

## Nachbericht Fachtagung Elternbildung 2021

Am 4. Oktober fand die jährliche Fachtagung Elternbildung des OÖ. Familienreferates, der SPES Familien-Akademie und der oberösterreichischen Elternbildungsträger zum Thema „Mit Bewegung gestärkt ins Leben“ statt. Der Hochschulprofessor für Bewegungswissenschaften, Autor, Speaker, Systemische Coach, Blogger und Podcaster Prof. Mag. Dr. Erich Frischenschlager erläuterte in seinem Vortrag „Bewegung – das Tor zur Entwicklung“ die Zusammenhänge von motorischer und kognitiver Entwicklung, körperlicher und geistiger Fitness und Gesundheit.

Er zeigte auf, dass Bewegung der Schlüssel zu einer gesunden Entwicklung ist und regelmäßiges, aerobes Ausdauertraining zu rascher Regeneration und Gehirngesundheit beiträgt, sowie die Ermüdungswiderstandsfähigkeit erhöht. Mit Bewegung im Alltag und gezielten Bewegungsinterventionen können die kognitive Entwicklung und die körperliche und geistige Gesundheit von Kindern gefördert sowie Lerneffizienz, Kreativität und Leistung gesteigert werden.

In den anschließenden Workshops wurde der Schwerpunkt Bewegung vertieft. Erich Frischenschlager erarbeitete mit den Teilnehmerinnen 7 Schlüsselfaktoren für Lebensqualität und Gesundheit. Die Bildungs- und Erziehungswissenschaftlerin, Kindergarten-, Hort-, Motopädagogin und Elternbildnerin Mag. Michaela Steiner-Schätz gab in ihrem Workshop „Ich bin, weil ich kann! Selbstbestimmung und Autonomieentwicklung durch Bewegung“ Einblicke in das Konzept der Psychomotorik im Zusammenhang mit Autonomieentwicklung und betrachtete Bewegung nicht nur unter körperlich-motorischen, sondern auch unter emotional-sozialen und kognitiven Aspekten des Kindes und zeigte auf, wie Erwachsene dabei unterstützende Begleiter:innen sein können. Bei „Hampelmann und Co. KG. Bewegte Kinderspiele“ stellte Sportwissenschaftlerin und Motopädagogin Mag. Daniela Lugmayr praxisnahe Spiele zur Förderung der motorischen und kognitiven Entwicklung vor. Im Workshop „Bewegung in der frischen Luft – wie wir die Schätze der Natur nützen können“ standen verschiedenste Lern- und Bewegungserfahrungen, die Kinder in der Natur und im Wald als Spielplatz machen können, im Mittelpunkt. Dabei wurden die Teilnehmerinnen von Lehrerin, Natur- und Erlebnispädagogin Simone Seiringer, BEd. der Kindergarten- und Heilkräuterpädagogin Johanna Gahleitner (Waldkreis) angeleitet.

Über 80 Verantwortliche und Interessierte in Elternbildung und -begleitung besuchten die Fachtagung, die in Kooperation mit dem OÖ Familienbund, der Familienakademie der Kinderfreunde, SPIEGEL-Elternbildung, der Plattform unabhängiger Eltern-Kind-Zentren, dem Verein Abenteuer Familie und dem Schul- und Erziehungszentrum SchEz veranstaltet wurde.