

# Unser Jahresthema

## „Sei fit - mach mit“

In diesem Kindergartenjahr legen wir den Schwerpunkt auf Bewegung und gesunde Ernährung.

Verschiedene gesellschaftliche Entwicklungen haben in den letzten Jahren und Jahrzehnten dazu geführt, dass wir uns immer weniger bewegen. Die Folgen dieser „Bewegungsarmut“ zeigen sich in den verschiedensten Bereichen des Lebens und in sämtlichen Altersgruppen.

So sehen wir auch schon an der eigentlich aktivsten Gruppe, nämlich den Kindern, eine deutliche Häufung unterschiedlichster körperlicher und sozialer Entwicklungsdefizite.

Aus diesen Erkenntnissen schließen wir, dass es äußerst wichtig und sinnvoll ist, Bewegung und gesunde Ernährung im Kindergartenalltag einzubauen.

**Durch unseren Jahresschwerpunkt „Sei fit - mach mit“ werden die Kinder in vielen Bereichen gefördert.**

- Schulung der eigenen Körperwahrnehmung
- Die Vernetzung des kindlichen Gehirns wird durch Bewegung und Sinnesreize unterstützt
- Die Bewegung optimiert die Förderung des Spracherwerbs
- Die Kinder können über die Bewegung Kontakt zu anderen Kindern knüpfen



*„Das Kind entdeckt sich und die Welt durch Bewegung.  
Es eignet sich seine Umwelt über seinen Körper und seine Sinne an.“  
(Renate Zimmer)*

## **Wie wollen wir das in unserem Alltag umsetzen**

### **Jause:**

- Mitarbeit der Eltern: eine gesunde Jause mitgeben
- Monatliche gemeinsam zubereitete gesunde Jause im KG
- Verschiedene Impulse zum Thema: Mein Körper, gesunde Zähne, gesunde Ernährung.....

### **Bewegung:**

- Kinder motivieren, zu Fuß oder mit dem Fahrrad in den KG zu kommen
- Tägliche Bewegungspause
- Wöchentliche ausgiebige Turnstunde mit abwechslungsreichem Programm
- Motopädagogische Einheiten
- Viel Bewegung und Spiel im Freien
- Verschiedene Sportarten kennenlernen