

# Mobile Aktion Ernährung und Bewegung



Die „Mobile Aktion Ernährung und Bewegung“ wurde vom Deutschen Kinderhilfswerkes initiiert und in Zusammenarbeit mit regionalen Partnern umgesetzt. In Nordwestmecklenburg durch die Hansestadt Wismar und dem Stadtjugendring Wismar e.V..



# MIT "ESSPERIMENTEN" UND BEWEGUNGSBAUSTELLEN VIELE KINDER ERREICHEN

Beim Projekt "Mobile Aktion Ernährung & Bewegung" (MAEB) erlernen Kinder & Jugendliche spielerisch Grundlagen einer gesunden und nachhaltigen Ernährung ebenso wie die Freude an Bewegung. Denn diese beiden Faktoren sind wesentliche Grundlagen für ein gesundes Aufwachsen von Kindern & Jugendlichen.

## DIE BEWEGUNGSBAUSTELLE



# SPASS UND BEWEGUNG FÜR ALLE SINNE

Baustellen üben eine magische Anziehungskraft auf Kinder aus. Wenn die Kleinen mit großen Augen das Treiben beobachten, wird die Geduld von Eltern schon mal auf die Probe gestellt. Bei der Bewegungsbaustelle bauen Kinder selbst und gestalten sich ihre eigene Spielwelt. Das erfordert logisches Denken, kommunikatives Miteinander, Kreativität und Motorik. Alles wichtige Lernprozesse, die beide Hirnhälften und viele Sinne gleichzeitig anregen.

Die Bewegungsbaustelle besteht aus einfachen Bauteilen - Kisten, Brettern, Balken, Rundhölzern, Rohren oder Reifen - die von Kindern (ca. 4 bis 12 Jahre) gemeinsam ausprobiert und zusammengebaut werden können. Übrigens ganz ohne Anleitung, diese denken sich die Kinder selbst aus.

Die Einzelteile der Bewegungsbaustelle sind so schwer, dass sie nur in der Gruppe bewegt werden können. So werden ganz spielerisch die sozialen Fähigkeiten und das Gemeinschaftsgefühl gestärkt. Die Bewegungsbaustelle kann draußen und drinnen eingesetzt und von Kitas, Schulen oder anderen Orten für Kinder bestellt werden.

## Lerneffekte mit der Bewegungsbaustelle

Die Bewegungsbaustelle ist ein interdisziplinärer Schnellkurs in Mathematik, Handwerk, Sport, Architektur, Kunst und Diplomatie! Das natürliche und neugierige Spiel wird dabei in keiner Weise eingeschränkt - ganz im Gegenteil: Der Spaß steht im Vordergrund, alles andere ergibt sich von allein. Der Lernprozess erfolgt ganz nebenbei über das Austesten der eigenen Fähigkeiten und die Entdeckerfreude beim Bauen und Ausprobieren.

- **Logisches Denken:** Zusammenbauen, Verschieben, Erneuern - auf die wievielte Sprosse muss das Brett gelegt werden, damit ich von einem Kasten zu nächsten gelange? Die Bewegungsbaustelle verlangt logisches Denken und regt mathematische Grundfertigkeiten an.
- **Sprechen:** Verständigen, Streiten, Klären - in der Auseinandersetzung mit anderen, lernen Kinder Rücksicht und Kooperation sowie sich zu verständigen und auszudrücken. Auch das

Verteidigen eigener Standpunkte übt die eigene Sprache und das soziale Verhalten.

- **Gemeinsam Handeln:** Helfen, Fordern, Kooperieren - durch Struktur und Gewicht der Bewegungsbaustelle kann nur gemeinsam gebaut werden. Dadurch wird das Helfen zum ganz natürlichen Begleiter.
- **Selbsterfahrung:** Wirken, Deuten, Erfahren - Kinder lernen, dass sie mit ihrem eigenem Körper etwas bewirken können. Im Miteinander erhalten sie außerdem Bestätigung über das selbst gebaute Produkt.
- **Kreativität:** Erfinden, Verändern, Umsetzen - die einfache Gestaltung der einzelnen Bauelemente ermöglicht fast unbegrenzte Kombinationsmöglichkeiten. Ergeben die Einzelteile ein Schiff, eine Burg oder doch etwas ganz anderes? Die Kreativität, die beim Bauen entfacht wurde, weitet sich auf das Spielen aus und kann ganz neue Ansätze hervorrufen!
- **Motorische Entwicklung:** Anheben, Tragen, Balancieren - die Bewegungsbaustelle erhebt hohe Ansprüche an die Beweglichkeit und Balance der Kinder. Das stärkt ihre motorische Gesamtentwicklung. Doch die Kinder bleiben die Entscheider: Sie können bestimmen, ohne Vorgaben von außen.
- **Materialerfahrung:** Anfassen, Spüren, Lernen - beim Spielen mit der Bewegungsbaustelle wird die materielle Umwelt kennengelernt sowie nach Eigenschaften und Gesetzmäßigkeiten erforscht. Die Kinder lernen, verschiedene Materialien zu erfassen und zu strukturieren.

Bei der Bewegungsbaustelle drehen soziale, emotionale, intellektuelle und körperliche Fähigkeiten



zu Höchstleistungen auf: Kinder fertigen eine Spiellandschaft nach ihren ganz eigenen Vorstellungen an und werden so zum freien Spiel animiert. Vor über 25 Jahren wurde die Bewegungsbaustelle für den natürlichen Bewegungsdrang von Kindern entwickelt - und ist bis heute in ihrer Wirksamkeit ungeschlagen!

# Das Wichtigste über die Bewegungsbaustelle für Kinder

Wo kann man sie bestellen, wo einsetzen, welche Sinne fördert sie, wie ist sie entstanden...

Alle wichtigen Informationen zur Bewegungsbaustelle finden Sie hier im Überblick:

## 1. Was ist eine Bewegungsbaustelle?

Eine Bewegungsbaustelle ist ein Spielgerät für Kinder, das aus unterschiedlichen Bauteilen besteht und nach ganz eigenen Kindervorstellungen kombiniert werden kann.

Das vielseitige Zusammensetzen von Brettern, Holzkästen, Rohren und Reifen schafft einen phantasievollen Freiraum für Kinder zur Gestaltung der eigenen Spielmöglichkeiten.

Beim Bau der Bewegungsbaustelle werden viele Fähigkeiten geschult. Kinder müssen ihre eigene Vorgehensweise verteidigen oder die von anderen annehmen. Sie trainieren ihre Sprache, indem sie andere verständlich anweisen und gleichzeitig die Aufforderungen der „Baukollegen“ begreifen und umsetzen. Risiken müssen abgeschätzt und es muss stabil und konstruktiv gebaut werden.

Die Bewegungsbaustelle fördert logisches Denken genau so wie Kreativität, fördert Motorik genau so wie das Kennenlernen verschiedener Materialien. Und dazu: Viel gesunde Bewegung! Übrigens wird diese „Kopf, Herz und Hand-Kombination“, die bei der Bewegungsbaustelle tätig wird, von der Intelligenz-, Hirn- und Lernforschung als wichtiges neuronales Netzwerk angesehen.

## 2. Welche Einsatzmöglichkeiten gibt es, räumlich und inhaltlich?

Die Bewegungsbaustelle ist für Kitas und Schulen konzipiert. Im Unterricht, in der Pause, beim freien Spiel oder bei Festen können Kinder sie nach einer entsprechenden Einführung unter Beaufsichtigung eigenständig nutzen. Die Bewegungsbaustelle kann sowohl drinnen in Räumen oder in Fluren sowie draußen eingesetzt werden, sollte aber am besten im Innenbereich geschützt gelagert werden. Ineinander gestapelt beansprucht sie lediglich 2 m<sup>2</sup>.

Lehrkräfte und Erziehende können die Bewegungsbaustelle zur Vermittlung von Lerninhalten in den Bereichen Sprachentwicklung, mathematischer Grundfertigkeiten, Sachkunde und Naturwissenschaften, Kunst, Musik und Bewegung einsetzen. Gerade im Unterricht ist es möglich,

durch bestimmte Aufgabenstellungen ausgesuchte Schwerpunkte zu setzen - allerdings sollte dabei der freie Spiel-Charakter der Bewegungsbaustelle erhalten bleiben.

### **3. Wie ist die Bewegungsbaustelle entstanden?**

Das Prinzip der Bewegungsbaustelle basiert auf der Fröbel-Pädagogik: Einfache und verschiedenartige Bauklötze üben eine starke Faszination auf Kinder aus und schaffen eine Grundlage für kreatives Bauen.

Darüber hinaus fördern die Spielgeräte mit ihren großen Dimensionen und hohem Gewicht ganzkörperliche Aktivität und konstruktive Raumgestaltung.

Mit der Entwicklung der Bewegungsbaustelle reagieren Mediziner/innen und Pädagoge/innen auf den Bewegungsmangel von Schulkindern, gleichzeitig werden motorische Anreize mit weiteren Lerninhalten kombiniert.

Der Großteil angebotener Spielgeräte bietet stark vorgegebene und monotone Bewegungsabläufe. Die Aktionen der Kinder sind damit weitgehend fremdbestimmt. Das fördert die Konsumhaltung und behindert die Entwicklung eigener Kreativpotenziale.

Zudem hat das Bewegungsdefizit einen schwerwiegenden negativen Einfluss auf die Entwicklung der Kinder: Schlechtere Schulleistungen, erhöhtes Unfallrisiko, Kopf- und Rückenschmerzen, Haltungsschwächen, Aggressivität und Hyperaktivität werden mit Bewegungsmangel in Verbindung gebracht.

#### **Die Bewegungsbaustelle leistet hier Gegenarbeit:**

- Lernen mit und durch Bewegung
- Unzählbare Kombinationsmöglichkeiten
- Vielseitige Spielvarianten

# ESSPERIMENTE – ENTDECKE DIE WELT DER LEBENSMITTEL

Kannst du dich noch an deinen ersten Schultag erinnern?

Ging das mit dem Lesen oder Schreiben auf einmal? Nee, oder? Aber das ist auch nicht weiter schlimm.

Wichtig ist, es immer wieder zu versuchen und so allmählich die Welt zu entdecken. So ist das auch mit dem Essen und Kochen. **Jeder weiß, wie ein Apfel aussieht. Aber weißt du auch, wie er riecht, wie er sich anfühlt und was er für ein Gefühl auf der Zunge hinterlässt? Und schmecken alle Äpfel gleich?**

So ist es mit allen Lebensmitteln. Entdecke sie für dich und fange heute gleich damit an.

Es bringt viel mehr Spaß, selbst etwas auszuprobieren als nur zuzuschauen. Die eigene Erfahrung und der Stolz, ein Gericht selbst herzustellen und dann in Gemeinschaft zu essen, sind ein tolles Gefühl.

Sei neugierig und genieße die Vielfalt an Obst, Gemüse, Brot und anderen Lebensmitteln!





*Quelle: Deutsches Kinderhilfswerk*

Die „Mobile Aktion Ernährung und Bewegung“ wurde vom Deutschen Kinderhilfswerkes initiiert, das in Zusammenarbeit mit regionalen Partnern umgesetzt wird. In Wismar durch den Stadtjugendring der Hansestadt.

## **Wo kann man eine Bewegungsbaustelle beziehen?**

Ansprechpartner:

Stadtjugendring Wismar e.V.

Friedrich - Techen - Straße 20

23966 Wismar

Tel.: 03841 / 73 78 93

[post.jugendringe@mailbox.org](mailto:post.jugendringe@mailbox.org)

Sie können eine Bewegungsbaustelle auch ganz einfach selber bauen. Dazu benötigt man lediglich ein bisschen handwerkliches Geschick, um die Holzkisten mit den notwendigen Löchern zu zimmern. Oder Sie wenden sich an einen professionellen Tischler in der Nähe. Andere Materialien, wie Bäckerkisten, Seile, Autoreifen, Baumstämme usw. können zusätzlich verwendet werden. Da es sich nicht um ein standardisiertes Spielgerät handelt, kann die Bewegungsbaustelle ständig erweitert werden. Der Phantasie ist bereits beim Bauen keine Grenze gesetzt!

Bei Fragen der Sicherheit können Sie sich an die örtliche Unfallkasse wenden.



Quelle: Deutsches Kinderhilfswerk

