

# Kinder spielend stärken

Prävention frühzeitig etablieren: mit den ganzheitlichen KLASSE-Programmen von KIKS UP



**U**nter dem Leitgedanken „Kinder spielend stärken“ entwickelt KIKS UP Präventionsprogramme, die die Bereiche psychosoziale Gesundheit (Sucht- und Gewaltprävention), Bewegungsförderung sowie Ernährungsbildung und Genussbildung bündeln. Das Ziel: die Lebens-, Bewegungs- und Ernährungskompetenz von Kindern und Jugendlichen zu stärken sowie die Erziehungskompetenz der beteiligten Personen zu fördern. So kann Fehlernährung, Bewegungsmangel sowie Sucht- und Gewaltverhalten nachhaltig vorgebeugt werden.

## Gesundes Aufwachsen fördern

Die Bedeutung von frühzeitiger Prävention kann nicht hoch genug eingeschätzt werden. Kinder sollten so früh wie möglich die notwendigen Fähigkeiten und Kompetenzen für ein gesundes und erfolgreiches Leben entwickeln können. Doch der Blick in den Kita- oder Grundschulalltag zeigt, dass es vielen Kindern an wesentlichen sozial- oder altersentsprechenden Bewegungs- und Genusskompetenzen fehlt. Durch entwicklungsorientierte Prävention können Risikofaktoren beizeiten verringert und Schutzfaktoren gestärkt werden.

## Prävention auf drei Ebenen

Die Programme von KIKS UP wirken auf drei Ebenen: Kinder, Fachkräfte, Eltern. Sie verbinden durch aufeinander aufbauende und gut verzahnte Maßnahmen die Settings Kita, Grundschule und Betreuung sowie Familien mit einem ganzheitlichen Präventionskonzept. Mit dieser Strategie zählt KIKS UP bundesweit zu den Vorreitern erfolgreicher, zeitgemäßer Prävention – seit fast 20 Jahren.

## Die KLASSE-Programme

Für die Grundschule hat KIKS UP eine einzigartige Idee entwickelt, die es ermöglicht, Prävention spielerisch in den Unterricht einzubinden. Das Präventionsprogramm KLASSE KLASSE wird seit 2015 bundesweit an Grundschulen eingesetzt, und wurde 2017 in die Grüne Liste Prävention, die Empfehlungsliste evaluierter Präventionsprogramme, aufgenommen.

Die Neuentwicklung KLASSE KITA bringt Prävention nun auch spielerisch in die Kita, KLASSE LERNORT in die Betreuung an Grundschulen. Die drei Programme können unabhängig voneinander oder zusammen als Präventionskette eingesetzt werden. Sie orientieren sich an aktuellen Erkenntnissen der Neurowissenschaft, Psychologie, Pädagogik, Oecotrophologie und Sportwissenschaft. KIKS UP überträgt zudem viele Themen der Bildungs- und Erziehungspläne konsequent und praxistauglich.

## Wie's funktioniert: Beispiel KLASSE KLASSE

Im Klassenraum wird das magnetische Spielbrett für alle gut sichtbar aufgehängt. Kurze Bewegungsanreize dienen als „Würfel“ und ermöglicht es den Kindern, ihre Spielfigur über das Spielfeld zu bewegen. Täglich zieht ein Kind der Klasse eine Bewegungskarte, die im Unterricht gleichzeitig als Leseübung genutzt werden kann.

Die Aufgaben der Bewegungskarten stärken vor allem das Gleichgewichtsgefühl der Kinder. Dies hat nachweislich großen Einfluss auf Lese-, Rechtschreib- und mathematische Kompetenzen.

Über Ereignisfelder werden Einheiten zur Ernährungsbildung in den Spielverlauf integriert, die als aufeinander aufbauende Einheiten die Ernährungskompetenzen der Kinder sukzessive erhöhen. Lebenskompetenzthemen werden durch magnetische Spielfeldelemente und die dazugehörigen Themenkarten zeitweise eingebunden.

- Themen für die Klassen 1 & 2: Regeln etablieren, Vertrauen aufbauen, Klassengemeinschaft stärken, Wahrnehmung schärfen, Gefühle verstehen, Menschen, die ich liebe, Freizeit gestalten, Miteinander kooperieren lernen, Entspannung erfahren, Klasse trinken, Klasse frühstücken
- Themen für die Klassen 3 & 4: Klassenrat einführen, Konflikte lösen lernen, Meine neue Schule, Probleme lösen lernen, Rollen finden, Freundschaft pflegen, Werbung verstehen, Normen und Werte entwickeln, Cool und sicher durchs Leben, Klasse genießen

KLASSE KLASSE bietet vielfältige, ansprechend gestaltete Materialien. Die Praxiserfahrungen belegen, dass die Schüler\*innen sich mit viel Spaß und einer hohen Eigenmotivation auch mit schwierigen Themen auseinandersetzen, die Klassengemeinschaft gestärkt wird und ein angenehmes Lernklima entsteht. Die Lehrkraft hat viele Einfluss- und Steuerungsmöglichkeiten, um die Lerninhalte an die Bedürfnisse der Klasse anzupassen.



### Prävention in der Kita: KLASSE KITA

Auch bei diesem Programm „spielen“ Kinder Präventionsthemen, das Spielbrett ist altersgerecht gestaltet. Die Bewegungsübungen, die es zum täglichen Weiterücken der Spielfigur braucht, können gemeinsam mit den Kindern überlegt und durchgeführt werden. Das Belohnungsfeld sorgt dafür, dass das Spiel immer wieder spannend und motivierend bleibt. Die Ereigniskarten, die gezogen werden, wenn die Spielfigur auf ein Ereignisfeld kommt, geben Spielanweisungen und stellen Fragen, die der kognitiven Ernährungsbildung dienen. Über die Themenfelder und -karten werden die folgenden Inhalte in das Spiel einbezogen, zum Beispiel Spielzeugfrei, Komplimente, Regeln, Gefühle, Genuss (Ernährungsbildung, Genussschulung), Fit (Bewegungsförderung, Entspannung).



### ... und in der Betreuung an der Grundschule: KLASSE LERNORT

KLASSE LERNORT richtet sich an Fachkräfte und Nichtfachkräfte des Betreuungsteams. In regelmäßigen Abständen, z. B. bei Besprechungen, werden die Namens-Magnete der Mitarbeitenden auf der Planungstafel in die Felder Fit, Genuss und Leben verteilt. So wissen alle, zu welchem Präventionsbereich sie eine Anleitung aus der KLASSE KISTE wählen und mit den Kindern umsetzen können. 140 Praxiseinheiten und Umsetzungs-ideen aus den entsprechenden Präventionsbereichen, stehen als DIN-A5-Karten in der KLASSE KISTE bereit.



Zu jedem der drei KLASSE-Programme wurde ein Handbuch entwickelt, das den theoretischen Hintergrund, die Spielbeschreibung, Anleitungen zur praktischen Umsetzung und die Elternbriefe enthält.

### Die Methode Spiel

Was tun Kinder am liebsten? Sie spielen – und sie lernen im Spiel. Daher hat KIKS UP die Methode Spiel gewählt, um den Kindern den für sie besten Zugang zu bieten. Beim Spielen entwickeln, üben und festigen Kinder in den verschiedenen Entwicklungsbereichen individuell grundlegende Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse, wie z. B. das Einhalten

von Regeln, das Aushalten von Enttäuschung und Misserfolg, soziales Lernen und Frustrationstoleranz, Spaß und Interaktion. Das Spielen fördert Fantasie und Kreativität und vermittelt auch komplexere systemische Zusammenhänge.

### Die Perspektive

Die Positive Pädagogik legt den Fokus auf die individuellen Stärken und Potenziale. Die KLASSE-Programme tragen dazu bei, dass regelmäßige Bewegung integriert und abwechslungsreiche Essgewohnheiten entwickelt werden. Fachkräfte werden in ihrer Vorbildfunktion gestärkt und die Zusammenarbeit mit den Eltern gefördert.

Mit den Elternbriefen, die fester Bestandteil aller drei Programme sind, wird das Bewusstsein für Sozialkompetenzen, Bewegung und Ernährung geschärft. Die Elternbriefe zeigen konkrete Möglichkeiten auf, wie diese Aspekte zuhause weitergeführt werden können.

### Praxisnah und handlungsorientiert

Eine Fortbildung in Präsenz oder über die Online-Lernplattform mit persönlicher Begleitung bereitet auf den Einsatz der KLASSE-Programme vor. Beim Vermitteln von Wissen und vielen Beispielen setzt das KIKS UP-Team auf Praxisnähe. So werden die Teilnehmenden bestens auf den Einsatz in ihrem jeweiligen Setting vorbereitet und gewinnen u. a. mehr Sicherheit im Umgang mit komplexen und herausfordernden Aufgaben. Direkt nach Abschluss der Fortbildung kann gestartet werden.

Die kontinuierliche Begleitung wird durch jährliche Qualitätszirkel gesichert. Die drei Programme sind bestens geeignet, um in Präventionsketten eingesetzt zu werden.

### KIKS UP e. V.

Seit der Gründung 2004 arbeitet ein multiprofessionelles Team von Pädagog\*innen, Oecotropholog\*innen, Mediziner\*innen sowie Bewegungs- und Sportwissenschaftler\*innen mit dem Konzept von ganzheitlicher Prävention und hat es kontinuierlich weiterentwickelt. Dieser Ansatz ist inzwischen zum Qualitätsstandard moderner Präventionsmaßnahmen geworden – auch durch die jahrelange Arbeit von KIKS UP e. V., die bereits mehrfach ausgezeichnet wurde.

Das Ziel: Kinder sollen zu starken, sozial und emotional kompetenten Persönlichkeiten heranwachsen, die Freude an Bewegung haben, sich ausgewogen ernähren und auf ihre Gesundheit achten.

*Der Text ist von KIKS UP zur Verfügung gestellt worden. Die Geschäftsstelle hat ihren Sitz in der KIKS UP-Akademie in Bad Nauheim. [www.kiksup.de](http://www.kiksup.de)*



# KIKS UP