

G_ET fit

gesunde Ernährung und Bewegung in der
Offenen Ganztagschule im Primarbereich



Konzept für ein Kreativangebot am Nachmittag
- Tipps zur Umsetzung -

GE fit – gesunde Ernährung und Bewegung in der Offenen Ganztagschule
im Primarbereich. Konzept für ein Kreativangebot am Nachmittag. Tipps zur Umsetzung.

Herausgeber: Kreis Gütersloh
Der Landrat
Abteilung Gesundheit

Ein Kooperationsprojekt zwischen der Abteilung Gesundheit und der Schulaufsicht
Kreis Gütersloh

Erstellt von: Sabine Jakob
Koordinationsstelle Ernährung und Bewegung in der OGS
im Primarbereich
Kreis Gütersloh
Abteilung Gesundheit

Unter Mitwirkung von: Petra Lummer
Kreis Gütersloh
Abteilung Gesundheit

Druck: Hausdruckerei Kreis Gütersloh

2. überarbeitete Auflage, März 2010

**G*E*T fit – gesunde Ernährung und Bewegung
in der Offenen Ganztagschule im Primarbereich**

**Konzept für ein Kreativangebot am Nachmittag
- Tipps zur Umsetzung -**

Inhaltsverzeichnis

1. Angebotsumfang	3
2. Ziele	3
3. Inhalte	4
3.1 Aktionsfeld Ernährung	4
Schwerpunkte setzen	4
Rahmen und Voraussetzungen	5
Verzahnung mit dem Vormittagsunterricht	6
Weitere Handlungsfelder	6
3.2 Aktionsfeld Bewegung	6
Bewegungs- und Sportkonzept	7
Schwerpunkte setzen	7
Rahmen und Voraussetzungen	8
Vernetzung mit dem Sportunterricht	9
Weitere Hinweise aus dem Pilotprojekt	9
4. Eltern beteiligen	9
5. Räumlichkeiten	10
6. Zusammensetzung der Gruppe	10
7. Anforderungen an die Betreuung	10
8. Finanzierung	11
8.1 Kosten- und Zeitanteile	11
9. Schulungsangebote	12

Die vorliegende Handlungsanleitung soll die Einführung eines Kreativangebotes zum Thema „gesunde Ernährung und Bewegung“ im Offenen Ganztags erleichtern. Aus der Pilotphase an drei Gütersloher Grundschulen wurden wichtige Erkenntnisse gewonnen, die die Besonderheiten des Offenen Ganztags berücksichtigen. Die folgenden Ausführungen stellen kein festgelegtes Manual dar, in dem Inhalte vorgegeben sind, sondern tragen den Anforderungen unterschiedlicher Anbieter und OGS-Strukturen Rechnung.

GET fit ist das Konzept, Bewegung und Ernährung zu verbinden und gemeinsam mit Fachleuten, Betreuungskräften, Lehrern und Eltern den Kindern einen gesunden Lebensstil zu vermitteln.

1. Angebotsumfang

Das Ernährungs- und Bewegungsangebot **GET fit** findet einmal wöchentlich am Nachmittag für 60 Minuten statt. Die Themen Ernährung und Bewegung werden im wöchentlichen Wechsel angeboten. Das bedeutet, dass die Kinder ca. 8x das Ernährungs- bzw. das Bewegungsangebot in einem Schulhalbjahr in Anspruch nehmen können.

2. Ziele

- ❖ Das Bewegungs- und Ernährungsangebot soll gesundheitsförderliches Verhalten bei Kindern stabilisieren und verbessern.
- ❖ Die inhaltliche Ausrichtung zielt auf die individuelle Förderung des Ernährungsbewusstseins und der Bewegungsfreude bei Kindern. Es sollen besonders die Kinder motiviert und integriert werden, die häufig eine „Randrolle“ im Schulunterricht einnehmen (übergewichtig, bewegungsarm).
- ❖ Die Inhalte sollen insbesondere an Alltagserfahrungen anknüpfen (Handlungsorientiertes Lernen). Theorieeinheiten sollten möglichst reduziert stattfinden.
- ❖ Wesentlich ist die individuelle Anpassung der Inhalte beispielsweise in Bezug auf die Einbindung der Jahreszeit, als Reaktion auf die Gruppenzusammensetzung oder unter Berücksichtigung struktureller Bedingungen etc.
- ❖ Angestrebt werden sollte die Verzahnung von Lehrinhalten und Inhalten des Nachmittagsangebotes.
- ❖ Eine aktive Kooperation zwischen Lehrkräften, pädagogischen Mitarbeitern, der OGS-Leitung und den Anbietern der Kreativangebote sollte zur Grundlage gehören.
- ❖ Mit der Einbeziehung der Eltern wird die Brücke zum Elternhaus geschlagen.

3. Inhalte

3.1 Aktionsfeld Ernährung

Schwerpunkte setzen

- Grundsätzlich findet die Orientierung an den Ernährungsempfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) bzw. des Forschungsinstitutes für Kinderernährung Dortmund (FKE) statt.
- Folgende Aussagen stehen als inhaltliche Eckpunkte: Die Kinder sollen ein allgemein gesünderes Essen und Essverhalten erlernen, einen guten Umgang mit Süßigkeiten finden, häufiger Obst und/oder Gemüse verzehren und eine angemessene Aufnahme der Nahrungsmenge für sich entwickeln (Ergebnisse der Elternbefragung in der Evaluation des Pilotprojektes). Dies entspricht auch den Empfehlungen für die Ernährungsbildung.
- Das Angebot profitiert von einer thematischen Eingrenzung/Fokussierung. Die Ziele sollten deutlich vermittelt und die Angebotsbeschreibung in kindgerechter und ansprechender Weise dargestellt werden.
- Kinderwünsche (nach Themen oder Gerichten) sollten flexibel einbezogen werden.
- Neben der Vermittlung theoretischer Impulse liegt der Schwerpunkt auf der Durchführung praktischer Elemente (Handlungsorientiertes Lernen), welche sich jedoch nicht ausschließlich mit Nahrungszubereitung befassen.
- Die angebotenen Aktivitäten beinhalten Selbsterfahrung und Selbstwirksamkeit (den Kindern möglichst wenig abnehmen/vorbereiten, Grenzen erfahren und bewältigen lassen).
- Eine größtmögliche individuelle Förderung der Kinder ist wünschenswert.
- Kulturelle und/oder gesundheitliche Besonderheiten sollten Berücksichtigung finden (Ernährungsvorschriften, Ablehnung von Schweinefleisch, Unverträglichkeiten oder Erkrankungen).
- Aus hygienischen Gründen und zum Schutz der Kleidung sollten Schürzen, Haargummis oder Kochmützen zum Einsatz kommen.
- Wird gemeinsam Nahrung zubereitet ist auf die Vermittlung hygienischer Aspekte (Hände waschen, Verwendung von Probierlöffel, Gemüse waschen, richtige Abfallentsorgung) und die Vermittlung vom sicheren Umgang mit Küchenutensilien (Messer, Reiben, Hitze, Mixer/Pürrierstab) zur Unfallverhütung zu achten.
- Aspekte der Tischkultur, wie z.B. Regeln und Rituale sollten eingebunden werden.
- Unterstützung zur Ausgestaltung des Angebotes bieten die ausleihbaren Medienkisten zum Thema „Ernährung und Bewegung (P)“ des Medienzentrums Kreis Gütersloh (Internet www.medienzentrum-gt.de unter „Medienlisten“).

Das 60-minütige Angebot stellt besondere Herausforderungen, wenn mit den Kindern gekocht oder gebacken werden soll:

- ❖ Herstellung von nur kleinen und unaufwendigen Gerichten (räumlich und zeitlich),

- ❖ Beschaffung von Lebensmitteln,
- ❖ Organisation und Vorbereitungen (z.B. Kuchenteig muss „fertig“ mitgebracht oder heißes Nudelwasser bereitgestellt werden),
- ❖ Zusätzliche Berücksichtigung und Einplanung von Zeiten für die Nachbereitung (z.B. Spülen, Aufräumen etc.) und
- ❖ Zeiten für Absprachen zwischen den Fach-, Betreuungs- und Lehrkräften sowie den OGS-Leitungen.

Rahmen und Voraussetzungen

Schule/OGS-Träger:

Aufgaben:

- Räumlichkeiten organisieren, Lösung für fehlende Utensilien
- Koordination der Zusammenarbeit. Treffen mit Lehrkraft, Betreuer, Experte
- Gewährleistung der Kontinuität: verpflichtende Anwesenheit der Kinder, Teilnahme für alle Kinder möglich
- etc.

Ernährungsfachkraft:

Qualifikation:

- Studium der Ökotrophologie, Berufsausbildung Diätassistentin, weitere Aus- oder Weiterbildungen im Bereich Ernährung, ggf. Zusatzqualifikation Kinderernährung
- Optimal: Erfahrung mit der Altersgruppe, Unfallverhütung, Erste Hilfe

Aufgaben:

- Inhaltlicher Aufbau und Durchführung der Ernährungseinheiten
- Anpassung an die räumlichen und gruppenspezifischen Anforderungen
- Einbindung der Elternebene
- Kooperation und Abstimmung mit der OGS-Betreuung, der Schule/OGS-Träger sowie der Lehrkraft
- etc.

OGS-Betreuer:

Qualifikation:

- Erzieher
- Optimal: Einweisung in Hygiene, Unfallverhütung, Erste Hilfe

Aufgaben:

- Kinder zur Stunde in den Raum bringen
- Unterstützung bei der Vorbereitung/Durchführung/Nachbereitung
- etc.

Kinder:

- Schürze, Haargummis / Kochmütze (ggf. Ersatz bevorraten), evtl. Mappe anlegen
- Beachtung kultureller, religiöser und/oder gesundheitlicher Besonderheiten

Verzahnung mit dem Vormittagsunterricht

Im Schulgesetz (§ 29 Abs.1) legen Richtlinien und Lehrpläne für Grundschulen Aufgaben, Ziele und Inhalte der Bildungs- und Erziehungsarbeit in der Grundschule fest. Im gültigen Lehrplan für den Sachunterricht ist Ernährung ein Unterthema und stellt damit keinen kontinuierlich zu behandelnden Schwerpunkt im Sachunterricht dar. Aus diesem Grund wird das Ernährungsthema von den Lehrkräften zu einem von ihnen festgelegten Zeitpunkt in einem Schulhalbjahr aufgegriffen und für den schulischen Unterricht didaktisch aufbereitet.

Eine Verzahnung zwischen dem schulischen Unterricht und dem Nachmittagsangebot Ernährung besteht weitestgehend nur sporadisch. Für eine Verknüpfung ist es erforderlich, in einem gemeinsamen Planungsgespräch mit den zuständigen Lehrkräften für den Sachunterricht und den zuständigen BetreuerInnen bzw. Fachkräften des Nachmittagsangebotes, die vorgesehenen Themenschwerpunkte aus dem Bereich Ernährung für den schulischen Unterricht für das Schulhalbjahr abzusprechen und am Nachmittag die praktische Umsetzung sicherzustellen (Wiederaufgreifen).

Weitere Handlungsfelder

Unterrichtsfreie Situationen, wie z.B. das gemeinsame Mittagessen, sind als „lebenspraktische Übungsorte“ besonders wertvoll und könnten in das Angebot einbezogen werden. Das Verhalten im Vormittagsbereich lässt sich ebenfalls positiv beeinflussen, wenn Trainingsbausteine, wie z.B. „die gesunde Pause“ in der OGS angesiedelt werden.

Es wäre sinnvoll, der Fachkraft und/oder der OGS-Betreuerin in die Verpflegungsstruktur Einblick zu geben und möglicherweise anregenden Einfluss auf die Mittagsverpflegung zu nehmen, wie z.B. den Überblick über das Angebot frischer Lebensmittel sicher zu stellen oder Anregungen für den Speiseplan zu geben.

3.2 Aktionsfeld Bewegung

Sport ist in der Schule ein eigenständiges Schulfach und sollte mehrmals in der Woche für alle SchülerInnen auf dem Stundenplan stehen. In der Praxis wird der Sportunterricht jedoch vielfach nur ein mal in der Woche durchgeführt.

Ein ausreichender Bewegungsaspekt findet häufig im Schulalltag zu wenig Beachtung. Die körperlich inaktiven Zeiten von Grundschulkindern haben sich in den letzten Jahren u.a. durch Freizeitaktivitäten, wie Computerspielen und Fernsehen stetig erhöht. Für eine gesunde Entwicklung der Kinder ist es dringend erforderlich, den Bewegungsanteil zu erhöhen und mehr Bewegungsmaßnahmen in der Schule zu etablieren, die geeignet sind, die körperliche Fitness der Kinder (wieder) zu steigern.

Empfehlungen besagen, dass sich jedes Kind am Tag 60-90 Minuten sportlich bewegen sollte. Dies gehört aber nicht zur Realität. Nicht jedes Kind bewegt sich gern und ist dazu

noch geschickt. Ein wünschenswertes Ziel heißt demnach, auch unsportliche Kinder für Sport und Bewegung zu begeistern.

Bewegungs- und Sportkonzept

Im Lehrplan Sport für die Grundschulen des Landes Nordrhein-Westfalen wird insbesondere der außerunterrichtliche Schulsport als weiterer wichtiger Bestandteil der schulischen Bewegungs-, Spiel- und Sporterziehung gesehen (z.B. Pausensport, Schulsportgemeinschaften, Schulsportfeste). Dies wird als gemeinsamer „Aufgabenbereich Schulsport“ verstanden und in einem Bewegungs- und Sportkonzept der Schule miteinander verknüpft.

Schwerpunkte setzen

- Das Angebot sollte an den Erfahrungsalltag der Kinder anknüpfen (Ergebnis aus der Evaluation im Teil der Kinderbefragung: die beliebtesten Aktionen des Pilotangebotes überschneiden sich mit beliebten Alltagssportarten der Kinder).
- Die Inhalte sollten sich auf Kompetenzsteigerung und Selbstwirksamkeit ausrichten.
- Das Angebot sollte eine inhaltliche Variabilität zur Einbeziehung der Selbst- und Mitbestimmung der Kinder behalten.
- Im Zuge der Gruppenheterogenität müssen unterschiedliche Schwierigkeitsgrade und Geschlechterunterschiede (Freude am Sich-messen ohne Aufbau von Konkurrenzen) integriert werden.
- Das primäre Ziel des Bewegungsangebotes ist die Steigerung von Motivation, Selbstvertrauen und Bewegungsfreude durch Erfolgserlebnisse.
- In zweiter Linie steht die Steigerung an Koordination, Geschicklichkeit und Technik.
- Es sollte keine direkte Leistungsabfrage entstehen.
- Unter- und Überforderungen sollten abgefangen werden („stärkere“ Kinder unterstützen „schwächere“), die Kinder werden möglichst individuell gefördert.
- Auf die Stärkung des Gruppengefühls wird viel Wert gelegt (jedes Kind hat Stärken).
- Auch Entspannungsverfahren, wie z.B. Partnermassagen sollten ermöglicht werden.
- Auf angemessene Kleidung (Beweglichkeit, Rutschgefahr) sollte geachtet werden.
- Unterstützung zur Ausgestaltung des Angebotes bieten die ausleihbaren Medienkisten zum Thema „Ernährung und Bewegung (P)“ des Medienzentrums Kreis Gütersloh (Internet www.medienzentrum-gt.de unter „Medienlisten“).
Ausleihbare Geräte sind beim Kreissportbund erhältlich.

Beim 60-minütigen Nachmittagsangebot Bewegung ist insbesondere folgendes zu beachten:

- ❖ Durchführung von unaufwendigen Einheiten (räumlich und zeitlich),
- ❖ Betreuungskräfte müssen ggf. Vorbereitungen treffen (z.B. Aufbau von Geräten),
- ❖ Zusätzliche Berücksichtigung und Einplanung von Zeiten für die Nachbereitung (z.B. Aufräumen) und

- ❖ Zeiten für Absprachen zwischen den Fach-, Betreuungs- und Lehrkräften sowie den OGS-Leitungen.

Rahmen und Voraussetzungen

Schule/OGS-Träger:

Aufgaben:

- Räumlichkeit organisieren
- Koordination der Zusammenarbeit zwischen Lehrkraft, OGS-Betreuer und Experten
- Gewährleistung der Kontinuität: verpflichtende Anwesenheit der Kinder, Teilnahme für alle Kinder möglich
- etc.

Bewegungsfachkraft:

Qualifikation:

- Berufsausbildung Physiotherapie, ggf. „Psychomotorik“, Übungsleiter (Vereinsport mit ÜL B-Lizenz), Tanzpädagogik
- Optimal: Erfahrung mit der Altersgruppe, Erste Hilfe

Aufgaben:

- Inhaltlicher Aufbau und Durchführung der Bewegungseinheiten
- Anpassung an die räumlichen und gruppenspezifischen Anforderungen
- Einbindung der Elternebene
- Kooperation und Abstimmung mit der OGS-Betreuung, der Schule / OGS-Träger sowie der Lehrkraft
- etc.

OGS-Betreuer:

Qualifikation:

- Erzieher
- Optimal: Zusatzqualifikation „Kindersport“, Übungsleiter B-Lizenz (Bewegung, Spiel und Sport für 6-12-jährige Kinder), Erste Hilfe

Aufgaben:

- Kinder zur Stunde in den Raum bringen
- Aufsicht beim Umkleiden
- Unterstützung bei der Durchführung
- etc.

Kinder:

- Angemessene Kleidung, Turnschuhe, Haargummis (ggf. Ersatz bevorraten)
- Einbeziehung von körperlichen Einschränkungen

Vernetzung mit dem Sportunterricht

In einem Planungsgespräch mit den Lehrkräften für den Sportunterricht und den zuständigen BetreuerInnen bzw. Fachkräften des Nachmittagsangebotes ist es notwendig, vorgesehene Themenschwerpunkte aus dem Bereich Bewegung mit dem schulischen Unterricht für das Schulhalbjahr abzustimmen. So werden beispielsweise Doppelungen vermieden. Es ist nicht notwendig, das Angebot als eine Förderungsmöglichkeit auf die Kinder auszurichten, die es im Unterricht „schwerer haben“. Ergänzungen der schulischen Angebote, wie z.B. die Durchführung eines Rollbrettführerscheins, wären im Nachmittagsangebot möglich.

Weitere Hinweise aus dem Pilotprojekt:

- Kinder fordern das ein, womit sie sich identifizieren können
- Kinder machen das gerne, was Spaß macht und was „cool“ ist
- Einheitliches Outfit/Erkennungsmerkmal oder Ritual einbauen

Lernen im Bereich der OGS erfolgt weniger fachlich bestimmt als vielmehr auf Grundlage von alltäglichen Erfahrungen. Durch diesen Lernzugang lässt sich bei den Kindern oft eine besonders große Lernbereitschaft beobachten und Verhaltensweisen sind so nachhaltiger zu beeinflussen. Es ist außerdem zu bedenken, dass die Kinder schon einen kompletten Unterrichtstag hinter sich haben. Es soll ihnen möglich gemacht werden, ihre gebundene Energie nun im Kreativangebot spielerisch einzubringen.

4. Eltern beteiligen

Im Schulgesetz des Landes Nordrhein-Westfalen wird die Beteiligung der Eltern an der Gestaltung des Offenen Ganztags gesetzlich vorgeschrieben. Die Eltern der angemeldeten Kinder sind bei der Konzeption, Durchführung und Umsetzung des Ganztagskonzepts in besonderem Maße zu beteiligen. Insbesondere sollen die Schulträger, die Lehrkräfte, die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den außerunterrichtlichen Angeboten sowie die Kooperationspartner der Schule und die Eltern bei der Durchführung der außerunterrichtlichen Angebote zusammenarbeiten (BASS 2006).

Über ein angemessenes (Lern)angebot soll die OGS optimalerweise jene Kinder erreichen, denen das Elternhaus wertvolle Erfahrungen nicht ermöglicht bzw. aufgrund eigener Unkenntnis nicht ermöglichen kann. Insofern eröffnet sich hier als ein weiteres Aufgabenfeld praxisnahe Elterninformationen über die Inhalte der OGS-Projekte zu gestalten, die dann in den häuslichen Alltag einfließen können.

Zum Beispiel können Eltern am Einschulungstag einen Flyer zum Thema „das gesunde Pausenbrot“ erhalten, der in einem Nachmittagsangebot von Kindern selbst gestaltet wurde. Ebenso bietet sich an, bei Schulfesten „gesunde Lebensmittel“ bzw. „gesunde Getränke“ anzubieten. Schulveranstaltungen, Projektwochen oder Elternsprechtage stellen ausgezeichnete Gelegenheiten dar, Eltern für das Thema Ernährung zu gewinnen.

Aus dem Nachmittag könnten die Kinder Infobriefe, Rezepte oder Essproben mit nach Hause bringen. Auch über Einladungen, z.B. zur Einführung und zum Abschluss des Angebotes oder zur Verleihung von „Bewegungsurkunden“ können Eltern einbezogen werden.

5. Räumlichkeiten

Die räumlichen Voraussetzungen hängen von den Inhalten der Angebote ab. Während für das Bewegungsangebot neben einer Turnhalle auch andere Ausweichräume vorstellbar sind, wären für die Ernährungseinheiten möglicherweise eine Schulküche mit Kochmöglichkeiten und Küchenausstattung (Geschirr, Schüsseln, Küchengeräte, Bretter, Messer etc.) optimal. Ansonsten müssen die Inhalte an die Räumlichkeiten angepasst, Anschaffungen getätigt oder fehlende Einzelteile von den Referenten bzw. in Absprache mit der OGS besorgt, geliehen oder selbst mitgebracht werden.

6. Zusammensetzung der Gruppe

Im Offenen Ganzttag befinden sich gemischte Altersstrukturen der gesamten Grundschulzeit. Werden für Angebote alle Kinder vom 1. bis zum 4. Schuljahr angesprochen, entstehen Gruppen mit sehr heterogenen Strukturen. So ergeben sich große Spannen hinsichtlich des Alters, der Fähigkeiten und des Sozialverhaltens. Für eine bessere Gruppenhomogenität können möglicherweise Kinder zweier benachbarter Jahrgänge für das Angebot angesprochen werden.

Diese Form des Kreativangebotes ist begrenzt auf eine Gruppenstärke von maximal 15 Kindern. Es ist zu bedenken, dass ab einer Gruppengröße von 11 bis 15 Kindern für das Ernährungsangebot eine zweite betreuende Person erforderlich wird.

Steht für das Ernährungsangebot nur eine Person zur Verfügung, sollte die Anzahl der Kinder pro Gruppe auf 10 Kinder reduziert werden, um eine angemessene Betreuung zu gewährleisten.

7. Anforderungen an die Betreuung

Der Einsatz von Experten bzw. geschulten Betreuungspersonal der OGS ist abhängig vom finanziellen Budget und von den individuellen Qualitätsanforderungen.

Das themengekoppelte Angebot von **GET fit** wird von je einer Fachkraft aus den Schwerpunkten Ernährung bzw. Bewegung umgesetzt.

Das Qualifikationsprofil von Fachleuten kann sehr unterschiedlich ausfallen, sie können aus dem Bereich der Physiotherapie, der Diätassistenz oder der Ökotrophologie herangezogen werden. Diese Berufsgruppen verfügen ggf. über eine Anerkennung bei Krankenkassen. Über diese Experten hinaus gibt es weitere Anbieter, die sich auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung mit Kindern etabliert haben. So finden sich Übungsleiter von Sportvereinen, Tanz- oder Erlebnispädagogen, Angebote der Landfrauen oder Ernährungsberater, die eine mehr oder weniger große Spezialisierung auf Kinder aufweisen. Eine Zusatzqualifikation aus dem Bereich Unfallverhütung und Erster Hilfe wäre von Vorteil.

Für die Suche nach einer Fachkraft steht die Koordinationsstelle unterstützend zur Seite.

Der zusätzliche Einsatz einer OGS-Betreuerin für das Angebot ist vorteilhaft und insbesondere bei größeren Gruppen anzuraten. Bei einem engen Zeitfenster der Nachmittagsangebote von 60 Minuten kann durch den Einsatz einer weiteren Person der organisato-

rische Ablauf reibungsloser erfolgen. Zudem ist eine Unterstützung bei der Vor- und Nachbereitung sehr hilfreich. Ebenso kann durch eine weitere Betreuerin die Begleitung der Kinder noch individueller erfolgen.

Sollten Angebote zu Ernährung und Bewegung im Offenen Ganzttag selbstständig durch OGS-BetreuerInnen durchgeführt werden, ist eine entsprechende Schulung anzuraten. Dazu wurden spezielle Schulungsangebote vom Kreis Gütersloh entwickelt (siehe Punkt 9).

8. Finanzierung

Die Koordinationsstelle „Ernährung und Bewegung im Offenen Ganzttag im Primarbereich“ des Kreises Gütersloh hält für Schulen, die dieses Angebot implementieren wollen, eine Liste möglicher finanzieller Unterstützungsquellen bereit.

Unter anderem enthält diese Liste den Hinweis auf das NRW Landesprogramm „Bildung und Gesundheit“ (BUG). Dieses Programm hat die Verbesserung der Gesundheit und die Entwicklung der Bildungsqualität in Kindertageseinrichtungen und Schulen zum Ziel („*Gesundheit ist Voraussetzung und Ergebnis eines gelingenden Bildungsprozesses*“, *Quelle: www.bug-nrw.de*). Nach einer Prüfung erfüllt das Kreativangebot **GeT fit** die Anforderungen der BUG-Kriterien. Es besteht auch für Offenen Ganztagsgrundschulen die Möglichkeit als BUG-Schule einen finanziellen Zuschuss zu erhalten.

8.1. Kosten- und Zeitanteile

Ernährungsfachkraft:

z.B. DiätassistentIn, ÖkotrophologIn, Landfrau (Kosten richten sich nach Qualifikation)
1,5 Stunden x 9 Wochen (+ 1-2 Stunden für Elternarbeit)
(1 Stunde Durchführung; 0,5 Stunde Vorbereitung/Nachbereitung)

Bewegungsfachkraft:

z.B. PhysiotherapeutIn, ÜbungsleiterIn (Kosten richten sich nach Qualifikation)
1 Stunde x 9 Wochen (+ 1-2 Stunden für Elternarbeit)

OGS- Betreuung:

1,5 Stunden x 18 Wochen
(1 Stunde Durchführung; 0,5 Stunde Vorbereitung/Nachbereitung)

Zeiten für die Abstimmung

zwischen den Fachkräften und den OGS-BetreuerInnen pro Schulhalbjahr
(2 Besprechungen á 2 Stunden je KursleiterIn und je OGS-BetreuerIn)

Besprechungszeiten für die Verzahnung

zwischen dem Vormittagsunterricht und dem Nachmittagsangebot
(2 Besprechungen á 1 Stunde je KursleiterIn und je Lehrkraft)

Lebensmittel

Aufwand für 15 Kinder je nach Angebotsinhalt

9. Schulungsangebote

Schulen des Offenen Ganztags verfügen über sehr unterschiedliche strukturelle und finanzielle Ressourcen. Zu Umsetzungsmöglichkeiten der Thematik gesunde Ernährung und Bewegung für Kinder in der OGS wurde eine Schulung aufgebaut, die ermöglicht, die Inhalte individuell und kreisweit zu gestalten.

Ziele der Schulung

In der Schulung werden wissenschaftliche Erkenntnisse und zentrale Empfehlungen zur gesunden Ernährung und Bewegung von Kindern praktisch vermittelt. Die Schulung erweitert Kompetenzen und gibt Hinweise, wie die Themen vielfältig und flexibel, sowie praktisch und dauerhaft im OGS-Alltag umgesetzt werden können. Als Beispiel einer „guten Praxis“ wird das Nachmittagsangebot **GET fit** vorgestellt.

Schulungsaufbau

Im Offenen Ganztags wirken und gestalten viele Beteiligte. Um allen TeilnehmerInnen möglichst passende Inhalte zu bieten, wurde die Schulung in vier Module unterteilt. So finden alle Fachleute auf ihren Arbeitsbereich abgestimmte Inhalte.

A - Ernährungsmodul

Zielgruppe:	BetreuerInnen der OGS und Lehrkräfte
Kurzbeschreibung:	Die TeilnehmerInnen erhalten Informationen zu Ernährungsschwerpunkten im Grundschulalter. Für eine flexible Gestaltung von Angeboten im Alltag werden organisatorische Besonderheiten, Materialien und Praxisbeispiele vorgestellt. Außerdem wird thematisiert, wie Kinder motiviert und Eltern eingebunden werden können.
Umfang:	2 Blöcke je 4 Unterrichtsstunden

B - Bewegungsmodul

Zielgruppe:	BetreuerInnen der OGS und Lehrkräfte
Kurzbeschreibung:	Hier geht es um die Vielfalt der Bewegungsgestaltung in der OGS. Unter dem Motto "Aus der Praxis für die Praxis" erleben die TeilnehmerInnen Umsetzungsbeispiele, wie eine Vernetzung zum Unterricht gelingen und die Beteiligung von Eltern hergestellt werden kann.
Umfang:	2 Blöcke je 4 Unterrichtsstunden

C - Teamleitungsmodul

Zielgruppe:	Teamleitungen der OGS und Schulleitungen
Kurzbeschreibung:	Meist werden im Offenen Ganztags Aktivitäten zur Ernährung und Bewegung unverbunden angeboten. Wie man dieses „Nebeneinander“ gewinnbringend erweitern und kombinieren kann, ist ein

Thema dieses Moduls.

Zudem erhalten die TeilnehmerInnen vielfältige Anregungen, wie Sie in ihrer Leitungsposition zusammen mit ihrem Team Ernährung und Bewegung im OGS-Alltag weiter integrieren und voranbringen können.

Umfang: 4 Unterrichtsstunden

D - Expertenmodul

Zielgruppe: Fachkräfte, die bereits im Ernährungs- oder Bewegungsbereich qualifiziert sind, wie z.B. Ökotrophologen, Diätassistenten, Landfrauen, Physiotherapeuten, Übungsleiter, Tanzpädagogen etc.

Kurzbeschreibung: Die Besonderheiten des OGS-Alltags bilden den Schwerpunkt in diesem Modul. Es werden die Strukturen der OGS erläutert, Kommunikationswege verdeutlicht und über den Umgang mit der Zielgruppe der OGS-Kinder gearbeitet. Für die praktische Umsetzung von Angeboten im Ganztagsalltag wird u. a. das Konzept **GET fit** und weitere Möglichkeiten vorgestellt.

Umfang: 2 Blöcke je 4 Unterrichtsstunden

Mit diesem Angebot ist es möglich, den Bedürfnissen unterschiedlicher Beteiligter nachzukommen und den Kindern einen gesunden Lebensstil nahe zu bringen.