

Zeitlicher Verlauf der Kita-Entwicklung nach QueB (Dauer: 1-1,5 Jahre)



Gemeinsames Verständnis entwickeln

Bedarf und Bestand ermitteln

Ziele setzen

Maßnahmen planen

In die Praxis umsetzen

Prozess dokumentieren

Maßnahmen evaluieren

Erfolgreiche Maßnahmen verstetigen

QueB

Begleitung durch ausgebildete Queb-Coaches

Start-Workshop	Der Start-Workshop wird in der Regel durch den Coach in Absprache mit der Einrichtung organisiert. Themenbereiche des Start-Workshops sind die eigene Haltung der Beteiligten zur Bewegung, die Motivation für das Thema, Bewegungsmöglichkeiten und Ideen zur Bewegungsförderung in der Kita. Darüber hinaus geht es um QueB und die im Verlauf anstehenden Schritte. Der Start-Workshop trägt dazu bei, ein gemeinsames Verständnis (vor allem im Bereich Bewegung) zu entwickeln.
Kita-Check	Die aktive Beschäftigung mit dem Kita-Check von QueB sollte die Wahrnehmung für die Themenbereiche Bewegung und Kita-Entwicklung schärfen und den Teams die Möglichkeiten näherbringen, die gemeinsam in der Kita angegangen werden können. Auch dieses Instrument leistet einen Beitrag auf dem Weg zu einem gemeinsamen Verständnis im Bereich Bewegung.
Schrittzähler	Durch die Erhebung von Schrittzählerdaten erhält man zu unterschiedlichen Zeitpunkten eine objektive Sicht auf das Bewegungsverhalten. QueB bietet die Möglichkeit, Gruppensätze von Schrittzählern zu leihen und stellt ausführliche Anleitungen und Erhebungsprotokolle zur Verfügung. Die Schrittzählerdaten geben Hinweise auf den IST-Zustand in der Einrichtung und sollten mit in die Zielplanung einfließen. Letztlich lässt sich den Schrittzählerdaten zu einem späteren Zeitpunkt objektiv ablesen, ob sich in Bezug auf das Bewegungsverhalten etwas in der Einrichtung verändert hat.
Befragungen	QueB stellt standardisierte Fragebögen für verschiedene Gruppen (z. B. pädagogische Fachkräfte, Kita-Leitungen) zur Verfügung. Aus diesen lassen sich Informationen über die Kitaentwicklung und die Bewegungsfreudigkeit in der Einrichtung ableiten. Sie dienen zur Beschreibung des IST-Zustands sowie zur Ermittlung des Bedarfs und sollten in die Zielplanung mit einfließen.
Individuelles Coaching	In QueB begleiten ausgebildete Coaches den gesamten Prozess vom Start- bis zum Abschluss-Workshop. Die Coaches bemühen sich einen möglichst guten Veränderungsprozess in der Kita zu unterstützen und zu begleiten.
Fachtage	In der Phase der Maßnahmenumsetzung können die Fachtage (Workshops mit Bewegungsexperten) wichtige Beispiele u. Informationen zur Unterstützung des Prozesses liefern. Zu nennen wären hier beispielsweise Workshops mit der Unfallkasse, mit Raumgestaltern oder weiteren Bewegungsexperten.
Zwischen-Workshop	Der Zwischen-Workshop, der in der Phase der Maßnahmenumsetzung angesiedelt ist, kann einen wichtigen Raum für den Austausch von Beteiligten, das Generieren von Ideen generieren oder das Finden von Lösungen bieten. Dieser wird gemeinsam mit den Coaches geplant und durchgeführt und kann, je nach individueller Situation, Kita-intern oder auch mit anderen Kitas gemeinsam durchgeführt werden.
Evaluationswerkzeuge	In QueB werden verschiedene fertige Verfahren (z. B. Schrittzählermessungen, Zielerreichungsskalierungen) angeboten, die die Dokumentation und Evaluation des Prozesses und der Zielerreichung erleichtern.
Abschlussbericht	Der Abschlussbericht sollte eine Dokumentation der Ergebnisse sowie Ideen zur Verstetigung von Maßnahmen enthalten. Unterstützung finden Kitas in den Coaches.
Abschluss-Workshop	In einem Abschlussworkshop können die Erfolge einerseits gefeiert werden, aber auch anderen Interessierten, wie z. B. Eltern, Träger-Vertretern, anderen Einrichtungen, der Presse und so weiter vorgestellt werden.

Aufgaben

Gemeinsames Verständnis entwickeln	Zu Beginn eines Veränderungsprozesses ist es wichtig, dass ein gemeinsames Verständnis darüber vorliegt, was für die Kita Bewegung und Bewegungsförderung bedeuten und welcher Stellenwert dem Thema Bewegung im Kita-Alltag beigemessen wird.
Bedarf und Bestand ermitteln	Nachdem ein gemeinsames Verständnis vorliegt, geht es im nächsten Schritt darum, den Bedarf und Bestand zu ermitteln. In QueB steht dabei immer das Thema "Bewegung" (im weitesten Sinne) im Fokus. Von den in QueB angebotenen Werkzeugen sind hier vor der Start-Workshop, der Kita-Check, die Erhebung von Schrittzählerdaten und standardisierte Befragungen hilfreich, um sowohl den IST-Zustand näher zu beschreiben als auch mögliche Veränderungsbedarfe festzulegen.
Ziele setzen	Die Schritte „Ziele setzen“ und „Maßnahmen planen“ sind eng miteinander verknüpft, sollten im Prozess aber erst einmal getrennt voneinander betrachtet werden. Nachdem der Bedarf ermittelt wurde, geht es erst einmal darum, sinnvolle Ziele zu setzen. Ziele gehen den Maßnahmen vorher, müssen konkret formuliert sein und einen messbaren Veränderungsanteil haben. Die in QueB angebotenen Werkzeuge „Startworkshop“, „Kita-Check-App“, „Schrittzähler“ und „Befragungen“ liefern Input sowohl für die Ziele als auch für die Maßnahmen.
Maßnahmen planen	Aus den formulierten Zielen sollten dann Maßnahmen abgeleitet werden, die allen Beteiligten möglichst Spaß machen. Um die Schritte „Ziele setzen“ und „Maßnahmen planen“ gut durchdacht durchzuführen zu können, gibt es in QueB Unterstützung von Coaches.
In die Praxis umsetzen	Nach der Zielformulierung und der Maßnahmenplanung geht es um die Umsetzung der Maßnahmen in die Praxis. Dieser zentrale Punkt sollte möglichst allen Beteiligten Spaß machen und damit wichtige Veränderungsprozesse in der Kita in Gang setzen. Wichtige Werkzeuge zur Begleitung des Umsetzungsprozesses sind die Beratung der Coaches aber auch Informationen oder Beispiele in fachlich gebundenen Workshops (Fachtagen) sowie der freie Austausch von Beteiligten in einem Zwischenworkshop.
Prozess dokumentieren	Um Nachhaltigkeit zu erreichen, sollte der Prozess der Umsetzung, mit Hilfe des Coaches, dokumentiert sein. QueB bietet verschiedene Werkzeuge, die die Dokumentation erleichtern.
Maßnahmen evaluieren	Die Evaluation ist als Teil der Dokumentation zu sehen. Sie ist zentral für die Bewertung des Erfolgs der Maßnahmen sowie auch für die weitere Planung der Kita-Entwicklung. Die von QueB angebotenen Schrittzählermessungen (Änderungen im Bewegungsverhalten) und Zielerreichungsskalierungen geben hier entscheidende Hinweise zur Überprüfung der Zielerreichung.
Erfolgreiche Maßnahmen verstetigen	Letztlich sollten die erfolgreichen Maßnahmen verstetigt werden, d. h. längerfristig zum Einsatz kommen. Erfolgreiche Maßnahmen sollten selbstverständlich in den Kita-Alltag integriert werden und langfristig fortgeführt werden, um das Bewegungsverhalten in der Kita nachhaltig positiv zu verändern.