



## » Ergonomische Sitzlösungen im Kita-Alltag

BIOSWING-Kindergartenhocker „Foxy“ verbindet Bewegung, Gesundheit und Wirtschaftlichkeit

Nach Informationen der Haider Bioswing GmbH



Der Arbeitsalltag in Kindertageseinrichtungen ist durch besondere körperliche Anforderungen gekennzeichnet. Pädagogische Fachkräfte arbeiten überwiegend in niedrigen Sitzpositionen, häufig auf Augenhöhe mit den Kindern. Sitzen, Knien, Aufstehen und Gehen wechseln sich im Minutentakt ab. Klassische Sitzmöbel oder starre Hocker sind für diese Dynamik meist nicht ausgelegt und begünstigen statische Belastungen – insbesondere im Bereich der Lendenwirbelsäule sowie des Schulter-Nacken-Systems.

Aus ergonomischer Sicht besteht daher ein klarer Bedarf an Sitzlösungen, die Bewegung zulassen, Haltungswechsel fördern und sich flexibel an wechselnde Arbeitssituationen anpassen.

### Neuroergonomisches Konzept: Dynamik statt Stillstand

Der Kindergartenhocker „Foxy“ wurde speziell für Arbeitsumgebungen mit niedrigen Sitzhöhen und hohem Bewegungsanteil entwickelt. Sein bewegungsaktives Sitzsystem ermöglicht Mikrobewegungen in alle Richtungen und unterstützt damit das Prinzip des dynamischen Sitzens.

Ziel ist es, statische Muskelarbeit zu reduzieren und natürliche Bewegungsabläufe auch im Sitzen zu fördern. Die kontinuierliche Aktivierung der rumpfstabilisierenden Muskulatur sowie wechselnde Belastungen der Bandscheiben tragen dazu bei, einseitige Beanspruchungen zu vermeiden. Der Hocker funktioniert ohne aktive Einstellung (außer in der Höhe) oder Schulung und passt sich intuitiv den Bewegungen der Nutzenden an.

### Ergonomische Grundprinzipien

- ▶ Förderung von Mikrobewegungen
- ▶ Reduktion statischer Haltearbeit
- ▶ Unterstützung natürlicher Haltungswechsel
- ▶ Entlastung der Wirbelsäule bei niedrigen Sitzhöhen

### Praxiseinsatz in einer Kindertageseinrichtung

In einer kommunalen Kindertageseinrichtung wurde der Kindergartenhocker „Foxy“ über mehrere Wochen in unterschiedlichen Gruppenräumen eingesetzt. Die Hocker standen

den pädagogischen Fachkräften für typische Tätigkeiten wie Morgenkreis, Bastelangebote, Vorlesen sowie die Begleitung der Kinder im Spiel zur Verfügung.

Bereits nach kurzer Zeit berichteten Mitarbeitende von einer veränderten Wahrnehmung ihres Sitzverhaltens. Besonders positiv wurde hervorgehoben, dass Arbeiten auf Augenhöhe mit den Kindern möglich ist, ohne dauerhaft in ungünstigen Beugehaltungen zu verbleiben. Das bewegliche Sitzsystem wurde als unauffällig und unterstützend beschrieben, da keine bewusste Anpassung erforderlich ist.

Mehrere Fachkräfte gaben an, sich am Ende des Arbeitstages weniger verspannt zu fühlen, insbesondere im unteren Rücken- und Nackenbereich. Auch die Akzeptanz im Team war hoch, da der Hocker flexibel einsetzbar ist



und nicht als klassisches „Arbeitsstuhl“-Möbel wahrgenommen wird.

### Rückmeldungen aus der Praxis

- ▶ arbeiten auf Augenhöhe ohne Zwangshaltungen
- ▶ weniger subjektive Verspannungen
- ▶ hohe Akzeptanz im Team
- ▶ flexible Nutzung in unterschiedlichen Situationen

### Ergonomische Bewertung aus arbeitsmedizinischer Sicht

Aus ergonomischer Sicht zeigt der Praxiseinsatz, dass bewegungsaktive Sitzlösungen einen relevanten Beitrag zur Verhältnisprävention leisten können. Gerade in pädagogischen Arbeitsfeldern mit hohem Bewegungsanteil und niedrigen Sitzpositionen unterstützt dynamisches Sitzen die Reduktion einseitiger Belastungen.

Der Kindergartenhocker „Foxy“ ergänzt bestehende ergonomische Maßnahmen sinnvoll, da er direkt im Arbeitsprozess wirkt und keine zusätzlichen organisatorischen oder zeitlichen Ressourcen bindet. Ergonomie wird dadurch alltagstauglich und für Mitarbeitende unmittelbar erfahrbar.

### Betriebswirtschaftliche Perspektive: Prävention rechnet sich

Neben dem gesundheitlichen Nutzen besitzt der Einsatz ergonomischer Arbeitsmittel auch eine klare betriebswirtschaftliche Dimension. Muskel-Skelett-Erkrankungen zählen zu den häufigsten Ursachen für Arbeitsunfähigkeitstage im sozialen Bereich. Maßnahmen, die direkt am Arbeitsplatz ansetzen und dauerhaft wirken, können langfristig zur Reduktion von Fehlzeiten beitragen.

Darüber hinaus gewinnen Faktoren wie Arbeitgeberattraktivität, Mitarbeiterbindung und nachhaltige Personalentwicklung angesichts des Fachkräftemangels zunehmend an Bedeutung. Investitionen in ergonomische Ausstattung sind daher nicht nur als Kostenfaktor, sondern als strategische Maßnahme zur Sicherung von Arbeitsfähigkeit und Betreuungsqualität zu bewerten.

### Wirtschaftliche Effekte ergonomischer Maßnahmen

- ▶ potenzielle Reduktion von Ausfallzeiten
- ▶ Stärkung der Mitarbeiterbindung
- ▶ Beitrag zur Arbeitgeberattraktivität
- ▶ nachhaltige Sicherung pädagogischer Qualität

### Fazit

Der Praxisbericht zeigt, dass ergonomische Sitzlösungen auch in bewegungsintensiven Arbeitsfeldern wie Kindertageseinrichtungen wirksam und akzeptiert sind. Der Kindergartenhocker „Foxy“ verbindet Bewegungsförderung, Alltagstauglichkeit und geringe Einstiegshürden und unterstützt damit eine gesundheitsgerechte Arbeitsplatzgestaltung.

Gesunde Mitarbeitende sind eine zentrale Voraussetzung für stabile Betreuung und pädagogische Qualität – ergonomische Arbeitsmittel können hierzu einen wichtigen Beitrag leisten.



### Kontaktinformationen

Haider Bioswing GmbH  
95704 Pullenreuth  
Tel.: 09234 9922100  
info@bioswing.de  
www.bioswing.de

## Geprüft & empfohlen



### Rückenfreundliche Unterstützung für den Kita-Alltag

Der Arbeitsalltag in Kindertageseinrichtungen ist von häufigen Positionswechseln und Arbeiten auf niedriger Sitzhöhe geprägt. Der Kindergartenhocker „Foxy“ von Bioswing wurde entwickelt, um pädagogische Fachkräfte dabei ergonomisch zu unterstützen und statische Belastungen zu reduzieren.

Sein bewegungsaktives Sitzsystem ermöglicht Mikrobewegungen in alle Richtungen und fördert damit dynamisches Sitzen auch auf niedriger Arbeitshöhe. Dadurch werden natürliche Haltungswechsel unterstützt und ungünstige Beugehaltungen beim Arbeiten auf Augenhöhe mit den Kindern vermieden.

Wir gratulieren zur erfolgreichen Gütesiegelprüfung und zur Auszeichnung des besonders rückenfreundlichen Produktes!

