



Fragebogen „Unsere Gruppe“

– Von mind. einer Person pro Kindergarten-Gruppe auszufüllen –

Umsetzung des Programms „TigerKids – Kindergarten aktiv“

Welche Maßnahmen der einzelnen Module haben Sie im Rahmen des Programms umgesetzt?*



Verhältnisprävention: Ein gesundes Umfeld schaffen

1. Mindestens einmal pro Woche gibt es ein gemeinsames gesundes Frühstück in der Gruppe.

☐ umgesetzt ☐ teilweise umgesetzt ☐ nicht umgesetzt

2. Wir führen das Tiger-Rennen regelmäßig (mindestens einmal pro Monat) durch.

☐ umgesetzt ☐ teilweise umgesetzt ☐ nicht umgesetzt

3. Wir setzen uns für eine gesundheitsförderliche Gestaltung der Geburtstage in der Gruppe ein (z. B. gesunde Alternativen zum Geburtstagskuchen).

☐ umgesetzt ☐ teilweise umgesetzt ☐ nicht umgesetzt

4. Es gibt Rückzugsmöglichkeiten, welche die Kinder selbstständig nutzen können (z. B. ein Kuschelsofa).

☐ umgesetzt ☐ teilweise umgesetzt ☐ nicht umgesetzt

Ernährung

5. Wir haben den Programmbestandteil zur **Ernährungsbildung** „Die kleine Lok, die alles weiß“ in der Gruppe durchgeführt.

☐ ja ☐ nein

6. Wir haben mind. eine Aktivität aus Broschüre 3C (Spiel und Spaß) pro Lebensmittelgruppe durchgeführt.

☐ umgesetzt ☐ teilweise umgesetzt ☐ nicht umgesetzt

*Anmerkung: Wenn Sie die Maßnahme/n bereits vor dem Programmstart umgesetzt haben, kreuzen Sie bitte auch die entsprechende Antwort an (teilweise umgesetzt/umgesetzt).



7. Wir probieren mit den Kindern Rezepte aus Broschüre 3D aus.

☐ umgesetzt ☐ teilweise umgesetzt ☐ nicht umgesetzt

8. Wir binden die Eltern beim Thema „Gesunde Ernährung“ aktiv mit ein (z. B. Bau der Lok, gemeinsam gestaltetes Buffet, Vereinbarungen bzgl. der Pausenverpflegung).

☐ umgesetzt ☐ teilweise umgesetzt ☐ nicht umgesetzt

Bewegung

9. Wir bewegen uns regelmäßig gemeinsam in der Gruppe (mindestens 1 Stunde pro Woche).

☐ ja ☐ nein

10. Wir haben das zwölfwöchige Bewegungsprogramm aus Broschüre 4B durchgeführt.

☐ umgesetzt ☐ teilweise umgesetzt ☐ nicht umgesetzt

11. Die Reihenfolge der Bewegungseinheiten (innerhalb der Wochen) haben wir beibehalten.

☐ umgesetzt ☐ teilweise umgesetzt ☐ nicht umgesetzt

12. Wir nutzen Variationen der ausgearbeiteten Bewegungseinheiten und integrieren regelmäßig Bewegungseinheiten in unseren Alltag.

☐ umgesetzt ☐ teilweise umgesetzt ☐ nicht umgesetzt



Entspannung

13. Wir entspannen uns gemeinsam in der Gruppe (mindestens 45 Minuten pro Woche).

☐ ja ☐ nein

14. Wir haben das 20-stündige Entspannungsprogramm aus Broschüre 5B durchgeführt.

☐ umgesetzt ☐ teilweise umgesetzt ☐ nicht umgesetzt

15. Wir haben die Reihenfolge der TigerKids-Entspannungsstunden beibehalten.

☐ umgesetzt ☐ teilweise umgesetzt ☐ nicht umgesetzt

16. Wir wiederholen die Entspannungseinheiten nach den 20 Wochenstunden, um Entspannung nachhaltig in den Alltag zu integrieren.

☐ umgesetzt ☐ teilweise umgesetzt ☐ nicht umgesetzt

