

Gefördert durch:



YogaKiMo

Projekträger: AWO Kita Prenzlauer Str./ Mo.Ki Familienzentrum NRW

ZIELSETZUNG

Im Mittelpunkt des Projektes steht die gesundheitsförderliche Weiterentwicklung des Kita-Alltages mit Methoden des „Hatha-Yoga“. Durch Praktiken des Yoga sollen Selbstwahrnehmung und Selbstregulation, Entspannung und Stressbewältigung sowie eine verbesserte Körperhaltung von Kindern aus fünf Kindertagesstätten in Monheim am Rhein gestärkt werden. Im Rahmen der Umsetzung werden Fachkräfte durch einen zertifizierten Yoga-Lehrer angeleitet, neue Alltagsroutinen erarbeitet sowie fachlich begleitet einstudiert. Zusätzlich zur Gesundheitsförderung und Lebensweltgestaltung für Kinder im Alter von 3 bis 6 Jahren richtet das Programm begleitende Angebote an Eltern.

LEBENSWELT

- Das Projekt wird in einer der fünf Kindertagesstätten im Berliner Viertel in Monheim am Rhein durchgeführt.
- Im Mo.Ki-Modellprojekt „Armutsprävention vor Ort - Mo.Ki. - Monheim für Kinder“ konnte ein hoher Handlungsbedarf ermittelt werden aufgrund überdurchschnittlich hohen Anteilen an
 - Kindern mit Entwicklungsverzögerungen in verschiedenen Bereichen,
 - benachteiligten und armen Familien und
 - Familien mit Migrationshintergrund.

ZIELE & MAßNAHMEN

- Elemente des Yoga sind als Bestandteil des Kita-Alltages integriert.
- Kindern und Eltern wurden zu einem gesundheitsförderlichen und bewussten Lebensstil motiviert.
- Die Kinder, ihre Eltern und das pädagogische Fachpersonal sind umfassend an der Umsetzung beteiligt.
- Das Vorhaben und die Ergebnisse werden in den städtischen Gremien vorgestellt, so dass eine Übertragbarkeit ermöglicht wird.
- Den Zielgruppen werden gesundheitsbezogene Informationen und praktischen Fertigkeiten aus den Handlungsfeldern „Bewegung“, „Stressbewältigung“, „Allgemeine Lebenskompetenz“ sowie weitere Handlungsbereiche wie „Körperwahrnehmung“, „Selbstwirksamkeit“ und „soziale Kompetenz“ vermittelt.

Gefördert durch:



KOORDINATION UND KOOPERATION

- An der Projektdurchführung sind das Gesundheitsamt des Kreises Mettmann, das Jugendamt (Jugendhilfeplanung, Frühe Hilfen) und der Arbeitskreis Prävention beteiligt.
- Eine Steuerungsgruppe, besteht u. a. aus der FamZ-Leitungsrunde NRW sowie dem Gesundheitsamt und Jugendamt Mettmann.

NACHHALTIGKEIT

- Das Konzept wird formal in der Kitakonzeption verankert.
- Die Übertragbarkeit des Konzeptes auf umliegende Kitas wird durch die Steuerungsgruppe sichergestellt.
- Durch die Schulung der Kita-Fachkräfte und eingeübten Elemente des Yoga wird der Kita-Alltag nachhaltig gesundheitsförderlich entwickelt.

QUALITÄTSSICHERUNG

- Evaluationen werden während und nach der Modellprojektphase über Selbsteinschätzungen, Befragungen, Beobachtungen, Reflexionsgespräche durchgeführt.
 - Die Bewertungen durch Kinder, pädagogische Fachkräfte und Eltern werden dokumentiert, aufbereitet und im Steuerungsgremium erörtert.
-

KONTAKT

Silke Hergl
AWO Kita Prenzlauer Str./ Mo.Ki Familienzentrum NRW
E-Mail: FamZ.Kita.prenzlauer-strasse@awo-niederrhein.de
Tel.: 02173/51625



Bezirksverband
Niederrhein e.V.