

# *Bewegungsförderung im Kindergarten*

**Quelle**

bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung  
Postfach 8236  
CH-3001 Bern

Tel. +41 31 390 22 22  
Fax +41 31 390 22 30  
info@bfu.ch  
www.bfu.ch

**Kontaktperson**

Manfred Engel

+41 31 390 21 74  
m.engel@bfu.ch



**Überarbeitungstand:**

9. Januar 2008 / Hof

*Thema/Bauten/Freizeitanlagen/Spielraum/Einsatzmittel/Bewegungsförderung*

## Inhalt

1.	EINLEITUNG	1
	1.1 Unfallgeschehen, Unfallursachen	1
	1.2 Bewegungsmangel	1
	1.3 Bewegungsförderung im Kindergarten	1
2.	GRUNDLAGEN ZU SICHERHEIT UND BEWEGUNGSFÖRDERUNG	2
	2.1 Bewegung und Spiel	2
	2.1.1 Sicherheit kontra Risiko	2
	2.1.2 Motorik und Kognition	2
	2.1.3 Entwicklung des Gefahren- und Sicherheitsbewusstseins	2
	2.1.4 Akutes Gefahrenbewusstsein	3
	2.1.5 Antizipierendes Gefahrenbewusstsein	3
	2.1.6 Präventionsbewusstsein	3
	2.2 Die Entwicklung von Aufmerksamkeit und Konzentration	3
3.	SICHERHEITSANFORDERUNGEN	4
	3.1 Präventionsmassnahmen nach TOP	4
4.	GRUNDLAGEN FÜR DIE REALISIERUNG EINES «BEWEGTEN» KINDERGARTENS	5
	4.1 Eigene Abklärungen	5
	4.2 Zusammenarbeit mit Partnern	5
	4.2.1 Beizug von Baufachleuten	5
	4.2.2 Pädagogische Spezialisten	6
	4.2.3 Sicherheitsfachleute	6
	4.3 Die Haltung der bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung	6
5.	BEWEGUNGSELEMENTE	7
	5.1 Bewegungselemente im Aussenraum	7
	5.2 Bewegungselemente im Innenraum	9
	5.3 Ungeeignete Bewegungsgeräte im Innenbereich	13
	5.3.1 Risiken mit dynamischen Bewegungsgeräten	13
6.	ZUSAMMENFASSUNG	14
7.	ANHANG	14
	PUBLIKATIONEN	14

## 1. Einleitung

### 1.1 Unfallgeschehen, Unfallursachen

Jungs sind etwa doppelt so häufig in Unfälle verwickelt wie Mädchen. Sturzunfälle beim Spielen im Kindergarten stehen eindeutig an der Spitze des Unfallgeschehens. Dabei ist der Kopf der am häufigsten verletzte Körperteil. Es folgen die Extremitäten, die inneren Organe und der Rumpf. Zirka die Hälfte der Unfälle ereignen sich innerhalb des Kindergartengebäudes. Die Mehrheit der Unfälle geschieht beim Laufen, Spielen an Geräten oder freien Spielen. Bei den Unfallursachen dominieren motorische Defizite. Aber auch technische Mängel wie defekte Bremsen von Sport- und Spielgeräten, unsachgemäss aufgestellte Geräte, nicht falldämpfende Bodenbeläge, unabschirmte Heizkörper, scharfe Kanten, Stolperstellen oder nicht klemmsichere Türen sind häufige Ursachen.

### 1.2 Bewegungsmangel

Kinder haben einen grossen natürlichen Bewegungsdrang. Sie toben sich aus, spielen, rennen, klettern und verstecken sich. Aber nicht alle haben die Möglichkeit dazu. Im städtischen Umfeld fehlt es häufig an Freiräumen, die Kinder selber entdecken können. Aus Angst vor Unfällen im Strassenverkehr lassen Eltern ihre Kinder lieber in der Wohnung spielen anstelle draussen «Fangis», «Versteckis» oder «Räuber und Poli». Kinder spielen heute vermehrt mit dem Computer, schauen TV und DVDs und bewegen sich dabei viel zu wenig.

Bewegung ist aber äusserst wichtig für die Entwicklung eines Kindes. Durch regelmässige Bewegung werden die motorischen Fähigkeiten und die Sinneswahrnehmungen trainiert und weiterentwickelt. Indem Muskulatur, Bänder und Gelenke angemessen belastet werden, stabilisiert sich der Bewegungsapparat des Kindes, was das Risiko von Haltungsschäden und chronischen Beschwerden vermindert. Zudem wirkt Bewegung vorbeugend gegen Herz-Kreislauf- und Stoffwechselerkrankungen. Durch Bewegung erfahren Kinder auch ihre physische Umwelt. Diese Erfahrungen sind zentral für die Ausbildung der kognitiven Fähigkeiten. Und nicht zuletzt treten Kinder beim Spielen und Herumtoben in Kontakt mit anderen Kindern und lernen, miteinander umzugehen.

### 1.3 Bewegungsförderung im Kindergarten

Um dieser laufenden Zunahme von Bewegungsarmut möglichst früh und wirkungsvoll entgegenzuwirken, lancieren immer mehr Kantone Bewegungsförderungsprogramme in Kindergärten. Hauptziel ist das nachhaltige Einwirken auf die Bewegungsgewohnheiten in den Kindergärten und im Elternhaus.

## **2. Grundlagen zu Sicherheit und Bewegungsförderung**

### 2.1 Bewegung und Spiel

#### 2.1.1 Sicherheit kontra Risiko

Bei der Projektierung, Planung und Realisierung von Kinderspielbereichen tauchen regelmässig Fragen auf, die die Sicherheit im Allgemeinen betreffen. Es ist von grosser Bedeutung, die Kinder vor Gefahren zu schützen, die sie nicht oder nur schwer als solche erkennen. Es dürfen keine versteckten Gefahren oder Fallen vorhanden sein. Die Erfahrung mit begrenzten, vom Kind erkennbaren Risiken mit allenfalls geringen Unfallfolgen gehört dagegen zu einem hohen Spielwert eines Spielbereiches. Ein Kind soll lernen, mit Gefahren umzugehen. Dadurch wird sein Gefahrenbewusstsein geschärft, was ihm bei anderen Gefährdungen zugute kommt. Es geht also nicht darum, eine hundertprozentige Sicherheit anzustreben.

#### 2.1.2 Motorik und Kognition

Bewegung und Spiel sind Bestandteile einer ganzheitlichen Entwicklung des Kindes. Sie können nicht losgelöst von anderen psychischen Bereichen wie Denken, Emotionen oder Sozialverhalten betrachtet werden. Im Kleinkindalter sind Kognition (Denken, Lernen und Wahrnehmen) und Motorik noch nicht getrennt; jegliche Erkenntnis erfolgt durch Handlung. Diese basiert in der Regel auf Bewegungen, sodass in den ersten Lebensjahren der Motorik eine wichtige Rolle bei der Bildung der kognitiven Fähigkeiten zukommt. Der Zusammenhang zwischen Motorik und Kognition konnte auch durch wissenschaftliche Untersuchungen belegt werden: Kinder, die an Programmen zur Bewegungsförderung teilnahmen, erzielten in Intelligenztests bessere Ergebnisse. Motorische Fertigkeiten wirken sich auch auf sozialer und emotionaler Ebene aus. So nehmen beispielsweise motorisch ungeschickte Kinder in Gruppen häufig Aussenseiterpositionen ein. Sie werden von Gruppenaktivitäten ausgeschlossen oder tragen bei Wettspielen dazu bei, dass ihre Mannschaft verliert. Sie sind ängstlicher und weniger selbstbewusst als geschickte Kinder.

#### 2.1.3 Entwicklung des Gefahren- und Sicherheitsbewusstseins

Zur Entwicklung von sicherheitsorientierten Verhaltensweisen benötigt es eine Reihe von Fähigkeiten, die Schritt für Schritt im Laufe der Kindheit und Jugend ausgebildet werden. Diese Entwicklung verläuft nicht bei allen Kindern gleich schnell.

Das Gefahren- und Sicherheitsbewusstsein entwickelt sich in drei Stufen:

- Akutes Gefahrenbewusstsein
- Antizipierendes Gefahrenbewusstsein
- Präventionsbewusstsein

#### 2.1.4 Akutes Gefahrenbewusstsein

Auf dieser ersten Stufe lernen wir, gefährliche Situationen zu identifizieren. Wir lernen erkennen, ob wir in Gefahr oder in Sicherheit sind. Beispiel: Wenn ein Kind zuoberst auf den Kletterturm steigt und dort merkt, dass es herunterfallen könnte, so hat es ein akutes Gefahrenbewusstsein (im Alter von ca. 5 Jahren vorhanden).

#### 2.1.5 Antizipierendes Gefahrenbewusstsein

Gefahren vorauszusehen ist das Merkmal der zweiten Stufe. Wir lernen erkennen, durch welche Verhaltensweisen wir in Gefahr geraten können. Beispiel: Wenn das Kind schon vor dem Klettern realisiert, dass es oben gefährlich sein könnte, hat es ein antizipierendes – also vorausschauendes – Gefahrenbewusstsein (im Alter von ca. 8 Jahren vorhanden).

#### 2.1.6 Präventionsbewusstsein

Auf der dritten Stufe lernen wir schliesslich, vorbeugende (präventive) Verhaltensweisen zu entwickeln und anzuwenden. Beispiel: Das Kind legt schon vor dem Hinaufklettern eine Matratze unter den Kletterturm, damit es im Falle eines Sturzes weich fällt (im Alter von ca. 9–10 Jahren vorhanden).

Das Lernen auf diesen drei Stufen kann auf verschiedene Arten vor sich gehen:

- Das Kind kann am Modell lernen, z. B., wenn es ein anderes Kind vom Kletterturm stürzen sieht.
- Es kann aber auch aufgrund eigener Erfahrungen lernen, wenn es selber runterfällt.

## 2.2 Die Entwicklung von Aufmerksamkeit und Konzentration

Gefahren werden nur dann erkannt, wenn die Aufmerksamkeit des Kindes auf die gefährlichen Situationen gerichtet ist. Konzentration oder Aufmerksamkeit ist eine wichtige Bedingung für sicherheitsorientiertes Verhalten und unterliegt wie das Gefahrenbewusstsein einer Entwicklung. Unter «Aufmerksamkeit» oder «Konzentration» versteht man die Fähigkeit, für eine bestimmte Zeitdauer das Denken auf einen Punkt – allgemeiner gesagt auf einen Reiz – zu richten und gleichzeitig andere Reize möglichst nicht zu beachten. Der Prozess dieser Entwicklung ist erst im Alter von etwa 13–14 Jahren abgeschlossen. Im Vorschulalter wird die Aufmerksamkeit noch hauptsächlich durch interessante Reize aus der Umwelt gesteuert, denen das Kind sofort seine volle Konzentration widmet, ohne für andere Gedanken empfänglich zu sein. In diesem Stadium sind Kinder kaum in der Lage, die für ihre Sicherheit erforderlichen Aufmerksamkeitsleistungen zu erbringen. Später, etwa ab 5 Jahren, können sie ihre Aufmerksamkeit bewusst steuern, sie lassen

sich aber immer noch leicht durch interessante Reize aus der Umwelt ablenken. Ein Experiment in Deutschland hat gezeigt, dass ohne Ablenkung rund 80 Prozent der Kinder am Strassenrand anhalten und sich nach beiden Seiten orientieren, mit Ablenkung waren es nur noch ungefähr 35 Prozent. Etwa im Alter von 8 Jahren sind Kinder dann fähig, sich auch über längere Zeit zu konzentrieren.

### 3. Sicherheitsanforderungen

#### 3.1 Präventionsmassnahmen nach TOP

Wie bereits erwähnt, verunfallen Kinder aus Gründen motorischer Defizite, aber auch wegen technischer Mängel. Es ist daher notwendig, die Bewegung der Kinder zu fördern, die Sicherheitsanforderungen und Massnahmen dennoch nicht zu vernachlässigen. Die Sicherheit kann auf verschiedenen Ebenen gewährleistet werden. Dazu können technische und organisatorische Massnahmen oder auch persönliche Schulung beitragen. Die sogenannten «TOP-Massnahmen» helfen, das Risiko zu minimieren.

<b>Technische Massnahmen</b>	Das Erfüllen der technischen Anforderungen bietet den zuverlässigsten Sicherheitsgewinn. Es ist deshalb in erster Linie in diese Richtung nach Lösungen zu suchen.
<b>Organisatorische Massnahmen</b>	Organisatorische Massnahmen sind zum Beispiel: – Erstellen eines Pflichtenheftes – Aufstellen von Warnhinweisen – Sicherstellen einer möglichst lückenlosen Überwachung. Bei der Umsetzung der organisatorischen Massnahmen ist aber das Verhalten der einzelnen Personen mitentscheidend.
<b>Persönliche Massnahmen</b>	Bei Massnahmen, die das persönliche Verhalten beeinflussen, ist man voll und ganz auf den guten Willen, die Zuverlässigkeit, Motivation, das Wissen und die Bereitschaft einzelner Personen (Kinder) angewiesen.

#### 3.2 Einbezug aller Partner (organisatorische und personelle Massnahmen)

Was schliesslich umgesetzt wird, liegt in der Verantwortung der Städte, Gemeinden und der Pädagoginnen und Pädagogen. Wichtig ist der Einbezug der Eltern in den ganzen Prozess, damit diese über die Risiken aufgeklärt sind. Und um sicherzustellen, dass die Bewegung der Kinder nicht nur in der Schule, sondern auch in der Freizeit vermehrt gefördert wird. Eine grosse Verantwortung wird ausserdem den Pädagoginnen und Pädagogen übertragen, denn durch Beaufsichtigung können gewisse Sicherheitsanforderungen erfüllt werden. Die Organisation des Unterrichts spielt eine zentrale Rolle in der Unfallverhütung. Ein runterfallendes Kind kann in der Regel nicht aufgefangen werden. Eine technische Massnahme drängt sich daher auf. Es ist an den Lehrpersonen abzuschätzen, was sie sich und der Klasse zumuten können und wie sie Sicherheit in Planung und Umsetzung der Lektionen integrieren.

### 3.3 Normen für Spielgeräte im Innenraum (technische Massnahmen)

Für die Gestaltung von Innenspielplätzen gibt es keine Normen, die explizit zur Anwendung gelangen. In Analogie können aber die Spielplatzgerätenormen für Spielplätze herangezogen werden. Die Sicherheit der Kinderspielgeräte und stossdämmenden Spielplatzböden für Spielplätze sind in der SN EN Norm 1176 festgehalten. Spielplatzgeräte müssen diesen Normen entsprechen. Geräteelieferanten müssen dies mit einem Zertifikat belegen können.

Die bfu-Dokumentation R 0101 Spielräume gibt viele Tipps, wie Freizeiträume sicher und abwechslungsreich gestaltet werden können.

Kinder sind im Innenraum oft noch grösseren Gefahren ausgesetzt, da sich viele Kinder auf einer kleineren Fläche aufhalten. Zudem sind die Räume klein, unübersichtlich und mehrere Nutzungen sollen gleichzeitig stattfinden.

## 4. Grundlagen für die Realisierung eines «bewegten» Kindergartens

Um den Kindern viel Bewegung bei optimalen Sicherheitsbedingungen bieten zu können, muss bei der Projektierung und Realisierung eines bewegten Kindergartens auf folgende Punkte geachtet werden:

### 4.1 Eigene Abklärungen

- Erkennen von attraktiven Bewegungsräumen beim Kindergarten
- Abklären, ob im Umfeld Angebote für die Bewegungsförderung vorhanden sind
- Besitzverhältnisse und Nutzungsmöglichkeiten abklären
- Fragen der Sicherheit klären
- Fachliteratur zu den verschiedenen Anforderungen konsultieren
- Die notwendigen Bewilligungen bei den verschiedenen Parteien einholen

### 4.2 Zusammenarbeit mit Partnern

#### 4.2.1 Beizug von Baufachleuten

- Mit dem Hauseigentümer (Gemeinde oder Private) Kontakt aufnehmen
- Die baulichen Massnahmen abklären
- Baupläne und Baufachleute beiziehen, damit statische Anforderungen des Gebäudes abgeklärt werden können

#### 4.2.2 Pädagogische Spezialisten

- Die Schulkommission oder die Schulbehörde kontaktieren
- Mit einer pädagogischen Fachhochschule Kontakt aufnehmen, wenn in Bezug auf die Auswahl der Bewegungselemente Unsicherheit besteht

#### 4.2.3 Sicherheitsfachleute

- Ziehen Sie den bfu-Sicherheitsdelegierten der Gemeinde bei
- Verfügt Ihre Gemeinde über keinen bfu-Sicherheitsdelegierten, dann nehmen Sie mit dem bfu-Chefsicherheitsdelegierten der Region Kontakt auf: [www.bfu.ch](http://www.bfu.ch)
- Kontaktieren Sie die kantonale Feuerversicherung, um Fluchtwege zu besprechen

### 4.3 Die Haltung der bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung

Es ist wichtig, dass sich Kinder bewegen können. Und zwar in einem sicheren Umfeld. Am besten in der Natur. Jedes freie Feld, der Wald, Wiesen oder ein Bachlauf regen die Fantasie der Kinder immer wieder von Neuem an. Dort sind keine technischen Hilfsmittel notwendig. Die Aufsicht durch Begleitpersonen ist jedoch sicherzustellen.

Wer in Städten wohnt, hat es schwieriger, auf sicheren und kurzen Wegen in die Natur zu gelangen. Bereits der Weg dorthin hat einen hohen pädagogischen Nutzen. Aber auch ein Sportfeld, ein Schulhausplatz, ein Zoo, eine Turnhalle oder eine Parkanlage in der Nähe sind sinnvolle Bewegungsalternativen. Oder der Innenbereich.

Es ist grundsätzlich wichtig, dass sich Kinder im Innen- und Aussenbereich ungezwungen bewegen. Die Kinder sollten auch die Jahreszeiten erfahren und miterleben, denn es gibt kein schlechtes Wetter, es gibt nur unangemessene Ausrüstung und Infrastruktur.

Die bfu unterstützt die Bestrebungen der Kantone und Gemeinden, die Kindergärten bewegungsfreundlich zu gestalten und den Kindern möglichst vielfältige motorische Herausforderungen zu bieten. Unsern Ziel ist es, in Zukunft Unfälle mit schweren Verletzungen, bleibenden Schädigungen oder gar mit Todesfolge in betreuten Bewegungsangeboten mit Kindern zu verhindern.



## 5. Bewegungselemente

### 5.1 Bewegungselemente im Aussenraum

Unter Einhaltung der geltenden Normen für die Kinderspielplätze (SN EN 1176 Spielplatzgeräte und falldämmende Spielplatzböden) können die Kinder in einem gesicherten Umfeld ihren Bewegungsdrang ausleben. Die bfu-Dokumentation R 0101 Spielräume gibt viele Tipps, wie Freizeiträume sicher und abwechslungsreich gestaltet werden können.

#### Freie Bewegung

vor allem auf offenen Flächen

Rennen, hüpfen, klettern, rutschen, kriechen, Fang- und Suchspiele



#### Bewegung an fixierten Elementen

vorwiegend an Geräten

Kriechen, balancieren, drehen, schaukeln, wippen, rutschen



#### Bewegung mit Fahrzeugen

vorwiegend auf Hartplätzen rund ums Gebäude

Fahren, rollen, gleiten



**Bewegung mit mobilen Objekten**

vorwiegend auf Hartplätzen oder Rasenplätzen

Ball-, Marmor-, Federballspiel, Reifen rollen, Stelzen laufen

**Kletterparcours an Wänden: Bouldern**

Zu beachten ist:

- Bouldern bis zu einer Fallhöhe von 60 cm.
- Der Fallraum nach hinten beträgt mindestens 1.50 m.
- Der Bodenbelag ist aus einem stossdämpfenden Spielplatzboden.

**Bewegungsparcours**

Zu beachten ist:

Mit einfachen Mitteln lassen sich im Aussenbereich Bewegungsparcours aufstellen. Diese fördern nebst der Motorik und Geschicklichkeit auch das Wohlbefinden.

- Die Geräte sind stabil
- Die Fallhöhe darf nie mehr als 60 cm betragen.
- Im Fallraum sind keine harten Gegenstände vorhanden.
- Der Bodenbelag besteht idealerweise nicht aus einem Hartbelag.



## 5.2 Bewegungselemente im Innenraum

Die Auswahl von Bewegungselementen und deren Standorten im Innenraum sind sehr gezielt vorzunehmen. Es wird kaum möglich sein, alle Bewegungselemente und einen ganzen Klassenverband gleichzeitig zu beaufsichtigen. Risikoreiche Geräte sind daher möglichst zentral anzuordnen. Eine Lehrperson soll sich permanent da aufhalten. Die erhöhten technischen Sicherheitsanforderungen sind prioritär zu behandeln. Bewegungselemente, die weiter weg sind oder weniger gut durch die Aufsichtspersonen begleitet werden können, müssen einen tieferen Schwierigkeitsgrad aufweisen. Der Standort der Geräte und der Aufsichtspersonen ist den gegebenen Verhältnissen vor Ort anzupassen.

Die nachfolgend aufgeführten Bewegungselemente sind nur als Beispiele zu verstehen, die Auflistung ist nicht abschliessend. Mit Fantasie, Kreativität und dem Bewusstsein für Risiken lassen sich viele andere Bewegungsbereiche entdecken. Bevor jedoch etwas umgesetzt wird, ist eine Nutzungs- und Risikoanalyse vorzunehmen. Werden erhöhte Risiken und Gefahren für die Kinder festgestellt, sind entsprechende Sicherheitsmassnahmen zu treffen.

### Kissen und Matratzen zum Bauen und Hüpfen

Zu beachten ist:

- Keine harten Gegenstände, Kanten oder Ecken im Fallbereich
- Keine Fallhöhe  $\geq 60$  cm
- Rutschfeste Auflage unter den Matratzen
- Keine leicht brennbaren Textilien und andere Materialien einsetzen



### Kriechen und Balancieren

Stühle oder Tische können zum Kriechen animieren oder werden als Hindernisparcours benutzt. Tunnels laden ebenfalls zum Kriechen ein.

Eine einfache Wippe als Walzenbrett, Rollbretter für den Innenbereich, Balancierteller (z. B. Fun-Disk), verschiedene Pedalos usw. stärken Muskulatur und Bänder und fördern die Motorik.

Zahlreiche Firmen haben ein breites Angebot.





### Geschicklichkeit

Auf Seilen kann balanciert werden. Abwechslungsreich ausgelegt sind der Nutzung durch die Kinder viele Möglichkeiten geboten und der Fantasie kann freier Lauf gelassen werden.

Mit den Seilen lässt sich auch einzeln oder in Gruppen springen.



### Hüpfen und Springen

Aus einfachen Materialien lässt sich ein Hindernisparcours zum Balancieren aufstellen. Zu beachten ist:

- Balancierelemente sollen nicht nahe von harten Gegenständen (Heizkörpern, Türrahmen) aufgestellt werden.
- Ein Sicherheitsabstand zu Gläsern (Fenster, Türen) ist zu gewährleisten.
- Die Fallräume sind freizuhalten.



### Lagern und Aufräumen

Die Materialien sollen sich gut stapeln lassen, sodass sie nicht viel Lagerraum beanspruchen.

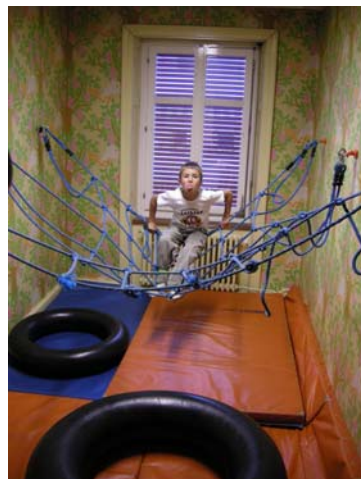
Damit lassen sie sich auch im Klassenzimmer versorgen und können spontan benützt werden, z. B. für einen Hindernisparcours.



### In den Seilen hängen

In diesem Raum wurde ca. 60 cm über dem Boden ein horizontales Netz eingebaut. Zu beachten ist:

- Die Wände sind glatt, sodass sich niemand daran verletzen kann.
- Der Heizkörper im Hintergrund muss noch mit einer Sportmatte abgedeckt werden.
- Die Fenstergläser sind zu sichern (eine reissfeste Folie aufziehen).
- Der Boden muss auch bei geringen Fallhöhen (max. 60 cm) mit Sportmatten ausreichend abgedeckt sein.



### Horizontal klettern

Eine Kletterwand ist in einem Schulzimmer durchaus denkbar. Klettern fördert die Motorik ausgezeichnet. Zudem ist durch die 3-Punkte-Halterung (2 Füße / 1 Hand oder 2 Hände / 1 Fuss) ein sicheres Spielen durch die Kinder vorgegeben.

Zu beachten ist:

- Die Fallschutzmatten müssen gezielt eingesetzt werden. Wo Absturzgefahr besteht, sind weiche Bodenbelagsmaterialien notwendig.
- Die Fallhöhe ab der Standfläche darf nicht mehr als 60 cm betragen.



### Bouldern

Auch bei dieser Kletterwand ist das Bouldern sehr gut möglich. Die Halte- und Standgriffe geben die Kletterhöhe genau vor. Der Fallraum ist nach hinten ausreichend. An der Decke befinden sich keine störenden Installationen. Die heissen Beleuchtungskörper sind unerreichbar.

Zu beachten ist:

- Im Bereich der Boulderwand und unter dem Kletternetz müssen ausreichend stossdämpfende Bodenbelagsmaterialien vorhanden sein.



### Springen

Zur Schulung der Motorik ist ein Minitrampolin ein sinnvolles Gerät.

Zu beachten ist:

- Bei der Positionierung ist darauf zu achten, dass genügend Abstand zu Wänden und anderen Gegenständen mit harten Kanten oder Ecken sichergestellt ist.
- Als organisatorische Massnahme muss die Überwachung bei der Nutzung sichergestellt sein.
- Den Kindern soll das Springen nur erlaubt werden, wenn eine Aufsicht zugegen ist.



### Durchhängen

In einem Hängesack können die Kinder gut verweilen. Zu beachten ist:

- Die Aufsicht ist sicherzustellen.
- Die Kinder dürfen nicht schaukeln.
- Im Sack darf sich nur ein Kind auf einmal aufhalten.



### Klettern

Ein Kletterseil kann auch dazu animieren, mit diesem zu schwingen. Zu beachten ist:

- Das Kletterseil muss am Boden verankert sein.
- Der Fallraum muss sichergestellt sein (keine harten Gegenstände oder Möbel im Fallraum).
- Ein ausreichend stossdämpfender Bodenbelag muss eingebaut werden.
- Beleuchtungskörper oder andere Elektroinstallationen im Deckenbereich sind nicht zulässig.



Auf dem Bild ist keine ideale Situation abgebildet.

Ein Kletterseil ist nur möglich, wenn die Sicherheitsanforderungen erfüllt sind.

### Hochsteigen

Bei der Strickleiter sind die gleichen Sicherheitsmassnahmen wie bei Klettertauen notwendig. Zu beachten ist:

- Die Strickleiter muss am Boden verankert sein.
- Der Fallraum muss sichergestellt sein (keine harten Gegenstände oder Möbel im Fallraum).
- Ein ausreichend falldämmender Bodenbelag muss eingebaut werden.
- Beleuchtungskörper oder andere Elektroinstallationen im Deckenbereich sind nicht zulässig.



Auf dem Bild ist keine ideale Situation abgebildet.

Eine Strickleiter ist nur möglich, wenn die Sicherheitsanforderungen erfüllt sind.

### 5.3 Ungeeignete Bewegungsgeräte im Innenbereich

Die nachfolgend aufgeführten Bewegungsgeräte sind im Innenbereich nicht zu empfehlen, da in den Schulräumen sehr oft keine ausreichenden Fall- und Freiräume vorhanden sind und auch kein ausreichend stossdämpfender Bodenbelag eingebaut werden kann.

#### 5.3.1 Risiken mit dynamischen Bewegungsgeräten

Es sind primär die dynamischen Geräte, die zu den grössten Gefahren führen. Die Aufsicht der Lehrpersonen darf nicht ausser Acht gelassen werden. Es ist für die Pädagoginnen und Pädagogen sehr schwer, alle Kinder gleichzeitig zu überwachen. Da hilft nur noch ein Raum, der keine Kanten oder harten Gegenstände wie zum Beispiel Möbel im Fallbereich aufweist, und ein Bodenbelag, der die Sturzenergie absorbieren kann. Es geht nicht darum, den Sturz zu verhindern, sondern die Folgen zu mindern.

Detaillierte Informationen, wie Spielgeräte sicher gebaut werden können, sind in der bfu-Dokumentation R 0101 Spielräume zu entnehmen.

#### Schaukeln am Trapez

Dieses Trapez wird auch als Schaukel benutzt.

Die Wand im Hintergrund ist relativ nahe. Die Fenster sind nicht aus Sicherheitsglas, das Mobiliar befindet sich ebenfalls im Fallraum. Die Beleuchtungskörper sind im Freiraum anzutreffen. Die Sportmatten bieten keinen ausreichenden Fallschutz.

Für dieses Gerät ist hier nicht ausreichend Platz vorhanden und muss daher praktisch als verboten erklärt werden.



#### Schwingen am Trapez

Auch dieses Trapez weist zu wenig Platz auf. Vor allem die Glastüre zur linken Seite ist durch plötzliches Öffnen gefährlich nahe. Ebenso ist die Kante des Waschbeckens viel zu nahe. Die Karatematten sind kein geeigneter Bodenbelag.

Dieses Gerät muss praktisch als verboten erklärt werden.





### Schaukelsitze

Eine Schaukel im Türrahmen ist einfach montierbar und bietet hohen Spielspass. Es besteht jedoch Kollisionsgefahr mit Kindern, die hinten oder vorne vorbeigehen.

Schaukelt ein Kind von einem Raum zum andern, wird es zur Gefahr für die Mitschülerinnen und Mitschüler.

Hier sind die Bodenbeläge nicht ausreichend und der Türrahmen ist viel zu nah, sodass die Frei- und Fallräume viel zu klein sind.

Dieses Gerät muss praktisch als verboten erklärt werden.



## 6. Zusammenfassung

Bewegungsförderung ist wichtig für das Wohlbefinden der Menschen. Ausreichende Bewegung hat einen positiven Einfluss auf die Entwicklung der Kinder.

In naher Zukunft werden schweizweit verschiedene Projekte zur Bewegungsförderung umgesetzt. Es gilt, dabei einige Punkte in Bezug auf die Sicherheit zu berücksichtigen. Gewisse Risiken sind differenziert zu beurteilen. Die bfu ist überzeugt: Bewegungsförderung ist notwendig, Fördermassnahmen sind in den Alltag zu integrieren und die verantwortlichen Personenkreise sollen sich bewusst sein, dass nicht alles sinnvoll und machbar ist. Kinder sollen sich in Zukunft vermehrt und sicher bewegen.

## 7. Anhang

### Publikationen

Zum Thema aktive Kindheit können unter folgenden Adressen Unterlagen bezogen werden.

- Baspo Magglingen: Unterlagen zum Thema aktive Kindheit
- Sicher Leben Österreich: Mehr Sicherheit durch mehr Bewegung
- bfu Bern: Dokumentation Spielräume R 0101 ([www.bfu.ch](http://www.bfu.ch))