

## Erscheint in Heft 1 2025, Bewegungstherapie und Gesundheitssport B&G Qualität entwickeln mit und durch Bewegung in Kitas – Werde QueB-Coach!

Das erfolgreiche siebenjährige Projekt "Qualität entwickeln mit und durch Bewegung" (QueB) der Universität Bayreuth, gefördert vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF), geht in die nächste Phase. Nach der positiven Evaluation soll das Programm nun bundesweit ausgebaut werden. Dafür suchen wir motivierte und engagierte Menschen, die Kitas auf ihrem Weg zu einer bewegungsfreundlichen Einrichtung begleiten und unterstützen möchten.

QueB basiert auf einem systemischen Ansatz. Die Grundidee ist, dass Kitas selbst am besten wissen, was sie für ihre Weiterentwicklung benötigen. Speziell für QueB entwickelte Instrumente und Methoden helfen den Einrichtungen, ihre Stärken zu erkennen und eine klare Vision für die Zukunft zu entwickeln. Am Ende der Entwicklungsphase steht eine Kita die Bewegung fest in ihrem Alltag verankert hat und als Querschnittsthema versteht.

Ein QueB-Coach unterstützt diesen Prozess als vertrauensvoller Begleiter. Er hilft den Kitas, Ziele zu formulieren, Herausforderungen zu meistern und den Weg zu einer bewegungsfreundlichen Kita nachhaltig zu gestalten.

### Grundlagen für ein Konzept zur bewegungsfreundlichen Kita

Eine Kita hinsichtlich Bewegungsfreundlichkeit zu unterstützen, erfordert einen klaren inhaltlichen Rahmen. Der QueB-Referenzrahmen umfasst neun zentrale Bereiche, die für die Weiterentwicklung der Kita wichtig sind.

Für die Arbeit mit dem Referenzrahmen ist der QueB-Kita-Check entwickelt worden. Dieses Tool ermöglicht es, den aktuellen Stand der Kita zu analysieren. Dabei werden unter anderem folgende Aspekte betrachtet: Welche



Bewegungsimpulse werden bereits erfolgreich umgesetzt, und wo gibt es noch Entwicklungsmöglichkeiten? Wie sind die räumlichen Gegebenheiten für Bewegungsaktivitäten gestaltet? Und wie gut ist das Team methodisch-didaktisch sowie fachlich für den Bereich Bewegung qualifiziert? Der Kita-Check zeigt sowohl Stärken als auch Verbesserungspotenziale auf.

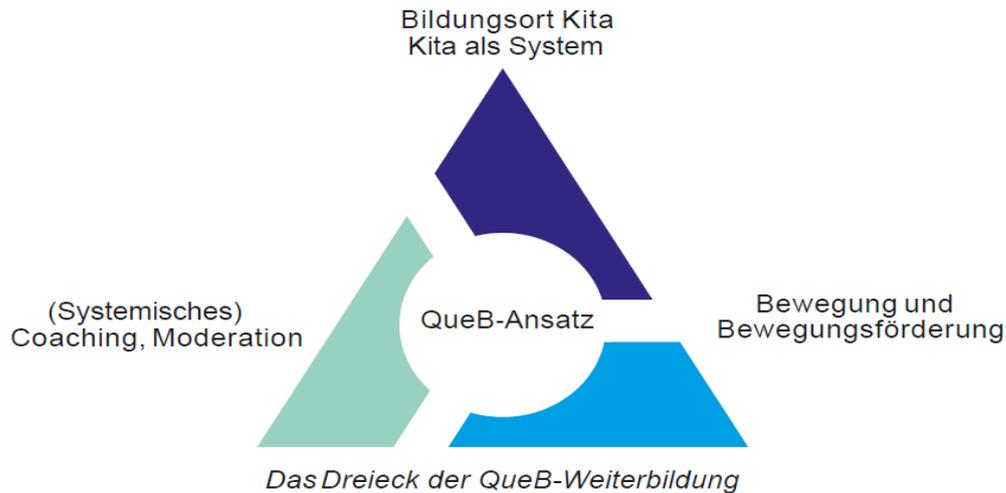
### **Warum ist ein Coach wichtig?**

Studien - unter anderem von der Bertelsmann-Stiftung und der Plattform Ernährung und Bewegung - zeigen, dass Kitas professionelle Begleitung benötigen, um sich erfolgreich weiterzuentwickeln. Forschungen der Universität Bayreuth belegen, dass Bewegungsangebote, die mit Bildungsthemen kombiniert werden, besonders wirksam sind, wenn gute Ausstattung, gezielte Qualifizierungsmaßnahmen und Coaching für Fachkräfte zusammenwirken. Keine dieser Maßnahmen allein führte zu vergleichbar positiven Ergebnissen. Kinder profitierten vor allem in den Bereichen Bewegung, Sozialkompetenz, Selbstwirksamkeit und Explorationsfreude.

Ein QueB-Coach begleitet Kitas etwa ein Jahr und hilft ihnen, Bewegung nachhaltig in den Alltag zu integrieren. Er unterstützt das Team mit Workshops und Coachings dabei, vorhandene Ressourcen und konkrete Bedarfe zu erkennen, Ziele und Maßnahmen zu entwickeln und Herausforderungen zu bewältigen. Darüber hinaus bietet der Coach Impulse zur Selbstreflexion und zum Selbst- und Gesundheitsmanagement. Gerade in Zeiten von Personalmangel und knappen Ressourcen ist diese Art der Unterstützung besonders wertvoll.

### **Entwicklung und Umsetzung der QueB-Coach-Weiterbildung**

In einer ersten Phase wurden wissenschaftliche Erkenntnisse zur Coaching-Forschung auf das Anwendungsfeld Kita übertragen. Dabei entstand ein erster Entwurf für ein Curriculum, das in einer Expertenrunde diskutiert und erprobt wurde. Aus diesen Diskussionen kristallisierte sich ein Modell heraus, das die Basis für die Weiterbildung der Coaches bildet.



Pandemiebedingt konnte die ursprünglich geplante Qualifizierung – Präsenzveranstaltungen ergänzt durch Selbststudium – nicht umgesetzt werden. Stattdessen wurde ein Blended-Learning-Ansatz entwickelt, der auf netzbasierte Formate setzte. Interessanterweise wurde diese Form der Zusammenarbeit von allen Beteiligten geschätzt und von den Entwicklern schließlich beibehalten. Die Erfahrung zeigt: Mit den richtigen Methoden kann auch im virtuellen Raum ein gutes und unterstützendes Miteinander entstehen, das effektives Lernen und Austausch ermöglicht.

Die nächste (nun vierte) Online-Weiterbildung startet Ende März 2025. Diese umfasst ein halbes Jahr Qualifizierung gefolgt von einem weiteren halben Jahr Erprobung mit Supervision, insgesamt ca. 230 Stunden. Über alle Details der Weiterbildung informieren Sie sich bitte auf unserer Website: [www.queb-coach.de](http://www.queb-coach.de).



**Gemeinsam können wir die Qualität der Bewegungsförderung in Kitas durch Coaching nachhaltig verbessern!**

Wir freuen uns auf die nächste Weiterbildungsrunde und auf tolle neue QueB- Coaches!  
Ulrike Ungerer-Röhrich, Sonja Quante, Günther Gediga