

# „KiVi Kids...vital!“

## Gesundheitsförderung in Volksschulen

VON MAG. ANGELIKA STÖCKLER MPH

**KiVi, das multidisziplinäre Projekt der aks gesundheit, unterstützt Wohlbefinden, Gesundheit und Lernerfolg. Es basiert mit den Bereichen Bewegung, Ernährung und psychosoziales Wohlbefinden auf den zentralen Säulen der gesunden Schule. KiVi bietet viele Anregungen, die es Lehrpersonen leicht machen, täglich kleine „Inseln“ für mehr Wohlbefinden in den Unterricht einzubauen. Beispielsweise schwungvolle Aktivierungs- und Konzentrationsübungen, die die Kinder in 2 bis 3 Minuten wieder in Form bringen oder einfache Atemübungen, die für Entspannung und eine gute Lernatmosphäre sorgen.**

### Befragung von Lehr- und Betreuungspersonen

Das aus Mitteln des Projektes „Kinder im Gleichgewicht“, des Fonds Gesundes Österreich und des Landes Vorarlberg finanzierte Projekt wird derzeit an einem Drittel der Vorarlberger Volksschulen umgesetzt. Um bei der bevorstehenden Überarbeitung und Weiterentwicklung des Projektes die Erfahrungen und Wünsche der Lehr- und Betreuungspersonen, die im Zeitraum von 2011 bis 2014 mit den KiVi-Materialien gearbeitet haben, bestmöglich berücksichtigen zu können, wurde im Mai / Juni 2014 eine Online-Befragung durchgeführt. Von den 162 zur Teilnahme aufgeforderten Personen füllten 31 Prozent den Fragebogen vollständig aus.

### Ergebnisse

Das Projekt KiVi Kids...vital wird auf der fünfteiligen Smiley-Skala (1 = schlecht, 5 = sehr gut) mit dem Durchschnittswert von 4,1 bewertet und kommt damit gesamthaft gut an. 90 Prozent der Befragungsteilnehmerinnen bzw. -teilnehmer kennen die KiVi-Handbücher für Lehrpersonen und 96 Prozent dieser Gruppe geben an, die Handbücher im Unterricht bzw. in der Nachmittagsbetreuung zu verwenden. Drei Viertel von ihnen stellen den Lehrerhandbüchern inhaltlich ein gutes bzw. sehr gutes Zeugnis aus.

Am häufigsten kommen KiVi-Bewegungsübungen im Schulalltag



Am häufigsten kommen KiVi-Bewegungsübungen zum Einsatz. (Foto: aks)



zum Einsatz. 68 Prozent machen diese täglich oder mehrmals pro Woche. Fast ein Drittel der Beteiligten führt auch regelmäßig, d. h. mehrmals pro Woche oder täglich KiVi-Wohlfühlübungen mit den Kindern durch. Die aufwändigeren KiVi-Ernährungsübungen werden von 11 Prozent der Teilnehmenden regelmäßig in den Unterricht eingebaut. Laut Einschätzung der Pädagoginnen und Pädagogen profitieren die Kinder merkbar von den Übungen. Vier von fünf Umfrageteilnehmerinnen bzw. teilnehmern wollen das Projekt auch zukünftig umsetzen.

Auf die Frage nach jenen Aspekten, die bei einer Projektüberarbeitung unbedingt beibehalten werden sollen, nennen die Teilnehmenden alle Projektbestandteile. Die KiVi-Plakate hätten sie allerdings gerne in einem kleineren Format. Die Änderungswünsche machen deutlich, dass die Vorstellungen und Arbeits-

weisen der Lehr- und Betreuungspersonen sehr individuell sind. Um den breit gefächerten Ansprüchen gerecht zu werden, sollten die Materialien bei einer Überarbeitung so gestaltet werden, dass sie möglichst viel Flexibilität bieten. Auch wenn die Lehrerhandbücher in der bestehenden Form sehr gut bewertet werden, würden Arbeitsmappen mit Kopiervorlagen und ein Download-Bereich mit Arbeitsbehelfen und Rezepten den Ansprüchen der Lehr- und Betreuungspersonen noch besser gerecht. Begrüßt werden KiVi-Weiterbildungen für Lehrpersonen und Impulsworkshops für Kinder. Berücksichtigt werden sollte zudem, in welcher Form die Eltern zukünftig einbezogen werden. Speziell im Ernährungsbereich ist die Weitergabe von Empfehlungen und Rezepten an die Kinder und deren Eltern gewünscht.

### Kontakt:

**aks gesundheit GmbH**  
**Gesundheitsbildung**  
 Rheinstraße 61  
 6900 Bregenz  
 T 055 74 / 202 – 0  
 kivi@aks.or.at  
 www.kivi.aks.or.at