

Ein Coach für die (bewegte) Kita

Vortrag auf dem WiFF-Bundeskongress 2024 (13-14.11.).

Die Publikation erscheint 2025.

Ulrike Ungerer-Röhrich, Susanne Beckers

Zusammenfassung

Was kann man tun, um Kindertageseinrichtungen bei den vielfältigen Herausforderungen, denen sie sich stellen müssen, zu unterstützen? Das Forschungsprojekt „QueB – Qualität entwickeln mit und durch Bewegung“ setzt an den Bedarfen der Kitas an. Im Rahmen des Projekts unterstützt ein QueB-Coach Kitas in ihrer Organisationsentwicklung, um sowohl Kindern als auch pädagogischen Fachkräften Handlungsmöglichkeiten für einen aktiven Lebensstil zu eröffnen. In diesem Beitrag wird der systemisch orientierte Coaching-Prozess erläutert und die Zusammenarbeit von Coach und Kita vorgestellt. Dabei werden auch die Herausforderungen des Coachings thematisiert. Wege von der Theorie (Diagnostik) in die Praxis (Zielformulierung bis zur Umsetzung) und zurück zur Theorie (durch Evaluation und Reflexion) werden diskutiert.

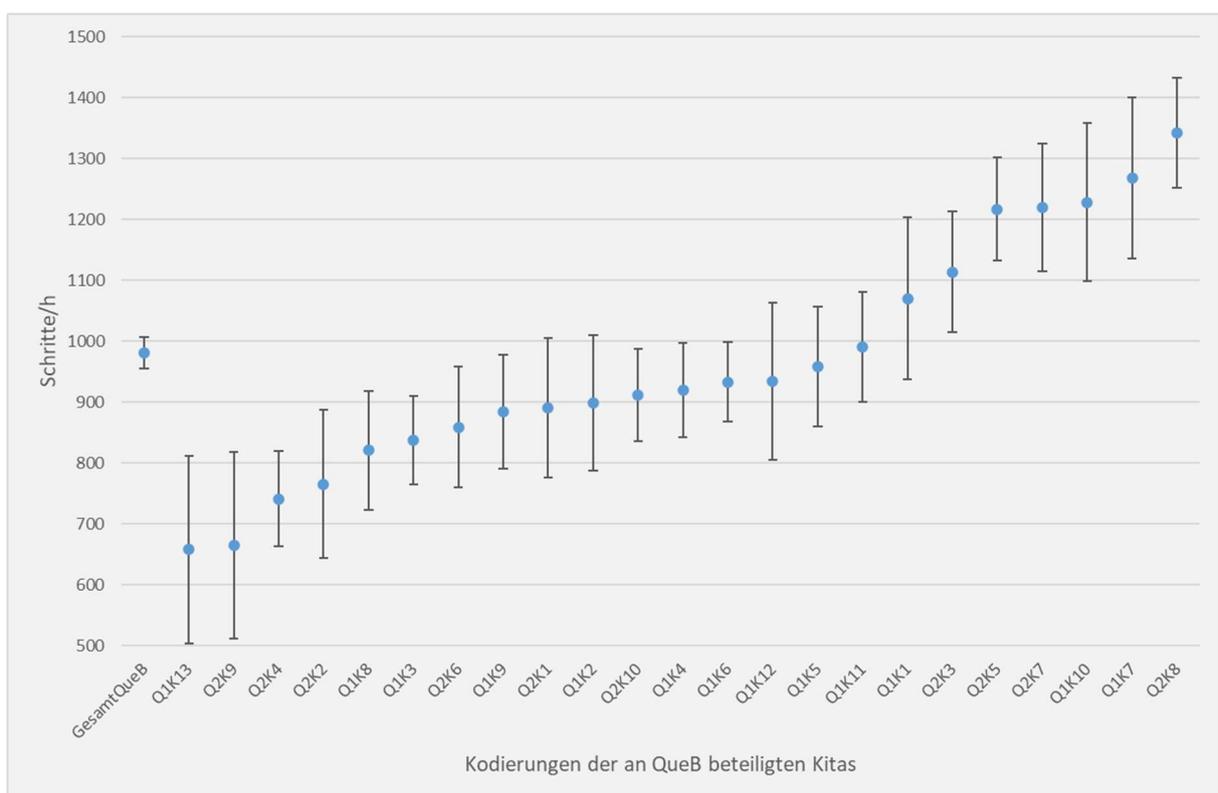
1 Hintergrund und Problemaufriss

Im Projekt „Capital4Health“ des Bundesministeriums für Bildung und Forschung (Förderkennzeichen 01EL1421D/E) geht es darum, die Bedingungen für einen aktiven Lebensstil zu verbessern. Im Teilprojekt „QueB – Qualität entwickeln mit und durch Bewegung“ steht die Weiterentwicklung von Kitas durch einen Organisationsentwicklungsprozess im Fokus. Kooperative Planung und Etablierung eines prozessorientierten Verfahrens sind ein zentrales Anliegen von QueB. Kitas sollen dabei unterstützt werden, ihre Organisation so zu entwickeln, dass sowohl die Kinder als auch die pädagogischen Fachkräfte ihre Handlungsmöglichkeiten für einen aktiven Lebensstil nachhaltig erweitern. Den QueB-Prozess begleiten Coaches, die an einer Weiterbildung teilgenommen haben, um erfolgreich arbeiten zu können (Popp u.a. 2022; Eisenbarth u.a. 2020, S. 40–43; Müller u.a. 2020).

Die Bedeutung von Bewegung für die Entwicklung eines aktiven Lebensstils und eine erfolgreiche Bildungskarriere ist wissenschaftlich belegt. Es gibt Hinweise, dass das Ausmaß an körperlicher Aktivität im Vorschulalter auch die Aktivität im Erwachsenenalter positiv beeinflusst (Rütten/Pfeifer 2016, S. 27–29). Bei vielen Kindern mangelt es jedoch an ausreichender Bewegung. Die Frage, an die auch die hier vorgestellte Studie anknüpft, lautet wie man es schafft, Kinder wirkungsvoll in ihrem Bewegungsverhalten zu fördern.

Seit 2016 gibt es von einer vom Gesundheitsministerium geförderten Arbeitsgruppe fundierte Empfehlungen (Rütten/Pfeifer 2016, S. 25–30, 75–77), wie viel Bewegung Kinder brauchen und wie man Maßnahmen der Bewegungsförderung auf der Grundlage evidenzbasierter Ergebnisse auch in der Praxis gestalten sollte: „Säuglinge und Kleinkinder sollten sich so viel wie möglich bewegen und so wenig wie möglich in ihrem natürlichen Bewegungsdrang gehindert werden; dabei ist auf sichere Bewegungsbedingungen zu achten.“ „Für Kindergartenkinder soll insgesamt eine Bewegungszeit von 180 Minuten/Tag und mehr erreicht werden, die aus angeleiteter und nicht angeleiteter Bewegung bestehen kann“ (Rütten/Pfeifer 2016, S. 25). Am Tag sollten Kinder 12.000 Schritte zurücklegen, d.h. pro Stunde ca. 1.000 Schritte. Dieser Wert ist als Richtzahl für eine untere Grenze einer bewegungsfreundlichen Kita herangezogen worden und stellt auch den Median der erhobenen Daten dar (vgl. Abb. 1). Von den Einrichtungen, die nach der Pandemie mit QueB begonnen haben, erreichte keine diesen Mindestwert.

Abbildung 1: Durchschnittliche Schrittzahl pro Stunde in den beteiligten Kitas



Quelle: Eisenbarth u.a. 2020, S. 36

Neu an den Empfehlungen ist, dass eine systematische Verknüpfung von Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung vorgenommen wurde. Man erfährt also nicht nur, wie

viel Bewegung für ein gesundes Aufwachsen von Kindern angeraten wird, sondern auch, was Kitas tun können, um Bewegungsaktivitäten zu fördern.

2 Methodisches Vorgehen

Um eine bewegungsfreundliche Kita zu werden, müssen Erkenntnisse zu erfolgreichen Interventionen berücksichtigt werden (Popp u.a. 2022, S. 38f.;). Neben Wissen und Information ist eine *systemische Orientierung* (von Schlippe/Schweitzer 2019) hilfreich, wenn man in Lebenswelten Veränderungen anstoßen möchte. Nachhaltige und passgenaue Veränderungen in der Kita müssen aus dem System selbst heraus entwickelt werden. Sie können von außen nur angeregt, aber nicht langfristig eingeführt werden. Zu Veränderungen kann man einladen, aber die gesamte Kita muss dazu bereit sein.

Schon bei der Entwicklung von QueB wurden die pädagogischen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter durch einen kooperativen Planungsprozess eingebunden (Gelius u.a. 2021).

„Kooperative Planung“ bezeichnet einen „Ansatz, eine innovative soziale Praxis zu etablieren, die zu bestehenden Strukturen in Gesellschaft und Politik in Beziehung gesetzt wird und dabei Möglichkeiten schafft, bestehende Routinen in Frage zu stellen und neue Verhaltens- und Interaktionsmuster auszuprobieren, aus denen veränderte Routinen und weiterentwickelte Strukturen hervorgehen können“ (Rütten u.a. 2024, S. 235). Ein Kennzeichen der kooperativen Planung ist die Beteiligung aller Akteurinnen und Akteure an einem zielgerichteten und nachhaltigen Prozess der Zusammenarbeit sowie ihre Befähigung dazu. Jedes QueB-Projekt in einer Kita nutzt als Entwicklungsmodell den *Public Health Action Circle* (BzgA 2012; vgl. Abb. 2).

Abbildung 2: Der Public Health Action Circle



Quelle: Eigene Darstellung in Anlehnung an BZgA 2012

Für die QueB-Projekte sind für alle Schritte in diesem Entwicklungszyklus „Werkzeuge“ entwickelt worden, die den Prozess individuell unterstützen. Als zentrales Werkzeug wird die sogenannte *KitaCheckApp* genutzt, die sowohl ein Werkzeug zur Ist-Stand-Analyse ist, als auch erste Hinweise für eine Veränderung generiert.

Abbildung 3: Der Referenzrahmen von QueB und Kategorien der KitaCheckApp



Quelle: Eigene Darstellung

In den verschiedenen Entwicklungsfeldern im Referenzrahmen von QueB (vgl. Abb. 3) werden die schon vorhandenen Stärken der Kita, aber auch die Herausforderungen in den jeweiligen Bewegungsbereichen ermittelt. Die Operationalisierung dieses Referenzrahmens mündet in der *KitaCheckApp*, die zur *Selbstevaluation* der Kita genutzt wird. Neben weiteren Instrumenten zur Selbstevaluation wie Fragen zur Organisational Readiness (Rütten u.a. 2009), kollektiven Selbstwirksamkeitserwartung (modifiziert nach Schmitz/Schwarzer 2003, S. 212) und Entwicklung von Capabilities (Frahsa u.a. 2021) bildet diese Analyse den Ausgangspunkt für die nächsten Entwicklungsschritte. Aus der Analyse abgeleitete, aber selbst gesetzte Ziele und Maßnahmen sind die treibende Kraft für die Entwicklung der Kita. Die Kita kann dieses Vorgehen in der Regel nicht allein bewerkstelligen. „Unzureichend bedacht und geregelt ist die Verfügbarkeit von Unterstützungssystemen wie Fachberatung oder auch die systematische Verschränkung der Qualifizierungsorte (Fach- bzw. Hochschule und Kita“ (Kalicki 2023, S. 16). Für QueB benötigt das System Kita unabhängige, *kompetente Begleitung*: Es braucht einen speziell qualifizierten Coach. Entsprechende

Erkenntnisse zum Coaching liegen aus verschiedenen Projekten der Bertelsmann Stiftung (Engelhardt u.a. 2012), der Plattform Ernährung und Bewegung (2011) und auch aus eigenen Untersuchungen vor. Die Coaches unterstützen die Kitas dabei, Inhalte in der Einrichtung zu implementieren und das ganze System einzubeziehen. Das Coaching wird entweder in direktem Kontakt oder als E-Coaching durchgeführt. E-Coaching stellt eine neue und effektive Kultur der Begleitung dar.

In einer Untersuchung an der Universität Bayreuth ging es darum, die Effekte von Bewegungsangeboten und -möglichkeiten in Kitas (realisiert über Klettergelegenheiten) verknüpft mit Bildungsthemen zu untersuchen. Es konnte gezeigt werden, dass diejenigen Einrichtungen erfolgreich sind, in denen eine gute Ausstattung mit einer Online-Qualifizierung und Begleitung bzw. E-Coaching der pädagogischen Fachkräfte Hand in Hand ging. Weder eine gute Ausstattung allein noch eine isolierte Qualifizierungsmaßnahme und Begleitung konnten entsprechend gute Ergebnisse im Sinne von positiven Veränderungen in den Bereichen Bewegung, Sozialkompetenz, Selbstwirksamkeit und Explorationsfreude bei den Kindern erzielen (Ungerer-Röhrich/Quante 2011).

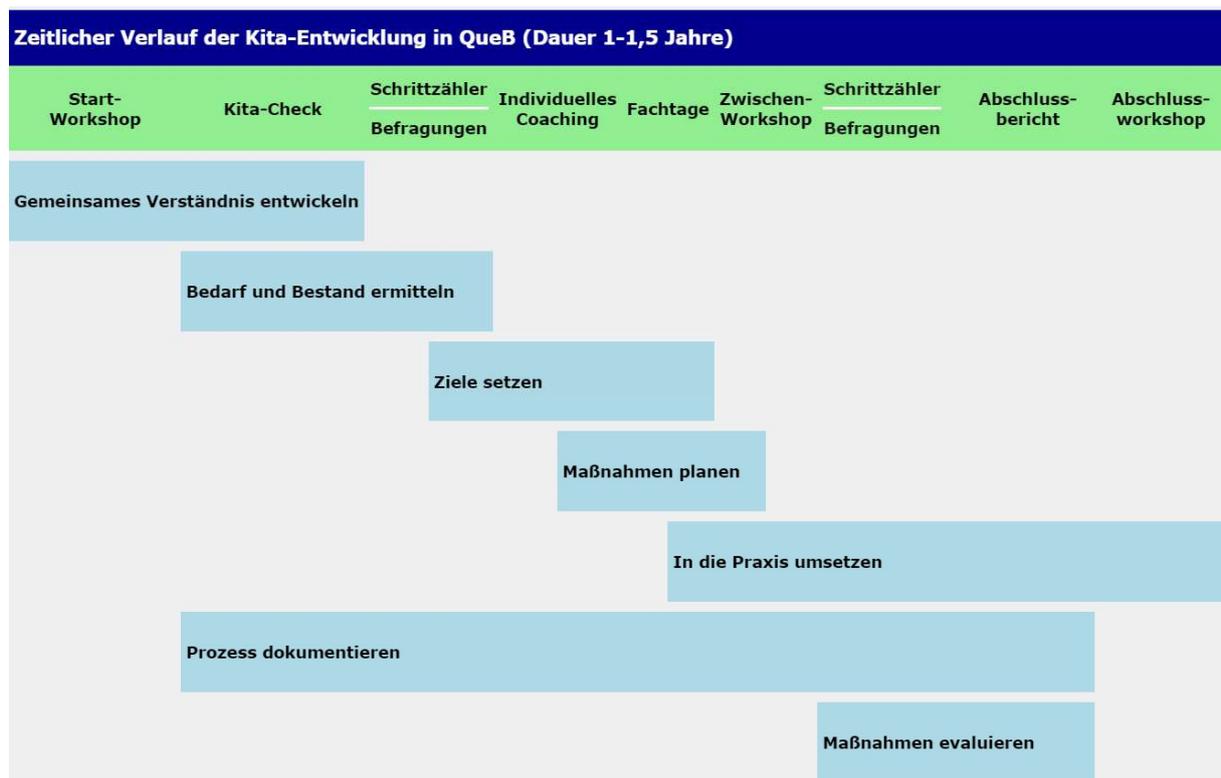
3 QueB-Coaching in der Kita

Das Coaching der (zukünftigen) Bewegungskita setzt an den kitaspezifischen Themen und Bedürfnissen an. Es berücksichtigt die individuellen Rahmenbedingungen und eröffnet viele Gestaltungsmöglichkeiten, denn die Kitas setzen sich selbst die Ziele. Es erfordert von den Kita-Mitarbeitenden jedoch auch die Arbeit an den eigenen Haltungen, Praktiken, Kompetenzen, am Wissen und an den Strukturen der Einrichtung. Eine wichtige Voraussetzung und Gelingensbedingung des Coachings sind deshalb, dass das Kita-Team sich weiterentwickeln und etwas erreichen möchte. Informationen hierzu liefern die Ergebnisse der Fragen zur kollektiven Selbstwirksamkeitserwartung und zur Organisational Readiness.

3.1 Aufbau und Ablauf des Coachings

Das Coaching ist in mehrere Meilensteine unterteilt (vgl. Abb. 4). Als Metapher bietet sich das Bild einer Reise an, die der Coach gemeinsam mit dem Kita-Team unternimmt.

Abbildung 4: Zeitlicher und inhaltlicher Verlauf der Kita-Entwicklung im QueB-Prozess



Quelle: Eigene Darstellung

Diagnostikphase

Die gemeinsame Reise beginnt mit dem Erstkontakt des Coaches mit der Kita. Hierbei finden Absprachen zum zeitlichen Rahmen und zur Finanzierung des Coachings sowie ein erster Abgleich der Erwartungen und Möglichkeiten statt. Anschließend werden die Fragebögen zur Kita-Struktur, zur Organisational Readiness und kollektiven Selbstwirksamkeit von der Kita bearbeitet. Diese erste Bestandsaufnahme liefert Informationen zum Kita-Team und zeigt, wie gut die Einrichtung für eine Weiterentwicklung ihrer Organisation gerüstet ist.

Die *KitaCheckApp*, mit der anschließend gearbeitet wird, gibt Hinweise auf den Status der Kita: Wo und wann werden schon gute Bewegungsimpulse umgesetzt, wo sind die räumlichen Gegebenheiten schon sinnvoll für Bewegungsaktivitäten strukturiert? Auf welchem Stand sind das methodisch-didaktische Repertoire des Teams und seine Qualifizierung für den Bereich Bewegung?

Die Zählung der Schritte der Kinder und der pädagogischen Fachkräfte weist auf die aktuelle Bewegungslust der teilnehmenden Kita hin. Die Messung erfasst den Ist-Stand während der Kita-Öffnungszeiten und bildet damit den datenbasierten Ausgangspunkt des Prozesses.

Situations- und Bedarfsanalyse

Nach der Diagnostikphase führt der Coach eine Situations- und Bedarfsanalyse auf Basis der Ergebnisse der KitaCheckApp, der Schrittzählermessungen und der Fragebögen mit dem Kita-Team durch. Leitfragen sind hierbei: Wo sieht das Team Herausforderungen bei der Umsetzung von mehr Bewegungsaktivitäten in seiner Kita? Wo will es Akzente setzen? Auf dieser Grundlage können dann im Team gemeinsam mit dem Coach smarte Ziele und Meilensteine erarbeitet werden.

Im weiteren Projektverlauf werden individuell auf die Bedarfe des Kita-Teams abgestimmte Fortbildungen organisiert, und die Prozessbegleitung durch den Coach wird fortgeführt. Die Maßnahmen zum Erreichen der Ziele werden abgestimmt und initiiert. Dabei stehen die Organisationsentwicklung der Kita und die nachhaltige Verankerung der Maßnahmen im Fokus.

Bewegung wird als Querschnittsthema in allen Bildungsbereichen der Kita umgesetzt. Auch hierbei unterstützt der Coach durch seine Kompetenz und Expertise im Kita-Bereich und im Hinblick auf die Bildungspläne der jeweiligen Bundesländer, um die Bildung der Kinder mit und durch Bewegung als grundständiges Element des Kita-Alltags zu implementieren und die Teams mit den Möglichkeiten und Methoden vertraut zu machen.

Zwischenworkshop

Der nachfolgende Zwischenworkshop markiert einen weiteren Meilenstein, indem ein Abgleich und ein Ausgleich stattfinden. Abgeglichen wird der Stand der Maßnahmendurchführung, der Zielerreichung und der Initiierung der notwendigen Qualifizierungen des Teams, z.B. zur Aufsichtspflicht und zum Unfallschutz. Ausgeglichen werden die Erwartungen der einzelnen Teammitglieder. Die heterogene Gruppe hat sich auf die gemeinsame Reise begeben und unterschiedliche Reisemittel eingesetzt. Daher sind die einzelnen Teilnehmenden unterschiedlich weit gekommen. Das hat seine Berechtigung und auf die Bewegung sollte eine Entspannung folgen. Der Wandel erfolgt schrittweise und kann auch unterschiedliche Tempi haben. Im Zwischenworkshop bekommt das Team den Gestaltungsraum, um resilient zu sein und weder ab- noch auszugrenzen. Durch Input und Moderation des Coaches zu relevanten Themen des Teams, wird neuer Schwung geholt, um den Prozess fortzusetzen. Hilfreich sind hierbei entsprechende Visualisierungen des Coaches, die er bspw. auf die Flipchart zeichnet. Die Reismetapher kann auch hier als Bild gut genutzt werden, aber natürlich sind auch andere Bilder und Ideen des Teams jederzeit zu verwenden, um die Herausforderungen, Erfolge und gemeinsamen Erfahrungen des Teams sichtbar zu machen.

Weiterer Verlauf

Die Reflexion des Teams über den gemeinsamen Prozess setzt sich im weiteren Verlauf nach dem Zwischenworkshop fort. Gezielte Reflexionsfragen zu Bewegung und motorischen Kompetenzen sowie zur Entspannung, die vom Kita-Team bearbeitet werden, geben weitere Impulse. Zum Projektabschluss wird die Schrittzählermessung wiederholt und die Zielerreichung skaliert.

Zusätzlich können die Kinder der Kita als Kinderreporterinnen und -reporter agieren. Die visuelle Datenerhebungsmethode Photovoice kann zum Anfang des Projekts oder auch während des Verlaufs eine geeignete Möglichkeit sein, um die Kinder zu beteiligen. Diese machen als Reporterinnen und Reporter (Beckers/Ungerer-Röhrich 2022) Fotos der Orte in der Kita (Innen- und Außenräume), an denen sie sich gerne bewegen. Mit kindgerechten Digitalkameras ausgestattet, erforschen sie ihre Kita auf der Suche nach guten Orten zur Bewegung. Auf diese Weise erfährt das Kita-Team einerseits die beliebtesten Bewegungsorte der Kinder und bekommt andererseits eine Vorstellung von den Optionen, wo und wie sich die Kinder am liebsten bewegen.

Bei der gemeinsamen Auswertung der Fotos in einer Gruppendiskussion mit den Kindern werden diese gefragt, was sie noch verbessern würden, bzw. was sie sich als Bewegungselement oder-ort in der Kita noch wünschen würden. Unserer Erfahrung nach haben Kinder im Vorschulalter schon klare Vorstellungen von möglichen Adaptionen ihres (Bewegungs-)Umfeldes und können diese auch verbalisieren.

Abschlussworkshop

Ein weiterer wichtiger Meilenstein ist die konzeptionelle Verankerung des Themas „Qualität entwickeln mit und durch Bewegung“ in der Kita-Konzeption. Hierzu werden zum Projektende in einem Abschlussworkshop vom Coach entsprechende Impulse gesetzt und die konzeptionellen Veränderungen sichtbar gemacht. Der „Musterwechsel“ bzw. die Kontextveränderung braucht eine nachhaltige Implementierung in der Konzeption der Kita, um dauerhaft wirken zu können. So können sich zukünftig sowohl Eltern, andere Sorgeberechtigte und neue Mitarbeitende sowie weitere Stakeholder orientieren und auf den Schwerpunkt Bewegung bewusst einlassen.

Gelingensbedingungen

Als Gelingensbedingungen der Organisationsentwicklung stehen die Stärkung der Veränderungsbereitschaft des Kita-Teams und die Unterstützung durch den Coach im Vordergrund. Erfolge für das Team während des Prozesses erlebbar zu machen und sie zu feiern, ist ein weiteres wichtiges Element im QueB-Entwicklungsprozess. Ein Highlight kann eine große Abschlusspräsentation z.B. vor Eltern, lokalen Politikerinnen und Politikern, dem

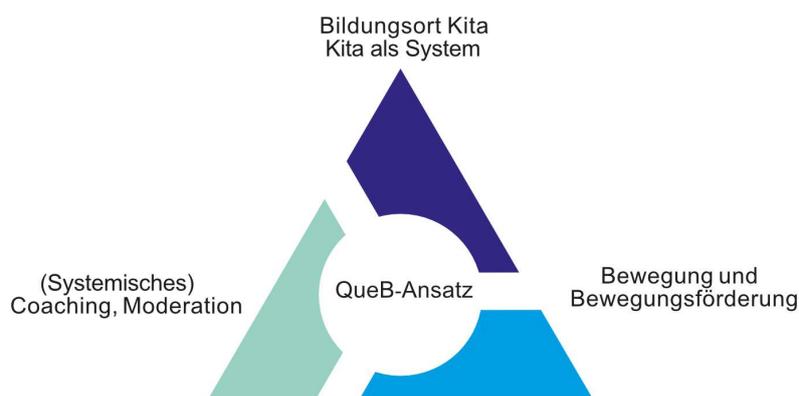
Träger der Kita, Sponsorinnen und Sponsoren sowie anderen Kita-Leitungen und -Mitarbeitenden aus der gleichen Region sein. Wir haben gute Erfahrungen in der Öffentlichkeitsarbeit damit gemacht, auch die lokale Presse einzuladen. Für die Kita ist diese Art der Würdigung ihrer Arbeit nicht selbstverständlich und bewirkt häufig bei den einzelnen Mitarbeitenden einen weiteren Motivationsschub, der dazu beiträgt, dass die Nachhaltigkeit der Interventionen gesichert wird. Kitas, die den QueB-Prozess durchlaufen haben, können ein Zertifikat beantragen. Es hat zwei Jahre Gültigkeit und muss dann erneuert werden (zu Details s. Ungerer-Röhrich 2018). Die Zertifikatsübergabe in einem feierlichen Rahmen durch eine bekannte Sportlerin oder einen bekannten Sportler wirkt bei den Teilnehmenden nach und zeigt die Wichtigkeit und Wertschätzung der geleisteten pädagogischen Arbeit. Ein Abschlussbericht der Kita beendet den QueB-Prozess.

3.2 Entwicklung der QueB-Coach-Weiterbildung

Um Coaches für die Arbeit mit QueB in Kitas vorzubereiten, wurde ein Weiterbildungsprogramm entwickelt. In der ersten Phase der Entwicklung wurden die Erkenntnisse aus der Coaching-Forschung für das Anwendungsfeld Kita diskutiert (Middendorf/Furman 2019), ein erster Entwurf für ein Curriculum wurde skizziert und in einer Expertenrunde erörtert und erprobt. Eine Anforderungsscheckliste für Coaches wurde erstellt und in der ersten Weiterbildungsgruppe eingesetzt.

Die Qualifizierung der Coaches konnte pandemiebedingt nicht wie zunächst geplant als Präsenzangebot mit Selbststudium erfolgen. Die Weiterbildung wurde deshalb primär als netzbasierte Qualifizierung entwickelt (Blended Learning). Sowohl die Expertenrunde als auch die ersten beiden Weiterbildungen wurden evaluiert. Dabei ging es um Struktur, Inhalte und Methoden. Bei dem Online-Angebot ist es nun auch geblieben. Im Jahr 2024 startete der vierte Weiterbildungsdurchgang. Das in Abbildung 5 dargestellte Modell kristallisierte sich als Basis für die Weiterbildung heraus.

Abbildung 5: Das Dreieck der QueB-Weiterbildung



Quelle: Eigene Darstellung

Die Weiterbildung zum QueB-Coach macht die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit dem Ansatz sowie den Instrumenten und Methoden von QueB vertraut und vermittelt Wissen und Fertigkeiten im „Dreieck der QueB-Weiterbildung“ (vgl. Abb. 5).

Ein QueB-Coach begleitet Kitas in einer ca. einjährigen Entwicklungsphase, führt Workshops und Coachings durch und ist Ansprechpartnerin bzw. Ansprechpartner für die Kitas. Wenn Veränderungsprozesse in einem System wie der Kita angestoßen werden, benötigt es systemisches Denken und Handeln der Beteiligten. Aufgabe des Coaches ist es, das Kita-Team bei diesem Prozess zu unterstützen. Er begleitet das Team dabei, eigene Ressourcen und Bedarfe zu identifizieren, und berät es bei der Auswahl und Formulierung von Zielen und der Planung von Maßnahmen. Herausforderungen zu identifizieren und passgenaue Lösungen zu finden, gehört ebenfalls zu den Aufgaben des Coaches, genauso wie zur Selbstreflexion und zum Selbstmanagement bzw. Gesundheitsmanagement anzuregen. Wenn das QueB-Modell in Kitas angewendet wird, wird die Zukunft der Kita mithilfe von Veränderungsprozessen gestaltet. Dabei ist eine grundlegende Annahme, dass jedes Verhalten aus Sicht der Handelnden Sinn ergibt. Der Blick auf die verschiedenen Perspektiven der im System Beteiligten und ihre „Absichten“ eröffnet Spielräume und macht Mut für die Erprobung neuer Wege und das Finden von Lösungen. Hierfür gilt es, die im System vorhandenen Ressourcen sichtbar und nutzbar zu machen.

4 Ergebnisse

Bei der Evaluation des QueB-Ansatzes ging es darum zu prüfen, inwieweit sich die Handlungsmöglichkeiten für einen aktiven Lebensstil nachhaltig haben erweitern lassen und inwieweit die Kitas auch tatsächlich „bewegter“ geworden sind.

An der ersten Untersuchung nahmen zwölf Einrichtungen aus den Modellregionen Coburg und Erlangen teil. Insgesamt wurden 1.020 Kinder zwischen drei und sechs Jahren und 158 pädagogische Fachkräfte erreicht. Bei den Kindern wurde zu Beginn der Untersuchung in den Altersgruppen eine geschichtete Zufallsstichprobe von vier Jungen und Mädchen gezogen. Von den pädagogischen Fachkräften nahmen zwei Personen pro Gruppe teil. Die Bewegungsaktivitäten wurden bei Kindern und pädagogischen Fachkräften durch eine Schrittzählermessung erfasst. Bei den Kindern wurden die Bewegungsaktivitäten zusätzlich durch eine Analyse in einem Bewegungstagebuch überprüft. Das Bewegungstagebuch basierte auf dem OSRAC-P-Kodierungssystem von Brown u.a. (2006). In diesem System wurden gleichzeitig für jedes beobachtete Kind der Ort, Kontext, die Intensität und Art der Aktivität codiert.

Da die Regionen Erlangen und Coburg zeitversetzt in die Untersuchung starteten, konnten die Kitas in der Region Erlangen (Wartegruppe) zum zweiten Messungzeitpunkt als

Kontrollgruppe fungieren. Zur Bestimmung der Effektivität der QueB-Intervention wurden die Messwiederholungen und die beiden Regionen als Faktoren untersucht.

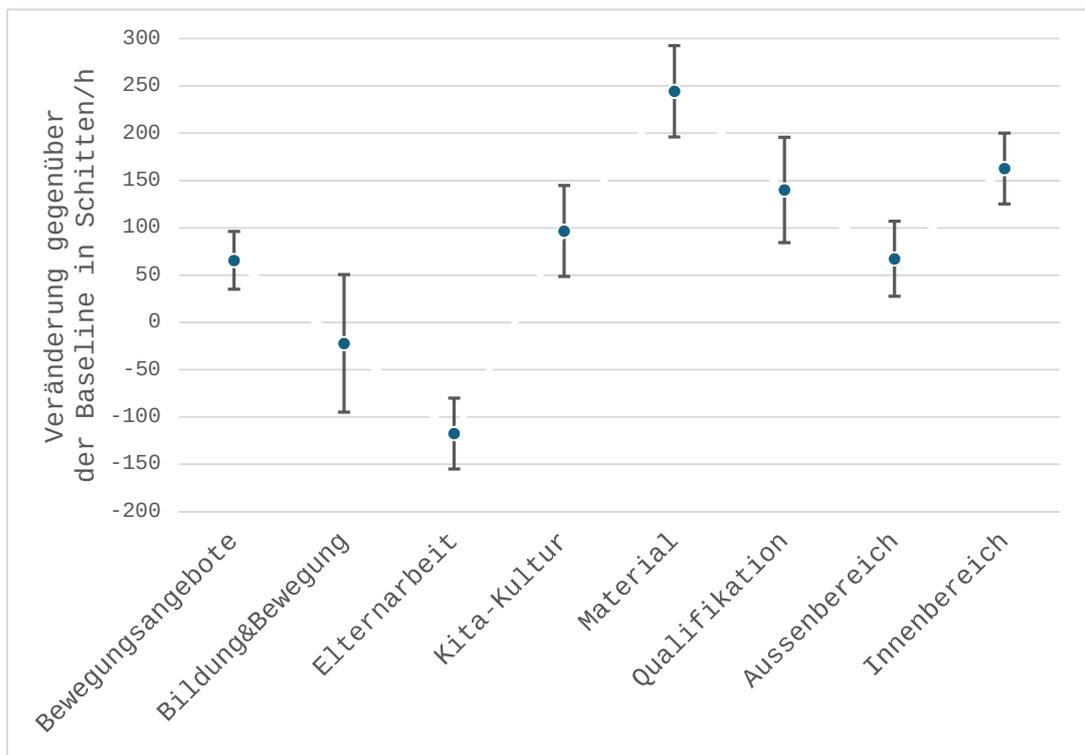
Kinder und pädagogische Fachkräfte bewegen sich durch die Intervention um 10% bzw. sogar 15% mehr, so die Ergebnisse der Schrittzähleranalyse. In den Kontrollmessungen nach einem bzw. 1,5 Jahren werden in den Kitas im Schnitt die geforderten 1.000 Schritte pro Stunde überschritten, was bei der Basismessung noch nicht der Fall war. Die letzte Messung in Coburg bestätigte auch die Nachhaltigkeit der Intervention (Popp u.a. 2022, S. 41f.).

Nach den Beobachtungsdaten – basierend auf OSRAC-P – sitzen die Kinder weniger und nutzen die vorhandenen Möglichkeiten sich zu bewegen mehr aus. In den Kitas haben sich auch neue Bewegungsgelegenheiten eröffnet. Beispiele hierfür sind ein offener Turnraum, frei nutzbares Außengelände, ein bewegter Morgenkreis oder Geschichten in Bewegung (Popp u.a. 2022, S. 39–44). Auch in Bezug auf die Kita-Kultur können Veränderungen festgestellt werden. Pädagogische Fachkräfte achten darauf, hemmende Aussagen wie „im Flur wird nicht gerannt“, „kletter nicht so hoch, du kannst fallen“ zu vermeiden. Aufgestellte Regeln werden überprüft und gegebenenfalls abgeschafft.

Mit Coaches in der Kita an der Entwicklung der Organisation zu arbeiten, hat sich bewährt. Der Einsatz der QueB-Coaches wird von den Kita-Teams in Nachfolgeinterviews ausnahmslos als hilfreich und zielführend beschrieben. Der Entwicklungsprozess wird gut strukturiert, das ganze Team wird mitgenommen, und es erfolgt eine klare Zielformulierung. Barrieren für einen erfolgreichen QueB-Prozess sind Teamkonflikte, eine geringe Bereitschaft, sich auf einen Veränderungsprozess einzulassen, und Zeitmangel (Müller/Hassel 2021, S. ii8–ii15).

Der Zusammenhang zwischen den gewählten Zieldimensionen und den Bewegungsaktivitäten ist ein spannendes und noch weiter zu untersuchendes Feld (vgl. Abb. 6). Die Nutzung neuer Materialien hat einen großen Effekt auf die Veränderung der ermittelten Schritte, aber auch die Weiterbildung der Kita-Mitarbeiterinnen und -Mitarbeiter sowie die Umgestaltung der Innenräume sind sehr effektiv. Neue Bewegungsangebote und die Umgestaltung des Außenbereichs sowie Maßnahmen in der Veränderung der Kita-Kultur zeigen kleinere positive Veränderungen der physischen Aktivität. Unbefriedigend ist die Wirkung von Maßnahmen im Bereich „Bildung und Bewegung“ auf die physische Aktivität. Die Zusammenarbeit mit den Eltern muss ebenfalls weiterentwickelt werden.

Abbildung 6: Gewählte Zieldimensionen und die Veränderung der durchschnittlichen Schrittzahl pro Stunde bei den Kindern



Quelle: Popp u.a. 2022, S. 43

5 Diskussion

Das QueB-Konzept hat sich in den ersten Erprobungen bewährt. Leider führte die Pandemie dazu, dass weitere Erhebungen zunächst nicht entsprechend den Versuchsplänen realisiert werden konnten.

Unsere QueB-Werkzeuge, vor allem die KitaCheckApp, befinden sich aktuell in einem Überarbeitungsprozess und werden auf die veränderten Bedingungen in den Kitas angepasst. In der heutigen Situation sehen sich viele „Kitas im Krisenmodus“ (Wehrmann 2023). Sie brauchen schnelle Entlastung, z.B. durch QueB. Deshalb werden die Werkzeuge für einen modularen Einsatz aufbereitet, der weniger Zeit benötigt, schnelle Erfolge liefern kann und zusätzlich neue Möglichkeiten eröffnet.

In der Coaching-Weiterbildung müssen zum Thema Bildung und Bewegung mehr Impulse gesetzt werden. Weitere Forschung ist notwendig, um den Zusammenhang zwischen Bildungsthemen und Bewegung noch besser nutzen zu können.

Die Anpassungen bedeuten nicht, dass der Coach mehr Vorgaben macht, sondern beispielsweise mit den Kitas besprechen kann, was sofort umsetzbar ist (z.B.

Bewegungsraum öffnen, mit den Kindern einen bewegten Eingang gestalten, die Stühle aus dem Gruppenraum räumen) und wozu man mehr Zeit einplanen muss (z.B. Teilnahme an

Fortbildungen, Kooperationen mit anderen Einrichtungen oder dem organisierten Sport, Arbeit an der Kita-Kultur).

Auch wenn das QueB-Projekt ursprünglich für den Bereich Bewegungsförderung entwickelt wurde, ist die Vorgehensweise auf andere inhaltliche Bereiche relativ einfach zu übertragen. Hierfür müsste die KitaCheckApp für Themen wie Ernährung, Umwelt, Partizipation oder auch Arbeitsentlastung und Krisenbewältigung in der Kita erweitert werden. Die Schrittzählermessung müsste durch ein themennahes Evaluationswerkzeug ersetzt bzw. ergänzt werden. Durch die neue Struktur des gesamten Verfahrens („Modularisierung“) lassen sich jetzt auch Elemente aus diesen Bereichen in das QueB-Kita-Entwicklungsmodell mit Coach-Unterstützung einbetten. Aktuell arbeiten wir daran, entsprechende Module für die Bereiche „Umwelt“, „Partizipation“ sowie „Arbeitsentlastung und Krisenbewältigung“ zu entwickeln und in Kombination mit „klassischen“ QueB-Entwicklungsfeldern in Kitas zu erproben.

Im Bericht der Robert Bosch Stiftung „Viel Bewegung in den Kitas“ wird in einem Fazit formuliert: „Allerdings kommt Coaching im Kita-Alltag noch wenig zum Einsatz. Es sollte (...) Standard werden (...) bei der Begleitung von Organisationsentwicklungsprozessen“ (Robert Bosch Stiftung 2020, S. 56). Es ist deshalb aus unserer Sicht wünschenswert, dass die Arbeit eines qualifizierten QueB-Coaches weiter in der Kita-Entwicklung verankert wird. Denn mit begleitendem Coaching kann das Kita-Team den Ist-Zustand reflektieren, sich bewusst werden, was das Team drängt oder hindert, Perspektiven und Ziele entwickeln, Verknüpfungen erkennen und relativ rasch umsetzbare Lösungen entwickeln. Eine Kita-Leitung hat ihre Einschätzung nach dem Coaching zusammengefasst: „Wir sind Teamplayer, das Coaching hat uns geholfen, eigene Erfahrungen mit wissenschaftlichen Erkenntnissen zu verknüpfen, uns ganzheitlich zu reflektieren und uns in unserer gemeinsamen Haltung weiterzuentwickeln.“

Literatur

Beckers, Susanne/Ungerer-Röhrich, Ulrike (2022): Kinderreporter. Kinder erkunden und fotografieren ihre Kita. <https://queb.eu/kinderreporter.html> (Zugriff: 20.11.2024)

Brown, William/Pfeiffer, Karin/McIver, Kerry/Dowda, Marsha/Almeda, Mario Joao/Pate, Russel (2006): Assessing Pre-School Children's Physical Activity: The Observational System for Recording Physical Activity in Children Pre-School Version. In: Research Quarterly for Exercise and Sport, 77. Jg., H. 2, S. 167–176

BZgA – Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (Hrsg.) (2012): Leitfaden Qualitätskriterien für Planung, Umsetzung und Bewertung von gesundheitsfördernden Maßnahmen mit dem Fokus auf Bewegung, Ernährung und Umgang mit Stress. Köln

Eisenbarth, Ines/Gediga, Günther/Popp, Verena/Ungerer-Röhrich, Ulrike (2020): Wie Bewegungsförderung in Kitas mit Organisationsentwicklung gelingen kann – der QueB-Ansatz. In: Frühe Kindheit, 23. Jg., H. 3, S. 34–43

Engelhardt, Andrea/Halle, Arne/Langness, Anja (2012): Die gute gesunde Kita gestalten. Stärken entdecken, Ziele setzen, Maßnahmen festlegen. Gütersloh

Frahsa, Annika/Abel, Thomas/Gelius, Peter/Rütten, Alfred (2021): The capability approach as a bridging framework across health promotion settings: theoretical and empirical considerations. In: Health Promotion International, 36. Jg., H. 2, S. 493–504

Gelius, Peter/Brandl-Bredenbeck, Hans-Peter/Hassel, Holger/Loss, Julika/Sygusch, Ralf/Tittlbach, Susanne/Töpfer, Clemens/Ungerer-Röhrich, Ulrike/Pfeifer, Klaus (2021): Kooperative Planung von Maßnahmen zur Bewegungsförderung: Neue Wege zur Erweiterung von Handlungsmöglichkeiten – Ergebnisse aus dem Forschungsverbund Capital4Health. In: Bundesgesundheitsblatt – Gesundheitsforschung – Gesundheitsschutz, 64. Jg., H. 2, S. 187–198

Kalicki, Bernhard (2023): Geleitwort. In: Stiftung Haus der kleinen Forscher (Hrsg.): Kita-Entwicklung – Organisationsentwicklung als Chance für die frühe Bildung. Opladen/Berlin/Toronto, S. 15–16

Middendorf, Jörg/Furman, Ben (2019): Lösungsorientiertes Team-Coaching. Wiesbaden

Müller, Christina/Hassel, Holger (2021): Cooperative planning in childcare centers to improve physical activity: a qualitative investigation of directors' perspectives. In: Health Promotion International, 36. Jg., H. 2, S. ii8–ii15

Müller, Christina/Foitzik, Elisabeth/Hassel, Holger (2020): Bewegte Kitas durch Organisationsentwicklung. Ergebnisse des Projekts QueB. In: Prävention und Gesundheitsförderung, 15. Jg., H. 2, S. 50–55

Plattform Ernährung und Bewegung (Hrsg.) (2011): Gesunde Kita – starke Kinder! Berlin

Popp, Verena/Gediga, Günther/Ungerer-Röhrich, Ulrike (2022): Qualität entwickeln mit und durch Bewegung in Kitas. In: Frühe Bildung, 11. Jg., H. 1, S. 37–45

Robert Bosch Stiftung (2020): Viel Bewegung in den Kitas. Ergebnisse aus dem Projekt zur Organisationsentwicklung. Stuttgart

Rütten, Alfred/Pfeifer, Klaus (Hrsg.) (2016): Nationale Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung. Erlangen

Rütten, Alfred/Semrau, Jana/Wolf, Andrea R. (2024): Entwicklung gesundheitsförderlicher Strukturen durch kooperative Planung. In: Prävention und Gesundheitsförderung, 19. Jg., S. 233–242

Rütten, Alfred/Röger, Ulrike/Abu-Omar, Karim/Frahsa, Annika (2009): Assessment of organizational readiness for health promotion policy implementation: test of a theoretical model. In: Health Promotion International, 24. Jg., H. 3, S. 243–251

Schlippe, Arist von/Schweitzer, Jochen (2019): Gewusst wie, gewusst warum. Die Logik systemischer Interventionen. Göttingen

Schmitz, Gerdamarie/Schwarzer, Ralf (2002): Individuelle und kollektive Selbstwirksamkeitserwartung von Lehrern. In: Jerusalem, Matthias/Hopf, Diether (Hrsg.): Selbstwirksamkeit und Motivationsprozesse in Bildungsinstitutionen. Zeitschrift für Pädagogik, 44. Jg., Beiheft. Weinheim, S. 192–214

Ungerer-Röhrich, Ulrike (2018): Zertifizierung – Der Weg zum Zertifikat Bewegte Kita. <https://queb.eu/details.html> (Zugriff: 20.11.2024)

Ungerer-Röhrich, Ulrike/Quante, Sonja (2011): Klettern in Kitas. Forschungsbericht. Universität Bayreuth

Wehrmann, Ilse (2023): Der Kita-Kollaps. Warum Deutschland endlich auf frühe Bildung setzen muss! Freiburg im Breisgau