

### **3. KIKS UP Bad Nauheim**

**KIKS UP Geschäftsstelle Frau Claudia Rochell**

Adresse: Am Goldstein 9  
61231 Bad Nauheim  
Telefon: (0 60 32) 92 55 04 0  
E-Mail: [info@kiksup.de](mailto:info@kiksup.de)  
Internet: [www.kiksup.de](http://www.kiksup.de)  
[www.kiksup-familie.net](http://www.kiksup-familie.net)  
[www.klasse-klasse.com](http://www.klasse-klasse.com)

**KIKS UP ist ein ganzheitliches, mehrfach ausgezeichnetes Präventionsprogramm, das Bewegungsförderung, Ernährungsbildung und Genusstraining vereint. Es fördert darüber hinaus die sozialen Kompetenzen der Kinder und beugt so erfolgreich der Entwicklung von Fehlernährung sowie Sucht- und Gewaltverhalten vor.**

**Der Name ist Programm: „KIKS“ steht für Kinder in Kindertagesstätten, Schulen und Vereinen. „UP“ bedeutet „nach oben“ und verweist auf die positiven Ziele.**

**KIKS UP umfasst drei Komponenten:**

**KIKS UP-Leben**

**KIKS UP-Fit**

**KIKS UP-Genuss**

**→ KIKS UP Leben**

möchte Kinder auf dem Weg zu erfolgreichen, selbständigen, lebenskompetenten, selbstbewussten und starken Persönlichkeiten begleiten. Hierzu werden die aktuellen Erkenntnisse aus Pädagogik und Entwicklungspsychologie angewandt. Maßgeblich hierbei ist der Aufbau sogenannter Schutzfaktoren, die es zu fördern gilt, um negativen Entwicklungen entgegenzuwirken. Freundschaften und andere positive Kontakte zu Gleichaltrigen sowie unterstützende Kindergartenerfahrungen sind solche Schutzfaktoren. Weitere wichtige Einflüsse sind ein starkes Selbstbewusstsein und ein positives Selbstwertgefühl. Das bedeutet, dass „ich“ die Mehrheit der Dinge, die „ich“ mache oder tue als gut einschätze. Darüber hinaus sind ein gutes Sozialverhalten und eine positive Selbstwirksamkeitsüberzeugung (die eigene Einschätzung dessen was ich bewirken kann) wichtige Schutzfaktoren. Des Weiteren sollten Kinder z.B. lernen, Gefühle bei sich und anderen wahrzunehmen, ihre Gefühle und damit verbundenes Verhalten zu regulieren und sich in andere einzufühlen. Kinder müssen soziale Regeln kennen und lernen diese einzuhalten. Als Mitglied einer Gruppe müssen sie lernen sich einzufügen und einzubringen.



### → KIKS UP Fit

möchte bewegen. Maßgebliches Ziel ist es, Bewegung als selbstverständlichen Bestandteil im Alltag der Kinder zu verankern. Die Möglichkeiten sich zu bewegen, sollen sowohl in den Einrichtungen von Kindergarten über Schule, bis hin zu den Vereinen und zu Hause verbessert werden.



### → KIKS UP Genuss



möchte das Genießen (wieder) vermitteln. Hierbei stehen nicht Verbote im Vordergrund, sondern die lustvolle Auseinandersetzung mit den verschiedenen Lebensmitteln.

## KIKS UP-familie.net für Netzwerkpartner

KIKS UP-familie.net<sup>1</sup> ist ein Netzwerk bestehend aus privaten, kommunalen, regionalen und freien Anbietern von Kursen für Kinder und Jugendliche sowie Erwachsene. Die Angebote innerhalb des Netzwerkes werden aufeinander abgestimmt, angeboten und auf einer gemeinsamen Internetplattform bereitgestellt.

Die Arbeit von Vereinen, Verbänden, Institutionen und Bildungsträgern für Kinder, Jugendliche und Erwachsene wird durch diese Vernetzung gestärkt und unterstützt. Dabei ist KIKS UP der Motor, der die drei maßgeblichen Präventionsansätze Bewegung, Ernährungsbildung und psychosoziale Gesundheit in den Fokus aller Handelnden rückt. Durch regelmäßige Netzwerktreffen, eine gemeinsame Bildungsvereinbarung die verbindliche Erziehungsinhalte definiert, damit die Spielregeln für den Umgang mit Kindern und Jugendlichen festlegt, durch einen Netzwerkkontrakt sowie gemeinschaftlich entworfene Qualitätsstandards werden die Netzwerkpartner zudem füreinander sensibilisiert.

Auf der gemeinsamen Plattform [www.kiksup-familie.net](http://www.kiksup-familie.net) werden die Angebote aller Partner veröffentlicht und transparent dargestellt. Ziel ist es, neue Interessenten für die Angebote zu gewinnen, Ressourcen zu bündeln und Synergien zu nutzen. Vorteile sind u.a.: Die angeschlossenen Netzwerkpartner gewinnen auf diese Weise mehr Zeit für ihre Arbeit und können z.B. Vormerkungen für ausgebuchte Kurse vornehmen sowie angemeldete Teilnehmer auf Neuerungen hinweisen.

## ***KIKS UP für Kindertagesstätten (Kitas)***

KIKS UP Genuss vermittelt den Kindern in einem eigens entwickelten Programm auf vielfältige Weise, wie Lebensfreude schmeckt, sich anfühlt, aussieht, sich anhört oder riecht. Zudem entdecken die Kinder ihren Körper durch purzeln, hangeln, wippen, springen, balancieren sowie all die anderen Bewegungsformen, zu denen KIKS UP Fit anregt. So gewinnen sie Selbstsicherheit, stärken ihre Muskeln sowie Koordinationsfähigkeit und erhalten ihre natürliche Bewegungsfreude.

In Seminaren für Erzieherinnen und Erzieher schult KIKS UP das evaluierte Programm Papilio e.V.<sup>2</sup>, das prosoziales Verhalten der Kinder fördert, sodass späterem Suchtmittelkonsum und Gewaltverhalten vorgebeugt werden kann.



## ***KIKS UP mit KLASSE KLASSE in (Grund-)Schulen***

Das Präventionsspiel KLASSE KLASSE<sup>3</sup> integriert die Bereiche Sucht- und Gewaltprävention sowie Bewegungsförderung und Ernährungsbildung spielerisch in den Unterrichtsalltag. Dazu bietet es Grundschulen vielfältige und ansprechend gestaltete Materialien. Diese machen eine entwicklungsbegleitende Förderung der Kinder von der ersten bis zur vierten Klasse einfach umsetzbar.



**In Seminaren werden Lehrkräfte von KIKS UP geschult, um das KLASSE KLASSE Spiel an ihrer Schule theoretisch und praktisch einzusetzen.**

## ***KIKS UP Camp***

In diesem Therapieangebot werden übergewichtige Kinder unter Einbezug ihrer Eltern und dem sozialen Umfeld über ein Jahr hinweg begleitet. Ein intensives Bewegungsangebot und eine Ernährungsschulung unterstützt sie, Gewicht zu reduzieren bzw. bei fortschreitendem Längenwachstum zu halten. Ergänzt wird das KIKS UP-Camp mit dem Verhaltenstraining durch eine Psychologin.

---

<sup>1</sup> Näheres unter [www.kiksup-familie.net](http://www.kiksup-familie.net)

<sup>2</sup> Näheres unter [www.papilio.de](http://www.papilio.de)

<sup>3</sup> Näheres unter [www.klasse-klasse.com](http://www.klasse-klasse.com)

---