



Durch Spiel und Bewegung stark werden

Kinder brauchen für eine gesunde Entwicklung (kognitiv, emotional, motorisch, sozial) eine sichere Bindung und Beziehung zu ihren Eltern oder Bezugspersonen. Die Familie stellt somit den ersten Lernort für das Kind dar, sie spielt die zentrale Bedeutung für die kindliche Entwicklung. Nun sind Rahmenbedingungen, Strukturen der Familien sowie die „neuen“ Anforderungen an Eltern heutzutage komplexer geworden. Hinzu kommen die spezifische Lebenssituation und Konstellation der Familie (Alter der Eltern, Bildung, Wohnort, andere Belastungen). Dies bringt zahlreiche und größere Aufgaben mit sich, die viele Eltern nicht bewältigen können. Die Eltern- und Familienbildungsangebote sollen dabei die Erziehungskompetenzen der Eltern unterstützen und stärken, um die Belastungen der Familien zu minimieren.

1. Frühe Hilfen: Von Anfang an! (vgl. Nationales Zentrum Frühe Hilfen, **NZFH**)

In den ersten Lebensjahren werden entscheidende Weichen für die gesunde Entwicklung eines Kindes gestellt. Damit alle Kinder gesund aufwachsen, nach der Motto „Je früher desto besser“, werden in Rahmen der **frühen Hilfen** unterschiedliche Angebote für Mütter und Väter mit Beginn einer Schwangerschaft bis zum dritten Lebensjahr des Kindes angeboten.

Ziel der frühen Hilfe:

- Den Eltern bedarfsgerecht Unterstützung zu geben, indem ihnen Anleitung und Hilfestellung bei der Versorgung des Säuglings und beim Aufbau einer Beziehung zum Kind zuteil wird.
- Risiken für die Entwicklung des Kindes erkennen und vermeiden.
- Sicherheit, Förderung und Bildung des Kindes und seiner Eltern unterstützen.

Im gesamten Bundesgebiet gibt es kommunale, fachlich koordinierte **Netzwerke Frühe Hilfen**, sie sind für die bedarfsgerechte Planung, Qualitätsentwicklung und Umsetzung der Angebote sowie die strukturierte Zusammenarbeit der multiprofessionellen Fachkräfte zuständig, damit Familien frühzeitig Zugänge zum Hilfesystem und systematisch und passgenaue Unterstützung lokaler Anbieter erhalten. Das Land Baden-Württemberg bietet im Rahmen der Frühen Hilfe das **STÄRKE-Programm** an.

STÄRKE umfasst unterschiedliche Kurse und Angebote (Familienbildungsfreizeiten, offene Treffs), die von der für Familien zuständigen Behörde der jeweiligen Stadt- oder des Landkreises koordiniert wird. In Mannheim ist die Frühe-Hilfen-Fach- und Koordinationsstelle unter Cornelia Leutner für das Programm zuständig.

Ziele des STÄRKE-Programms sind:

- Die Förderung der Beziehungs-, Erziehungs-, und Alltagskompetenzen von (werdenden) Eltern. *Väter sollen bewusster in die Familienbildung miteinbezogen werden.*
- Die Zusammenarbeit und Vernetzung öffentlicher und freier Träger der Jugendhilfe und Familienbildung, Bildungseinrichtungen sowie anderer Akteure
- Die Senkung der Schwellenängste vor Inanspruchnahme außerfamiliärer Hilfe

Die aktuellen Rahmenvereinbarungen des Programms werden zurzeit überarbeitet, grundsätzlich ist die erste Voraussetzung an dem Programm teilzunehmen, ein Hauptwohnsitz in Baden-Württemberg. Die Teilnahme an dem Programm ist kostenlos. Außer der offenen Treffs gibt es spezielle Familienbildungsangebote für Familien in besonderen Lebenssituationen:

Alleinerziehende, frühe Elternschaft, Familien mit Gewalterfahrung, Familien mit einem kranken, behinderten oder von Krankheit beziehungsweise Behinderung bedrohten Familienmitglied, Familien mit Mehrlingsgeburten, Familien mit Migrationshintergrund, Familien mit Pflege- oder Adoptivkindern, Familien in prekären finanziellen Verhältnissen, Familien in Trennung und Scheidung, Patchwork-Familien, Regenbogenfamilien sowie Familien, die einen Unfall oder den Tod eines Familienmitglieds bewältigen.

Der Kurs **Spiel und Bewegung** ist ein Angebot im Rahmen des STÄRKE-Programms für Familien in besonderen Lebenslagen (Schwerpunkt Migrationshintergrund, Behinderung). Im Jahr 2013 habe ich das Konzept des Kurses entwickelt, nach der Prüfung durch die Frühe-Hilfen-Fach- und Koordinationsstelle Mannheim habe ich die Berechtigung bekommen, den Kurs im Rahmen von „**STÄRKE**“ anzubieten sowie mit dem Logo zu werben. Der Kurs wird in den Eltern-Kind-Zentren (ElKiZ) der Stadt Mannheim durchgeführt.

Der Kurs **Spiel und Bewegung** umfasst 10 Stunden, die Teilnehmerzahl ist zwischen 4 und 8 Eltern mit ihrem Kind (1 bis 3 Jahre).

Ziele:

- Die Bindung zwischen Eltern und Kindern durch Spielen und Bewegung fördern.
- Die Bedeutung von Spiel und Bewegung im Babyalter und für Kinder kennen lernen.
- Spielen mit dem Baby und kleinen Kindern – lernen worauf es ankommt.
- Anregungen für das Spielen und die Bewegung im Alltag.
- Interkultureller Austausch auf verschiedenen Ebenen rund um die Entwicklung der Kinder.
- Informationen und Austausch rund um Bewegung, Spiele und Spielzeuge.
- Austausch und Informationen über Mehrsprachigkeit.

Inhalte:

- **Rituale** und Ihre Bedeutung für die Kinder, das Familienleben und die Strukturierung des Alltags. Rituale im Kurs sind: Begrüßungskreis (die Begrüßungslieder, kleine Spiele auf dem Schoß), die Vorstellung des Hauptthemas sowie das Aufräumen und Abschlusskreis.
- **Alltag:** Kindergerechter Alltag? Oft kann ausreichende Bewegung und Entspannung Alltagsstress reduzieren. Im Kurs werden Ideen für Spiel, Bewegung und Entspannung statt Fernsehen und Co bearbeitet (Alltagsmaterialien, einfache Bewegungslandschaft). Außerdem erkunden wir erreichbare Spielplätze und Ausflugsmöglichkeiten.
- **Bindung-Beziehung-Kommunikation:** Bedürfnisse der Kinder erkennen (u.a. Exploration, Selbständigkeit, Nähe, Unterstützung), z.B. durch Beobachtung und Zuwendung.
- **Entwicklungsstufen:** Antworten auf Fragen der Eltern: **Wann?** (spielt mein Kinder allein? / hört es mir zu und folgt meinen Anweisungen? / schläft es durch? / kann mein Kind Fahrradfahren? / aufräumen?)
Eigene Impulse: **Warum?** (sind Bewegungserfahrungen wichtig? / ist das Gleichgewicht wichtig und wie können wir es fördern? / sind wir Eltern als Vorbild gefragt?)

Methode:

Erziehungs- und Alltagskompetenzen der Eltern können im Kurs durch Beobachtung, Anregungen, Informationen (Broschüren, Arbeitsblätter, freiwillige „Hausaufgaben“), Austausch und Selbstreflexion u.a. gestärkt werden. Wichtiger Bestandteil der Stunden ist das aktive Spiel der Eltern sowie die Entspannung und Gelassenheit (Beobachtung der Kinder und Austausch in der Stunde positiv erleben). Dies kann den Eltern helfen, eine Struktur im Alltag, der genügend Bewegung Spiel und Entspannung beinhaltet, zu gestalten, mutig und kreativ zu handeln, Ressourcen zu aktivieren, sich selbstwirksam zu erleben.

Aufbau der Stunden:

- 1.-2. Stunde: Kennenlernen: Erster Kontakt, Vertrauen mit den Eltern und Kindern aufbauen, Einschätzung der Gruppe.
- 3.-8. Stunde: Bewegungsanlässe und Spielangebot je nach Alter, Entwicklungsstufe und Bedürfnissen der Kinder. „Frühere“ traditionelle Spielzeuge (Hula hoop und Seile) kommen auch ins Spiel. Bearbeitung der o.g. Inhalte.
- 8.-9. Stunde: Ausflug (Themen u.a.: Bewegung in der frischen Luft, laufen statt geschoben werden, die Natur genießen und entdecken, Gruppenaktivität erleben).
10. Stunde: Abschluss, Evaluation, offene Fragen.

Bücher:

Largo, Remo: Babyjahre. Hamburg 1993

Becker-Stoll F, Beckh K, Berkie J: Bindung: Eine sichere Basis fürs Leben. München 2018

Zimmer, Renate: Kinder unter 3- von Anfang an selbstbewusst und Kompetent. Freiburg 2009

PDF:

Bechstein, Manfred: Spielentwicklung; www.ebookbrowse.net/01spieletwicklug-pdf-d26336358

BzgA Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: Expertise Gesundheitsfördernde Elternkompetenzen,

https://www.fruehehilfen.de/fileadmin/user_upload/fruehehilfen.de/pdf/Publikation_BZgA_Expertise_Gesundheitsfoerdern_de_Elternk.pdf

Internetseiten:

<https://www.fruehehilfen.de>

<https://sozialministerium.baden-wuerttemberg.de/de/soziales/familie/eltern-und-familienbildung/landesprogramm-staerke/>

<https://www.kindergesundheit-info.de/themen/spielen/1-3-jahre/>