

# Praxisbeispiele der Bewegungskoordinierenden

Aus den Modellregionen:

Stadt Kassel, Stadt Frankfurt, Landkreis Waldeck-Frankenberg, Landkreis Groß-Gerau und Landkreis Gießen

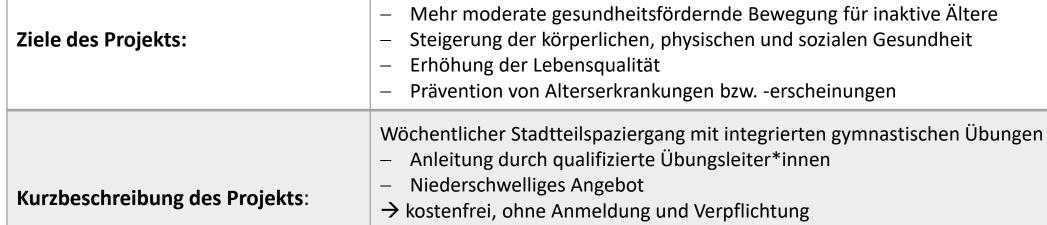




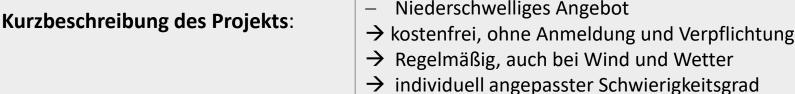














Für wen? (Zielgruppe)	Menschen ab ca. 60 Jahren
Mit wem? (Kooperationspartner auf kommunaler Ebene):	Bewegungskoordinatorin + Kasseler Sportvereine + Stadtteilzentren, Bürgerhäuser, Quartiersmanagement, Altenheime + Gesundheitsamt + Sozialamt + task + qualifizierte Übungsleitende

Großflächige Ansprache einer bewegungsfernen Zielgruppe















#### Ziele des Projekts:

- Mehr Bewegung durch ein vielseitiges Bewegungsangebot
  - Spaß an der Bewegung durch Bewegungsspiele und verschiedene Sporteinheiten vermitteln
- Regemäßige Bewegung
- Steigerung der allgemeineren Gesundheit und Leistungsfähigkeit
- Gesundheitsförderung durch Selbsterkenntnis und Selbstwahrnehmung



#### **Kurzbeschreibung des Projekts**:

Zusätzliche Bewegungsstunde an der frischen Luft während der Schul – oder Hortbetreuung

- Richtet sich vorrangig an Kinder der 3. Klasse
- **Kostenloses Angebot**
- Sportvereinen die Möglichkeit geben, ihre Kinderangebote während der Bewegungseinheit vorzustellen



#### Für wen? (Zielgruppe)

Grundschulkinder



Mit wem? (Kooperationspartner auf kommunaler Ebene):

Bewegungskoordinatorin + Kasseler Sportvereine + Sportkreis Region Kassel + Institut für Sport und Sportwissenschaft + Kasseler Grundschulen und Horte + Amt für Schule und Bildung + Amt für Kindertagesbetreuung + Jugendamt + Gesundheitsamt + Jugendhilfe Einrichtungen + Ganztagskoordinatoren + Hortleitungen + Ältere Cassler Turngemeine e. V. + Moveo Nordhessen gGmbH







Stadt Kassel – Grundschulen und Horte

Kiara Dittmar, 0561 787 5514, kiara.dittmar@kassel.de

# Fit in Frankfurt: Spaziertreffs





Ziele des Projekts / der Maßnahme:	Kostenlose Spazierangebote durch geschulte Buddys holen Menschen ab, die sich bisher nicht im Breitensport wiederfinden.
Kurzbeschreibung des Projekts / der Maßnahme:	<ul> <li>Entstanden aus dem GKV-geförderten VERBUND-Prozess</li> <li>Kostenlose und niedrigschwellige Spaziertreffs in den Stadtteilen Frankfurt</li> <li>Vernetzen und Babbeln steht im Vordergrund, Bewegung passiert nebenher</li> <li>Alle Spaziergänge werden von einer geschulten Person angeleitet und mit Bewegungsübungen ergänzt</li> </ul>
Für wen? (Zielgruppe)	Menschen in schwierigen Lebenslagen, bewegungsferne Haushalte
Mit wem? (Kooperationspartner auf kommunaler Ebene):	Kooperationsprojekt mit 3 Ämtern: Gesundheitsamt, Sportamt, Jugend- und Sozialamt
Wo? (in welcher Kommune / Kommunen)	Frankfurt am Main, aktuell 8 Spaziertreffs in Frankfurt
Kontaktperson bei Rückfragen	Jessica Alina Sell Mail: <a href="mailto:Bewegungskoordination.sportamt@stadt-frankfurt.de">Bewegungskoordination.sportamt@stadt-frankfurt.de</a> ; Tel.: 069 212 40522

## Smarte Bewegungsräume





Ziele des Projekts / der Maßnahme:	Umsetzung verschiedener Strategien für smarte Lösungen der Bewegungsförderung im öffentlichen Raum
Kurzbeschreibung des Projekts / der Maßnahme:	<ul> <li>Etablierung von 3 Sportboxen am Campus der Goethe Universität, 4 weitere im Stadtgebiet als Rotationsmodell in Planung</li> <li>Besucherstrommessung am Mainkai im Rahmen der UEFA EURO2024 FanZone</li> <li>Anschaffung einer smarten Solarbank mit Ladeanschlüssen und WLAN</li> <li>Bestrebung der Verknüpfung von Digitalisierung und Sportentwicklungsplanung</li> </ul>
Für wen? (Zielgruppe)	Erwachsene Menschen, vor allem Studierende und Beschäftigte der Universität, die spontan zu mehr Bewegung animiert werden sollen
Mit wem? (Kooperationspartner auf kommunaler Ebene):	Stabsstelle Digitalisierung, Team Smart City Goethe Universität Frankfurt TCF Frankfurt
Wo? (in welcher Kommune / Kommunen)	Frankfurt am Main
Kontaktperson bei Rückfragen	Jessica Alina Sell Mail: <a href="mailto:Bewegungskoordination.sportamt@stadt-frankfurt.de">Bewegungskoordination.sportamt@stadt-frankfurt.de</a> ; Tel.: 069 212 40522

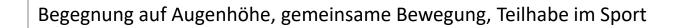






### Lauftreff für Menschen mit und ohne Behinderung

Ziele des Projekts /	der
Maßnahme:	





Kurzbeschreibung des Projekts / der Maßnahme:

Rundenprinzip (gemeinsames Laufen, Begegnung & Gespräch)



Für wen? (Zielgruppe)

Mit wem?

Menschen mit und ohne Behinderung



(Kooperationspartner auf kommunaler Ebene):

Sportkoordinator Bathildisheim



Wo? (in welcher Kommune / Kommunen)

Bad Arolsen, Korbach, Frankenberg, Waldeck



Kontaktperson bei Rückfragen

Marius Hamel, Tel: 05631 954 1549 Sebastian Gleim, Tel: 0151 2216 6284







#### Inklusive Fußballmannschaft











# Schwimmgipfel – Schwimmwerk

	Ziele des Projekts / der Maßnahme:	<ul> <li>Schwimmförderung nachhaltig verbessern</li> <li>Badeunfälle reduzieren</li> <li>Vernetzung &amp; gemeinsame Lösungsansätze entwickeln</li> </ul>
	Kurzbeschreibung des Projekts / der Maßnahme:	<ul> <li>Zweimal jährlich Austausch mit rund 40 Teilnehmenden</li> <li>Schwerpunkte: Mangel an Schwimmflächen, Ausbildung von Übungsleiterinnen und Rettungsschwimmerinnen, weitere schwimmrelevante Themen</li> <li>Aufbau einer Internetplattform zum Austausch und zur einfachen Informationsbereitstellung für die Bevölkerung</li> </ul>
<b>O</b>	Für wen? (Zielgruppe)	Bevölkerung, Politik, Schwimmakteur*innen
	Mit wem? (Kooperationspartner auf kommunaler Ebene):	Fachkräfte aus Schwimmbädern, Vereinen, Kitas und Schulen, politische Vertreter, Schwimm und Schulverbände
$\triangleleft$	Wo? (in welcher Kommune / Kommunen)	Landkreisweit
?	Kontaktperson bei Rückfragen	Marius Hamel, Tel.: 05631 954 1549 Kerstin Mühlhausen, Tel.: 05631 954 1459









### Bewegungsparcour- Motorische Testungen

_	

Ziele des Projekts / der	
--------------------------	--

- Erfassung des motorischen Entwicklungsstandes
- Früherkennung von Defiziten und gezielte Förderung
- Sensibilisierung von Eltern & Erzieher\*innen für Bewegung



Kurzbeschreibung des Projekts / der Maßnahme:

- Durchführung standardisierter Testungen in Kitas
- Auswertung durch Fachkräfte aus Sport und Pädagogik
- Rückmeldung an Eltern & Erzieher\*innen mit konkreten Förderempfehlungen



Für wen? (Zielgruppe)

Maßnahme:

Mit wem?

Kinder im Vorschulalter (4–6 Jahre)



(Kooperationspartner auf kommunaler Ebene):

Kitas, PORT Gesundheitsnetzwerk



Wo? (in welcher Kommune / Kommunen)

Landkreisweit



Kontaktperson bei Rückfragen

Marius Hamel, Tel.: 05631 954 1549









# Alltags-Fitness-Aktionsprogramm Generation 60+

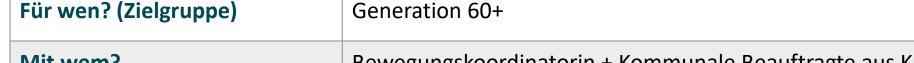


Ziele des Projekts / der	Aktiv älter werden: Bewegung und Begegnung fördern, um soziale Teilhabe
Maßnahme:	der Generation 60+ zu stärken.



Kurzbeschreibung des Projekts	Im (Sport-)Kreis Groß-Gerau eröffnen die Alltags-Fitness-Test-Aktionstage
/ der Maßnahme:	neue Bewegungs- und Begegnungsräume für ältere Menschen.



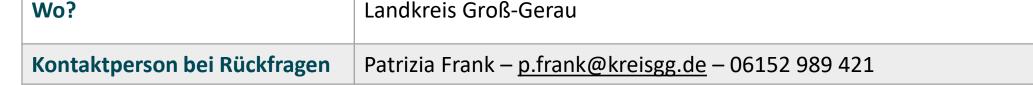


Landkreis Groß-Gerau



Mit wem?	Bewegungskoordinatorin + Kommunale Beauftragte aus Kultur, Sport,
(Kooperationspartner auf	Soziales + Seniorenbeiräte + Seniorenberatungsstellen + Vereine (Sport und
kommunaler Ebene):	Soziales) + Sport-Coaches







#### 2024

#### Pilot: 1 Modellkommune

- Auftakt-Aktionstag mit Vortrag (Gesundheitsbilung) und Alltags-Fitness-Test für Bürger\*innen 60+
- Begegnung bei Kaffee und Kuchen für Senior\*innen
- Netzwerkaufbau der Vereine (soziales und sportliches Umfeld)



#### 2025 - 2026

### Alltags-Fitness-Aktionstage in jeder Kommune

- Begegnung bei Kaffee und Kuchen für Senior\*innen
- Gesundheitsbildung mit Vortrag zur Alltagsbewegung und anschließendes Bewegungs- und Begegnungsangebot
- Netzwerkerweiterung pro Kommune der Vereine (soziales und sportilches Umfeld)



#### 2026 - 2027

- Begegnungs- und Bewegungsangebote für Senior\*innen in jeder Kommune (bedarfsgerecht)
- Netzwerkerweiterung pro Kommune der Vereine (soziales und sportliches Umfeld)

### ALLTAGS-FITNESS AKTIONSTAG

#### **IM LANDKREIS GROSS-GERAU**



VORTRAG GESUNDHEITS-BILDUNG



ALLTAGS-FITNESS TEST BÜRGER 60+













### Bewegungskampagne

	Ziele des Projekts / der Maßnahme:	Eine bewegungsfreundliche Kultur für Kinder schaffen – gemeinsam mit Eltern, Familien und Generationen.
	Kurzbeschreibung des Projekts / der Maßnahme:	Durch Aufklärung, Vernetzung und Qualifizierung eine neue Bewegungskultur für Kinder, Familien und Generationen im Landkreis Groß- Gerau schaffen.
<b></b>	Für wen? (Zielgruppe)	Kinder und Familien & Generationen, Interessenten
	Mit wem? (Kooperationspartner auf kommunaler Ebene):	Gesundheitskoordination + Koordinierungsstelle Frühe Hilfen + Bewegungskoordinatorin (+ WIR-Koordination, Büro für Integration, Büro für Frauen und Chancengleichheit, Soziale Sicherung, Seniorenberatungsstellen)
$\triangleleft$	Wo?	Landkreis Groß-Gerau
?	Kontaktperson bei Rückfragen	Patrizia Frank – p.frank@kreisgg.de – 06152 989 421









	Ziele des Projekts / der Maßnahme:	Erlernen und Verbessern der Schwimmfähigkeit, Wassergewöhnung
III	Kurzbeschreibung des Projekts / der Maßnahme:	Es werden regelmäßig Kurse über das Jahr verteilt angeboten.  — Kompakte Schwimmcamps in den Schulferien  — Schwimmkurse außerhalb der Ferien  → Motto: "Vom Nichtschwimmer zum Schwimmer und vom Schwimmer zum sicheren Schwimmer."  — Wassergewöhnungskurse
<b>©</b>	Für wen? (Zielgruppe)	Schulkinder Klassen 1. + 2. (Wassergewöhnungskurse) Schulkinder Klassen 3. + 4. (Schwimmcamps/-kurse)
	Mit wem? (Kooperationspartner auf kommunaler Ebene):	Team Sport (Bewegungskoordination) + Hallenbad Pohlheim (+Stadtwerke Gießen) + DLRG Pohlheim
$\triangleleft$	Wo? (in welcher Kommune / Kommunen)	Landkreis Gießen – Stadt Pohlheim
?	Kontaktperson bei Rückfragen	Lara Sophie Götz (Landkreis Gießen – Team Sport) Tel. 0641 9390 1675; E-Mail: Lara-Sophie.Goetz@lkgi.de