

# KOMM MIT IN DAS GESUNDE BOOT



## ELTERNARBEIT

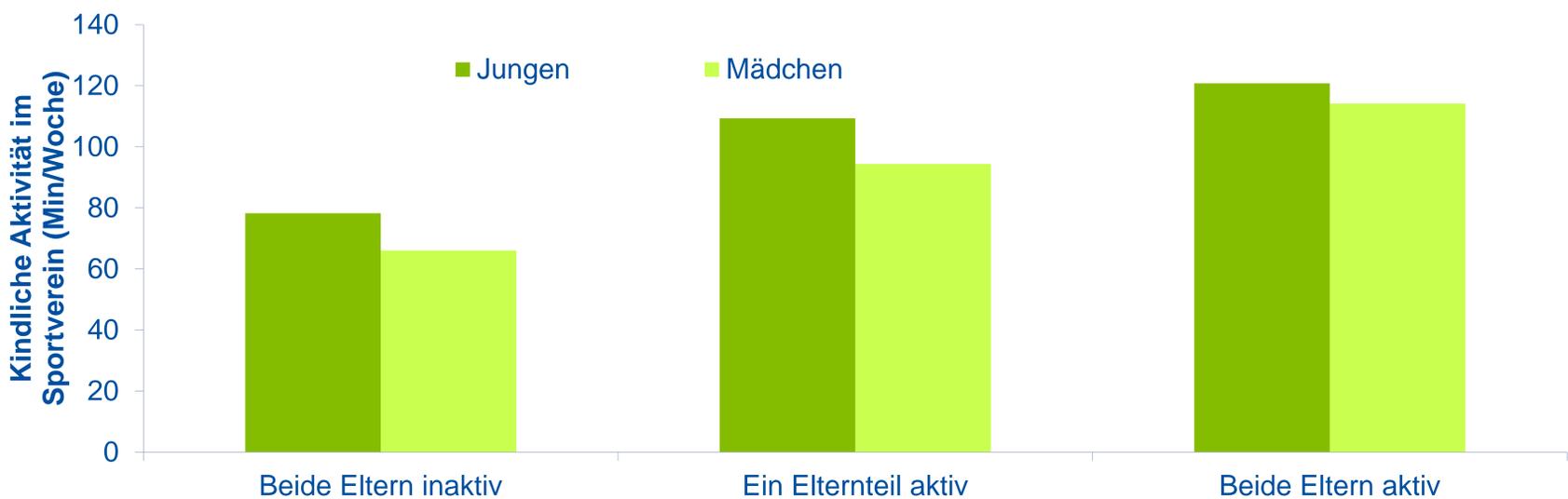
### WARUM ELTERNARBEIT?

- Eltern sind Vorbilder für die Kinder<sup>1</sup>
- Kinder benötigen die Unterstützung der Eltern (z. B. Transport, Integration in den Alltag etc.)
- Das Elternhaus stellt den wichtigsten Lebens- und Einflussbereich der Kinder dar
  - ➔ Besondere Bedeutung der Elternarbeit
- Eltern durch den Einsatz von Familienhausaufgaben bzw. gestalteten Postern über Themen informieren
- Eltern durch fundierte Materialien für den Elternabend und Elternbriefe Hintergrundwissen vermitteln



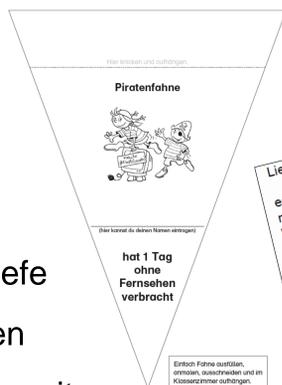
### FAMILIE UND BEWEGUNG

- Ergebnisse der Baden-Württemberg Studie<sup>2</sup> zeigen, dass es einen Zusammenhang zwischen dem Aktivitätsverhalten der Eltern und dem der Kinder gibt
- Die Wahrscheinlichkeit dass ein Kind normalgewichtig ist, ist höher, wenn ein oder beide Elternteile sportlich aktiv sind



### ELTERNARBEIT IM GESUNDEM BOOT

- Elternabende
- Elterninformationen
- Elternbriefe/Kinderbriefe
- Familienhausaufgaben
- Gemeinsame Familienzeit
- Praktische Umsetzungsmöglichkeiten
- (Vor-)Lese geschichten mit Finn und Fine



Liebe Kinder,  
es gibt so viele tolle, aktive Sachen, die man in der Freizeit, also der nach dem Kindergarten oder am Wochenende machen kann. Wir gehen gerne auf den Spielplatz, fahren Laufrad, spielen Fußball, machen Ausflüge, hüpfen Trampolin und spielen Verstecken.  
Was macht ihr gerne?  
Es ist sehr gesund aktiv zu sein, sich viel zu bewegen und spannende Dinge zu erleben. An manchen Tagen haben wir gar keine Zeit fernzusehen. Vielleicht geht es Euch ja auch manchmal so: Es an denen Ihr den Fernsehapparat gar nicht einschaltet. Diese meist die allerbesten.  
Für solche Tage haben wir eine Piratenfahne für euch gebastelt. Ihr es schafft keine Filme oder Serien am Fernseher oder Computer zu schauen, dann bekommt ihr eine Piratenfahne von uns. Pro Fahne einen Namen schreiben, dann bekommt ihr eine Piratenfahne von uns. Pro Namen schon schreiben kann, darf ihn darauf schreiben in eurem Gruppenraum oder in den Gängen des Kindergartens aufgehängt werden.  
Macht ihr mit? Wir fänden das toll.  
Euer Finn und eure Fine



**2. Elternabendelement „Bewegung“**  
(Idealerweise als mittlerer oder letzter Punkt eines regulären Elternabends)  
Materialien: Musik  
Dauer: ca. 25 Minuten

Überblick	Erklärungen	Material
Bewegungs-ause	Bewegungspause mit einer Bewegungskarte die ein Elternteil oder die/der Erzieherin zieht und vorstellt.	Bewegungskarte n
Einsteig	Warum brauchen Kinder Bewegung? Zusammenstellung „Warum brauchen Kinder Bewegung?“ kann als Vortragsteil oder Poster präsentiert werden, es ist zudem möglich die Zusammenstellung als Handout auszugeben. Abschließender Hinweis: Nicht nur Kinder brauchen Bewegung, auch die Eltern.	Zusammenstellung „Warum brauchen Kinder Bewegung?“
Denkanstöße /Vernektung	Musikstoppspiel: Denkanstöße „Bewegung im Familienalltag“, „Vorbild Eltern“ Erzieher/Erzieherin legt die Denkanstöße aus. Die Eltern gehen durch den Raum, während die Musik läuft. Bei Musikstopp bleiben sie für ca. 3-5 Minuten. ame Reflektieren ist möglich.	Denkanstöße „Bewegung im Familienalltag“, „Vorbild Eltern“, Musik
	Die für die ganze Familie* wird ausgeteilt, falls bei dem Elternabend teilnehmen erhalten den	Elternbrief „Spiele für die ganze Familie“

### MÖGLICHKEITEN DER ELTERNEINBINDUNG

- Über relevante Gesundheitsthemen und über laufende Programme **informieren**
- **Kompetenzen** z.B. in Form von Elternkursen **vermitteln**
- Eltern **anregen**, die Inhalte, die im Kindergarten und der Schule vermittelt werden, auch zu Hause umzusetzen
- Eltern **an Entscheidungen beteiligen** und zur Mitgestaltung auffordern
- **Elterngruppen** einrichten
- Eltern in verschiedene Aktivitäten als **Helfer einbeziehen**

### LITERATUR

1) Loveland-Cherry, C.J. (2000). Family interventions to prevent substance abuse: children and adolescents. Annual Review of Nursing Research, 18(1):195-218.  
2) Erkelenz, N., Kobel, S., Kettner, S., Drenowatz, C., Steinacker, JM. (2014). Parental Activity as Influence on Children's BMI Percentiles and Physical Activity. Journal of Sports Science and Medicine, 13:645-650.