

Im Alltag drängt oft die Zeit, das Wetter spielt nicht mit oder andere Faktoren verhindern, dass jeder Kindergartenweg aktiv zurückgelegt wird. Doch schon 1-2 Wege pro Woche vermitteln Kindern ein Bewusstsein für umweltfreundliche Fortbewegungsarten und sorgen dafür, dass die körperliche Bewegung nicht zu kurz kommt.

Probieren Sie es doch einfach aus!

Tipps für den gemeinsamen Kindergartenweg:

- Vielleicht haben Sie die Möglichkeit Gehgemeinschaften zu bilden. Gemeinsam den Weg mit KindergartenfreundInnen zurückzulegen, die in der Nähe wohnen, macht den Kindern doppelt so viel Spaß. Zusätzlich können Sie sich bei der Begleitung mit anderen Eltern abwechseln.
- Bei Zeitdruck lassen sich Kinder durch kleine Spiele z.B. wer macht die größten Schritte, meist zum schnelleren Weitergehen bewegen.
- Rituale, z.B. ein täglicher Blick in ein Schaufenster und beobachten, was sich verändert, oder der Besuch einer Bäckerei auf dem Heimweg wecken die Vorfreude auf den gemeinsamen Weg.
- Damit Ihr Kind auch sicher unterwegs ist, ist es wichtig Regeln zu vereinbaren und auf Gefahren im Straßenverkehr aufmerksam zu machen. So können gefährliche Situationen vermieden werden, die Kindern oft nicht bewusst sind. Solche können beispielsweise entstehen, weil Roller- oder Radfahrer länger zum Anhalten brauchen als Fußgänger, oder weil Kinder aufgrund ihrer Größe von Autofahrenden schlechter gesehen werden.

Diese Broschüre ist Teil des Projektes „Gemma weiter“, ein vom Bundesministerium für Verkehr, Innovation und Technologie teilfinanziertes Projekt im Rahmen der 3. Ausschreibung der Programmlinie ways2go des Forschungs- und Technologieprogramms iv2splus. Ziel des Projektes ist es, Auswirkungen von bewusstseinsbildenden Maßnahmen auf das Mobilitätsverhalten von Eltern und Kleinkindern im Kindergarten zu evaluieren.



Ausführlichere Informationen zu diesem Projekt:

www.factum.at

Karin Ausserer

Tel.: 01 504 15 46 -12

E-mail: karin.ausserer@factum.at

www.makam.at

Ilona Reindl

Tel.: 01 877 22 52

E-mail: i.reindl@makam.at

IMPRESSUM

Textliche Ausführung:

FACTUM OG, Danhausergasse 6/4, 1040 Wien

Textliche Ausführung, Design & Layout:

MAKAM Market Research GmbH, Hietzinger Hauptstraße 34, 1130 Wien

Fotos: © Microsoft

GEMMA

in den Kindergarten

Gemeinsam
Erleben
Mit
Mehr
Aktivität



Eine Information für Eltern mit Kleinkindern

Liebe Eltern!

Der Grundstein für unsere Bewegungsgewohnheiten wird bereits im Kindesalter gelegt. Kinder, die von klein auf zu Fuß gehen, mit dem Roller oder dem Fahrrad fahren, legen auch als Erwachsene eher Wege zu Fuß oder mit dem Fahrrad zurück.

Wie kommen Sie mit Ihrem Kind am liebsten in den Kindergarten? Wir haben nachgeforscht und Eltern* gefragt, mit welchen Verkehrsmitteln sie ihre Kinder in den Kindergarten bringen und warum sie dieses Verkehrsmittel wählen. Zusätzlich wurden auch ExpertInnen gefragt, welche Vorteile sich aus einer umweltfreundlichen Verkehrsmittelwahl ergeben.

INFO-BOX

- Knapp die Hälfte der Eltern bringt ihr Kind zu Fuß in den Kindergarten.
- Ein gutes Drittel der Eltern kommt mit dem Auto in den Kindergarten.
- Jede zweite Autofahrt in den Kindergarten dauert nicht länger als 5 Minuten.
- Mehr als ein Viertel der Eltern fährt wieder direkt nach Hause, nachdem sie ihr Kind mit dem Auto in den Kindergarten gebracht hat.
- Ob zu Fuß, mit dem Rad, öffentlich oder mit dem Auto unterwegs, die eigene Fortbewegungsart wird vor allem deswegen gewählt, weil es schnell geht.
- Die Mehrheit der Kinder würde am liebsten mit dem Fahrrad oder Roller in den Kindergarten kommen, wenn sie selbst entscheiden könnten.**

Die vorliegende Broschüre fasst die von Eltern und ExpertInnen genannten Vorteile eines aktiv und nachhaltig zurückgelegten Kindergartenweges zusammen.

* Ergebnisse aus einer Befragung von 2.000 Eltern und Erziehungsberechtigten von Kindergartenkindern in Wien und NÖ

** Ergebnisse einer „Spielstunde“ mit 35 Kindergartenkindern in Wien und NÖ

Mit Spaß unterwegs sein

Fragt man die Kinder selbst, wie sie am liebsten in den Kindergarten kommen möchten, nennen diese am häufigsten Fahrrad oder Scooter, weil es am meisten Spaß macht. Und auch die Eltern, die Ihre Kinder mit nachhaltigen Fortbewegungsmitteln – also zu Fuß oder mit dem Rad - in den Kindergarten bringen, argumentieren, dass Spaß als Motiv für die Verkehrsmittelwahl ausschlaggebend ist.



Wach und fit in den Tag

Bewegung in der Früh bringt den Kreislauf in Schwung, erhöht die Konzentrationsfähigkeit und das körperliche und seelische Wohlbefinden von Kindern und Erwachsenen. Rad- oder Rollerfahren fördert die motorische Entwicklung und verbessert die Reaktions- und Gleichgewichtsfähigkeit von Kindern – die Sturzgefahr wird automatisch vermindert!

*„Ich bin schon anders in den Morgen gestartet als mit dem Auto, ich bin dann irgendwie aktiver, frischer.“
(Mutter von 4 Kindern)*

Kinder brauchen Bewegung

Kinder haben einen natürlichen Bewegungsdrang, der im Alltag oft zu kurz kommt. Ein Spaziergang oder eine Radfahrt zum Kindergarten bieten eine gute Gelegenheit, Bewegung in den Alltag zu integrieren und machen gleichzeitig Lust auf mehr Aktivität.



*„Ich bin mit dem Auto und Faulheit aufgewachsen. Ich bin bequem. Für mein Kind möchte ich es besser haben. Ich muss mich aufraffen, um ins Fitness-Studio zu gehen. Vielleicht hat mein Kind später Freude an der Bewegung.“
(Mutter einer 5-jährigen Tochter)*

Selbständig bereits im Kindergarten

Die ersten Schritte sind ein ganz besonderer Moment für Eltern und Kind. Auf dem Kindergartenweg haben Kinder tagtäglich die Möglichkeit, zu Fuß, mit dem Roller oder mit dem Rad eigene „Schritte“ zu machen. Sie lernen sich im Straßenverkehr zurechtzufinden und übernehmen Schritt für Schritt selbst Verantwortung. Die Kinder trainieren dabei sicher und bewusst unterwegs zu sein und werden darauf vorbereitet, den künftigen Schulweg alleine zurückzulegen. Die Eltern können sich dadurch in Zukunft viele Begleitwege ersparen.



Natürliche Neugier fördern

Der Weg in den Kindergarten ist eine Fundgrube für kleine Entdecker und Entdeckerinnen. Käfer, herabfallende Blätter, Baustellen und –kräne sind nur eine kleine Auswahl von Dingen, die zu Fuß auf dem Weg zum Kindergarten erforscht werden können. Das Kind erlebt durch die selbstständige Fortbewegung aktiv seine Umwelt, nimmt den Wechsel der Jahreszeiten intensiv wahr, lernt seine nähere Umgebung kennen, schult seinen Orientierungssinn und lernt Distanzen abzuschätzen.

Kinder erzählen gerne

Die Wege zum Kindergarten und wieder nach Hause bieten für Eltern und Kinder Gelegenheiten, wertvolle Zeit miteinander zu verbringen. Kinder berichten gern über ihre Erlebnisse im Kindergarten. Das miteinander Plaudern beim Zufußgehen lässt wiederum den Weg kürzer erscheinen.

*„Die Qualität am Zu-Fuß-Gehen ist, dass man sich Zeit für einander nimmt.“
(Alleinerziehende Mutter eines 6-jährigen Sohnes)*