

Fachtag für Kita und Schule

# Gesundheits- förderung jetzt!

15.6.'22, 14h, Sportschule Hennef

**Gesund  
Aufwachsen**  
Kommune mit  
Kindergesundheit

**RHEIN SIEG  
KREIS**

Nach über zwei Jahren Pandemie sehnen sich alle nach Normalität und gewohnten Abläufen. Die Frage, die sich allerdings in vielen Einrichtungen und Schulen stellt, ist: was ist eigentlich übrig von den ursprünglichen Zielen und Konzepten zur Gesundheitsförderung? Und: Können wir wirklich auf die gewohnten Abläufe und Angebote zurückgreifen oder muss vieles ganz neu gedacht werden?



Prof. Dr. Eike Quilling,  
© Wolfgang Helm Fotografie

Dr. in Eike Quilling ist Professorin für Gesundheitspädagogik und -kommunikation mit dem Schwerpunkt interprofessionelles Handeln an der Hochschule für Gesundheit in Bochum.

Sie wird im Eröffnungsvortrag die Notwendigkeit für Gesundheitsförderung herausarbeiten und Perspektiven zur Umsetzung in Schule und Kita zeigen.

Professorin Quilling hat intensiv zur Umsetzung von Gesundheitsförderaktivitäten in verschiedenen Lebenswelten von Kindern und Jugendlichen geforscht und ist eine Befürworterin von praxistauglichen wirksamen Strategien zur Gestaltung der Lebensräume für Kinder und Jugendliche.

In einem Podiumsgespräch wird das Thema von Prof. Dr. Eike Quilling, Martina Felber (Fachberatung Kita der Paritätische NRW) und Ingrid Röhl (Schulaufsicht RSK) fachlich eingeordnet und anschließend mit den Teilnehmenden diskutiert. Dann geht es nach einer Pause in eine Workshop-Runde, in der wirkungsvolle Praxisansätze vorgestellt und mit den Teilnehmenden erfahrbar gemacht werden.

Der Fachtag spricht speziell Fach- und Lehrkräfte in Kita und Grundschule an. Denn in diesem Alter werden wichtige Weichen für die Entwicklung von Spaß und Freude an Bewegung, gesunder Ernährung und seelischer Gesundheit gelegt.

Der Fachtag wird gemeinsam mit der Fachstelle Prävention der Diakonie an Sieg und Rhein, der Sportjugend im Kreissportbund Rhein-Sieg und der Beratungsstelle Check-It veranstaltet.

## Programm:

- 14:00 Uhr **Eröffnung und Begrüßung:**  
**Dr. Kirsten Hasper** Leiterin Gesundheitsamt  
*Mod.: Karsten Heusinger*
- 14:20 Uhr **Gesundheitsförderung jetzt ausbauen!**  
**Prof. Dr. Eike Quilling**  
Hochschule für Gesundheit, Bochum
- 15:30 Uhr **Gesundheitsförderung in Schule & Kita**  
Podiumsgespräch mit:  
**Prof. Dr. Eike Quilling**, HS Bochum  
**Martina Felber**, Der Paritätische NRW  
**Ingrid Röhl**, Schulaufsicht Rhein-Sieg-Kreis
- 16:15 Uhr **Pause** mit informellem Austausch und Infos der Veranstalter

## 16:45 Uhr Parallel-Workshops

- 1) **Soziales Lernen durch Bewegung – AW**  
**Petra Vajler-Schulze**, Diakonie an Sieg und Rhein
- 2) **Ernährung & Bewegung – AW**  
**Inés Kleinen**, Sportjugend Rhein-Sieg
- 3) **Schul-Programm „Eigenständig werden“**  
**Sarah Diener**, Diakonie An Sieg und Rhein
- 4) **Kita-Programm „Freunde“**  
**Sandra Bohlscheid**, Diakonie An Sieg und Rhein
- 5) **Frühkindliche Sexualentwicklung**  
**Marie Christine Kröll**, Beratungsstelle Check-it

18:00 Uhr **Ende**

## **WS 1: Soziales Lernen durch Bewegung – Aktiv Workshop -**

**Petra Vajler-Schulze** Projektreferentin für Tutmirgut der Diakonie An Sieg und Rhein

Ausgewählte Bewegungsspiele stärken die Persönlichkeit, erweitern die Handlungskompetenz und fördern die Fähigkeit mit anderen Kindern respektvoll, wertschätzend und rücksichtsvoll umzugehen. Außerdem werden kommunikative Fähigkeiten, die Selbst- und Sozialkompetenz und vor allem die Kooperationsbereitschaft gefördert, Schlüsselqualifikationen, die auch für das spätere Leben eine große Bedeutung haben.

In dem Workshop werden diese Bewegungsspiele vorgestellt und gemeinsam ausprobiert.

## **WS 2: Ernährung und Bewegung – Aktiv Workshop -**

**Ines Kleinen** Referentin Sportjugend Rhein-Sieg „NRW bewegt seine Kinder“

Gesundheit braucht Bewegung und ausgewogene Ernährung – und das von Anfang an! In dem Workshop werden Methoden und Ideen vorgestellt, um Kinder spielerisch für eine gesunde Ernährung zu sensibilisieren, ohne mit dem erhobenen Zeigefinger oder Verboten zu arbeiten.

In abwechslungsreichen Bewegungsspielen erweitern die Kinder „ganz nebenbei“ ihr Wissen über verschiedene Lebensmittel und üben sich in einem gesunden Umgang mit ihnen.

## **WS 3: Schul-Programm „Eigenständig werden“**

**Sarah Diener**, Projektreferentin für Prävention der Diakonie An Sieg und Rhein

„In der Schule fängt der Ernst des Lebens an.“ Um damit kompetent umgehen zu können und gesund aufzuwachsen ist es wichtig auch hier einen Blick auf die Förderung von Lebenskompetenzen zu werfen. EIGENSTÄNDIG WERDEN ist ein Unterrichtsprogramm zur Gesundheitsförderung und Persönlichkeitsentwicklung für die Klassenstufen 1 bis 4 sowie 5 und 6. Mit vielfältigen Methoden erlangen die Kinder Wissen über ihren Körper, über Gefühle, Bewegung, Entspannung und Kommunikation.

In diesem Workshop möchten wir Ihnen einen Einblick in dieses erprobte und evaluierte Unterrichtsprogramm ermöglichen und interaktiv einzelne Methoden kennenlernen.

## **WS 4: Kita-Programm „Freunde“**

**Sandra Bohlscheid**, Projektreferentin für Prävention der Diakonie An Sieg und Rhein

Sucht- und Gewaltprävention schon im Kindergarten? Das „Zauberwort“ heißt Lebenskompetenzförderung. Und das am besten schon von klein an. FREUNDE ist ein standardisiertes und qualitätsgesichertes Fortbildungsprogramm für pädagogisches Fachpersonal, zur Stärkung und Entwicklung von Lebenskompetenzen von Kindern im Alter von 3 – 6 Jahren. Im Rahmen der Umsetzung von FREUNDE werden Kinder speziell bei der Entwicklung von emotionalen, kommunikativen und sozialen Kompetenzen unterstützt und in ihrer Selbstwirksamkeit gefördert.

In dem Workshop stellen wir Ihnen das Programm FREUNDE vor und probieren unterschiedliche Methoden aus, wie man Lebenskompetenzen auch schon gut im Elementarbereich fördern kann.

## **WS 5: Frühkindliche Sexualentwicklung im pädagogischen Kontext**

**Marie-Christine Kröll**, Fachberaterin Youthwork der Beratungsstelle Check-It

Beim Thema Gesundheitsförderung von Kindern denken die meisten Menschen an genug Bewegung, gesundes Essen und das Aufwachsen in einem gewaltfreien Klima. Es steht außer Frage, dass diese Bereiche elementar für eine gute Entwicklung sind.

Darüber hinaus ist jedoch auch eine gesunde Sexualentwicklung zentral. Die Erkundung des eigenen Körpers, Fragen zum Entstehen von neuem Leben oder Doktorspiele sind normale Ausdrucksweisen kindlicher Sexualität. Häufig wird kindliche Sexualität fälschlicherweise mit Erwachsenensexualität gleichgesetzt und auf diese Art und Weise mit einem Tabu belegt.

In diesem Workshop beleuchten wir, was alles zu einer gesunden Entwicklung bei Kindern dazu gehört und ab wann Verhaltensweisen auffällig sind und einer Intervention bedürfen.

Neben einem interaktiven und theoretischen Input zum Thema „Frühkindliche Sexualentwicklung“ setzen wir uns anschließend mit der Situation in Ihrem beruflichen Kontext auseinander. Hierbei besprechen wir Ihre Fragen und Alltagssituationen und schaffen so mehr Handlungssicherheit beim Umgang mit dem Thema in Ihrer Einrichtung.

Für alle „Aktiv Workshops“ wird empfohlen, sportliche Kleidung und Turnschuhe mitzubringen, da sie in einer Turnhalle stattfinden!!

---

**Veranstaltungsort:** Sportschule Hennef, Sövenner Straße 60, 53773 Hennef

Parkmöglichkeit: Unmittelbar an der Einfahrt zur Sportschule befindet sich ein gebührenpflichtiges Parkhaus.

Parkgebühren: 1. – 4. Stunde je 1,00 €; 5 bis 24 Stunden 5,00 €

---

**Anmeldungen** bitte online unter <https://www.rhein-sieg-kreis.de/gesund-aufwachsen>

---

**Veranstalter:** Rhein-Sieg-Kreis, Gesundheitsamt

**Informationen:** Karsten Heusinger, Gesundheitsamt, Telefon: 02241 13-2502

Der Fachtag wird veranstaltet  
in Zusammenarbeit mit:

