



Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser!

Der Winter hatte uns in diesem Jahr (2010) fest im Griff. Den Autofahrern behagte der viele Schnee sicherlich nicht immer, aber wer im schneebedeckten Deutschland unterwegs war, konnte sich an einer herrlichen schneebedeckten Landschaft erfreuen und sie in anderer Sicht wahrnehmen. Für mich war dies viel erbauender, als das sonst in den meisten Regionen Deutschlands vorherrschende nasse, triste Wintergrau. Gerade in flacheren Gebieten war es für viele Kinder oft das erste Mal, dass sie so lange und mit so viel oder überhaupt mit Schnee konfrontiert waren. Mit welcher Freude die Kinder im Schnee tobten, war herrlich zu beobachten, aber auch, wie der Schnee Eltern und Kinder zu gemeinsamen Schlittenfahrten und zum Spielen angeregte. Schnee: ein „sozialer Bewegungsmotivator“!

Die Last des Schulranzens ist Thema im ersten Beitrag „Einfluss des Schulranzengewichts auf haltungs- und gleichgewichtsrelevante Parameter bei Grundschulern im Stehen“ von *Oliver Ludwig* und *Jerome Ruffing*. Gerade die vermuteten gesundheitlichen Beeinträchtigungen durch zu hohes Ranzengewicht erregen immer wieder die Gemüter. Die Formel „Der Schulranzen sollte 10 bis 12 Prozent des Körpergewichts betragen“

steht im Raum. Hat sie Gültigkeit? Wo ist die wissenschaftliche Grundlage dafür? Birgt solch eine Normsetzung nicht auch Gefahren? An insgesamt 60 Schülern der Klassenstufe 1 und 2 untersuchten die Autoren die Auswirkungen des Schulranzengewichts auf Haltung und Gleichgewicht, vor und nach einer simulierten Schulwegbelastung. Sie stellen die Methodik und die Ergebnisse vor und diskutieren diese in Zusammenhang mit der vorliegenden Norm.

Mehr Qualität bezüglich der Bildung in Kindertagesstätten ist im Moment eine Forderung in Deutschland. Welche Bedingungsfaktoren braucht es für gelingende Bildungsprozesse? Welche Rolle spielen Bewegung und Gesundheit dabei? Das Konzept der guten gesunden Kita – ein Projekt der Bertelsmann Stiftung – führt erstmals die Bereiche Bildung, Gesundheit und Bewegung ganzheitlich in Lern-, Spiel- und Arbeitsabläufen in der Kindertagesstätte zusammen. Es geht dabei auch um die Verankerung von bildungs- und gesundheitsfördernden Rahmenbedingungen in den Einrichtungen. In dem Artikel „Die gute gesunde Kita – ein Ansatz zur nachhaltigen Steigerung von Bildungs- und Gesundheitsqualität“ von *Martin Biebricher*, *Andrea Engelhardt* und *Anja Langness* wird zunächst das Konzept der guten gesunden Kita und die Umsetzung im Modellprojekt „Kitas bewegen – für die

gute gesunde Kita“ beschrieben. Im Anschluss werden die Ergebnisse der umfangreichen Evaluation des Projektes „Kitas bewegen“ zusammengefasst sowie Schlussfolgerungen und praktische Tipps für Kitas abgeleitet.

Bewegungskunststücke beherrschen, Anerkennung erhalten für gelungene Bewegungsvorführungen – eine „sprudelnde Quelle“ für das Wachsen des Selbstwertgefühls, insbesondere bei Kindern. Deswegen können gerade Zirkus-AG's einen wichtigen pädagogischen Beitrag an Schulen hinsichtlich der Entwicklung von Kindern leisten, da nicht nur motorische Fähigkeiten, sondern auch personale und soziale Kompetenzen gefördert werden können. *Alexander Butte* gibt in „Auf der Laufkugel unterwegs – eine zirkensische Herausforderung“ Anregungen zum Erlernen des Laufens auf der Laufkugel und Tipps für Vorführungen.

Wie manche Unwägbarkeiten des Wetters, so war diesmal das Erstellen der Zeitschrift von Widrigkeiten beeinflusst. Ich bitte Sie daher, das sehr verspätete Erscheinen zu entschuldigen.

Ihr

Reinhard Liebisch

IMPRESSUM

Haltung und Bewegung
ISSN 0178-3033
Ausgabe 4-2009, 29. Jahrgang

Herausgeber:
Bundesarbeitsgemeinschaft für
Haltungs- und Bewegungsförderung e.V.
Matthias-Claudius-Straße 14
65185 Wiesbaden
Telefon: (0611) 37 42 09
Telefax: (0611) 910 07 06
E-Mail: baggesund@t-online.de
Internet: www.haltungundbewegung.de
Bankverbindung: Wiesbadener Volksbank
(BLZ: 510 900 00), Konto-Nr.: 15 104 01

Schriftleitung:
Reinhard Liebisch

Redaktion:
Dr. Sigrid Dordel
Christoph Schieb

Erscheinungsweise:
Vierteljährlich zum Quartalsende

Preis:
Einzelheft: 5,00 Euro
Jahresabonnement 19,00 Euro
inkl. Versand
Ausland 20,00 Euro, inkl. Versand

Bei Mitgliedern ist der Verkaufspreis
durch den Mitgliedsbeitrag abgegolten.

Autoren dieser Ausgabe:
Martin Biebricher, Alexander Butte,
Andrea Engelhardt, Dr. Anja Langness,
Dr. Oliver Ludwig, Jerome Ruffing,
Dr. Günter Vogel

Titelfoto:
Christoph Schieb

Gestaltung, Layout, Produktion:
CONCEPTDESIGN
Iris und Norbert Bretschneider
Studio für Gestaltung
Rosengasse 14
65366 Johannisberg

Druck:
Frotscher-Druck, 65295 Darmstadt

© Die Zeitschrift sowie alle Beiträge
und Abbildungen sind urheberrechtlich
geschützt.

Die Zeitschrift wird gefördert
durch das
Bundesministerium für Familie,
Senioren, Frauen und Jugend
Bonn



INHALT

Günter Vogel	
2010	1
Editorial	2
Oliver Ludwig – Jerome Ruffing	
Einfluss des Schulranzengewichtes auf haltungs- und gleichgewichtsrelevante Parameter bei Grundschulern im Stehen	5
Martin Biebricher – Andrea Engelhardt – Anja Langness	
Die gesunde Kita – ein Ansatz zur nachhaltigen Steigerung von Bildungs- und Gesundheitsqualität	18
Alexander Butte	
Auf der Laufkugel unterwegs – eine zirzensische Herausforderung	27