkeiten zu entdecken. Die Inhousefortbildung „Ein Team in Bewegung“ regt die Weiterentwicklung der inhaltlichen Ausrichtung und der einzelnen Bausteine zur Umsetzung des bewegungspädagogischen Konzeptes an. Gleichzeitig soll mit viel Freude und neuen Impulsen für die Praxis, das ganze Team mitgenommen und für die „bewegte“ Arbeit „neu“ begeistert werden.

Inhouse-Format unterteilt in die Bausteine zur „Kita-Struktur“ und zur „Praxis“

Ablauf und Zeitrahmen:

- Ein Fortbildungstag mit 8 LE (= Lerneinheiten), ca. 7 Zeitstunden, plus zusätzlicher Vor- und Nachbereitung.
- Vorbereitung: Im Vorfeld führt die Referentin mit der Leitung und/oder den Kolleginnen mit Verantwortung für den Schwerpunkt „Bewegung“ ein Einstiegsgespräch und fragt die Wünsche und Gegebenheiten zur zielgerichteten Vorbereitung ab.
- Nachbereitung: Um eine nachfolgende gute Unterstützung bei der anschließenden Umsetzung sicherzustellen werden die Ergebnisse der Koordinierungs- und Beratungsstelle des Kreissportbundes Gütersloh vorgestellt. Außerdem sollte im Nachgang der Kita-Träger und auch der kooperierende Sportverein informiert und eingebunden werden.
- Verlängerung der ÜL-C-Lizenz, ÜL-B Lizenz im Kinder- und Jugendsport Profil Bewegungsförderung in Sportverein und Kita, im Umfang von 8 LE.

**»Bildung ist nicht
das Füllen von Fässern,
sondern das
Entzünden von Flammen.«**

Heraklit



Bausteine im Schulungsformat „Ein Team in Bewegung“

Baustein 1 – Kita-Struktur

Zukunftswerkstatt – Impulse für das Team:

- „Wer sind wir?“ – Aufstellung des IST-Standes (bezüglich Bewegungskonzept, Räumlichkeiten, Mitarbeitern, externe Partner) in der Einrichtung
- Stolpersteine und Herausforderungen in der Einrichtung
- Blick in die Zukunft: Wo möchten wir hin? Potentiale und neue Ressourcen. Zielformulierung und Jahresplanung

Mögliche Themenbereiche:

- Öffentlichkeitsarbeit
- Mitarbeiterentwicklung (Ausbildung, Einführung ins Konzept...)
- Konzeptarbeit: Ziele und Aktionen des Anerkannten Bewegungskindergartens
- Raumstruktur
- Kooperationspartner
- Neue Projekte

Baustein 2 - Inhalt / Praxis

Mögliche Wunscht Themen für die Praxis sind:

- „Aus der Puste“ - Ausdauerspiele
- Spiele zum „Runterkommen“ - Entspannung
- „Andere schmeißen es weg...!“ – Bewegung mit Alltagsmaterialien
- Bewegung im Gruppenraum
- „Ab nach draußen!“
- 1, 2, 3 im Sauseschritt – Musik, Rhythmik und Tanz in der Kita
- Spiele aus dem Baumarkt
- „Ich traue mir was!“ – Wagnisspiele
- Bewegungsimpulse für die Kleinsten – U3
- Koordination



Aus- und Fortbildungen

„Bildung auf Bestellung“

Sie möchten eine bestimmte Aus- oder Fortbildung direkt in Ihrer Einrichtung durchführen? Dann melden Sie sich mit Ihrem Themen- und Terminwunsch und die gewünschte Inhouse-Schulung kann ganz individuell umgesetzt werden.

Ausbildungen

Zertifikat Bewegungsförderung:

Diese Zertifikatsausbildung qualifiziert für die Arbeit in einem „Anerkannten Bewegungskindergarten des Landessportbundes NRW“.

Wird eine gültige Übungsleiter/-in-C Lizenz für die Vereinsarbeit nachgewiesen, wird zusätzlich zum Zertifikat auch die ÜL-B Lizenz Kinder- und Jugendsport, Profil: Bewegungsförderung in Verein und Kita ausgestellt.

Fortbildungen

- Spiele zum „Runterkommen“ – Entspannung
- „Andere schmeißen es weg...!“ - Bewegung mit Alltagsmaterialien
- Bewegung im Gruppenraum
- Bewegung außerhalb der Sporthalle - Alternativen im Freien
- 1, 2, 3 im Sauseschritt – Musik, Rhythmik und Tanz in der Kita
- Spiele aus dem Baumarkt
- „Ich traue mich was!“ – Wagnisspiele
- Bewegungsimpulse für die Kleinsten – U3
- Koordination
- Benno Buchstabe – Bewegte Sprachentwicklung
- Flori Fruchtig – Bewegung und Ernährung
- Paule Puste – spielerische Ausdauerförderung
- Ein Team in Bewegung
- ...

Kurskonzepte für Kita und Sportverein

- BENNO BUCHSTABE - Sprachförderung durch Bewegung
- FLORI FRUCHTIG - Bewegungs- und Ernährungsprogramm
- PAULE PUSTE - Spielerisches Ausdauertraining
- RUBY RÜCKENPOWER - Rückenschule für Kinder

Benno, Ruby und Co. sind durch den Kreissportbund Gütersloh entwickelte, konzipierte und erprobte Bewegungsprogramme in Kursformat. Diese können von geschulten Übungsleiter/-innen der Sportvereine in Kita und Schule angeboten werden. Ziel ist es, Kinder zu einem bewegungsfreudigen Alltag und zu lebenslangem Bewegen und Sporttreiben hinzuführen.

Interessierte Sportvereine, Kitas und Schulen beraten wir zu unseren Bewegungsprogrammen gerne und unterstützen bei der Umsetzung vor Ort. Die Kursprogramme (10-stündig) mit vielfältigen Praxissammlungen erhalten Sie nach passgenauen Schulungsmaßnahmen zur Umsetzung an die Hand. Diese sind ganz einfach konzipiert und mit viel Spaß umsetzbar.

Alle aktuellen Qualifizierungsangebote finden Sie online unter:

www.ksb-gt.de

Ansprechpartnerin – Qualifizierung im Sport

Franziska Tegethoff

05241-851456

Franziska.Tegethoff@gt-net.de





Wir machen noch mehr...

Beispiele aus unseren Tätigkeiten

Kinder unter 6 Jahren sind eine wachsende Zielgruppe in den Sportvereinen. Vereine können dabei einen Teil der frühkindlichen Bewegungsförderung übernehmen; u.a. auch in Zusammenarbeit mit den Kindertageseinrichtungen und der Tagespflege.

Hierfür braucht es Vereinsstrukturen, die die Kooperationsfähigkeit erhöhen. Der Kreissportbund Gütersloh e.V. informiert die Sportvereine im Kreis über die aktuellen Entwicklungen im organisierten Sport und berät und unterstützt sie beim Strukturaufbau, bei Fragen und Problemen rund um die Vereinsarbeit und die Zusammenarbeit mit Kita und Tagespflege.

Vereinsberatung und -unterstützung

Der Kreissportbund Gütersloh e.V. informiert die Sportvereine im Kreis über die aktuellen Entwicklungen im organisierten Sport und berät sie bei allen Fragen und Problemen rund um die Vereinsarbeit.

Kinder- und Jugendfreizeiten

Seit über 40 Jahren bieten wir die Möglichkeit, den Alltag zu Hause zu lassen und gemeinsam unvergessliche Urlaubserlebnisse zu sammeln. Jedes Jahr in den Sommerferien bietet der Kreissportbund Gütersloh Freizeiten für Kinder und Jugendliche im Alter von 8-17 Jahren an.

Kursprogramm – sportlich aktiv im Kreis Gütersloh

Unter dem Motto: „Finde heraus, was gut für dich ist“ bieten wir eine Vielfalt an Kursangeboten aus den Bereichen Eltern & Kind, Tanzen, Fitness und Gesundheit, ... für die Kleinen und Großen.

Ausleihservice für Spiel- und Fitnessgeräte

In der Spielothek des Kreissportbundes Gütersloh e.V. können kleine und große Spielgeräte und auch Fitnessgeräte für abwechslungsreiche Bewegungseinheiten, Spiel- und Familienfeste ausgeliehen werden.

Sportbibliothek – Lies dich schlau!

Mit mehr als 600 Büchern bietet der Kreissportbund Gütersloh e.V. über den kostenlosen Ausleihservice die Möglichkeit sich Anregungen für die Sportpraxis zu holen und theoretisches Grundwissen anzueignen.

... und noch mehr unter www.ksb-gt.de



Wir unterstützen Sie

Beratung, Information...

Mit Rat und Tat stehen Ihnen die Mitarbeiter des Kreissportbundes zur Seite und unterstützen Sportvereine und Kindertagesstätten bei der Schaffung von Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten.

**Ihre Ansprechpartner
für das Feld Sportverein – Kita**

Anika Krumhöfner
05241 - 851413

Anika.Krumhoefner@gt-net.de

Franziska Tegethoff
05241 - 85 1456

Franziska.Tegethoff@gt-net.de

**»Entdeckung besteht darin,
den gleichen Gegenstand
wie alle anderen zu
betrachten,
sich aber etwas anderes
dabei zu denken.«**

Albert Szent-Györgyi



Die wirklich wichtigen Dinge im Leben habe ich im Kindergarten und im Sportverein gelernt

Wie schön es ist, von jemanden gemocht  zu werden. Mit anderen, etwas zu teilen. Der selbstgemachte Kuchen im Sandkasten schmeckt am besten. Laut wie ein Löwe und leise wie ein  Fisch. Jeder Mensch ist etwas Besonderes. Wie stolz man sich fühlt, wenn man seinen Namen unter ein selbst gemaltes Bild schreibt. Beim Spielen zu mogeln. Sich mal bei jemanden zu entschuldigen. Wie toll es ist, am  Geburtstag im Mittelpunkt zu stehen. Wie blöd  es ist, erst als letztes Kind abgeholt zu werden. Das man sich stark fühlt, wenn man mitentscheiden darf. Einen Freund zu trösten und wieder zum Lachen  bringen. Dass drei Bälle recht viel sind zum Spielen, drei Bauklötze aber recht wenig. Gemeinsam zu klatschen und den Rhythmus zu spüren. Gewinnen  macht mehr Spaß als verlieren. Wie schön es ist, neue Kinder kennen zu lernen. Wie schön es ist, einen Freund zu haben. Dass man jeden Tag etwas Verrücktes machen sollte. Dass buntes Pflaster besser hilft als einfarbiges. Dass jeder einmal etwas falsch machen darf. Auf dem Kopf sieht die Welt  ganz anders aus. Wie toll es sich anfühlt, wenn man tapfer war. Dass man manchmal zu den Kleinen und manchmal zu den Großen gehört. Wie schön es ist, etwas Neues auszuprobieren. Dass Zeit manchmal ganz langsam  und dann wieder ganz schnell vergeht. Wie toll es ist, seinen Eltern zu zeigen, was ich gelernt habe und jetzt schon kann. Zu den Sternen  fliegen zu können. Dass Wippen nur richtig funktioniert, wenn auf beiden Seiten gleich viele Kinder sitzen. Wie praktisch Schuhe mit Klettverschluss sein können. Mit meinen Freunden Tore zu schießen. Wie die Affen mit den Tauen schaukeln.