



1/5

Kurzkonzept

«Purzelbaum» - Bewegung und Ernährung im Kindergarten

Kurzbeschreibung

«Purzelbaum – bewegter Kindergarten» unterstützt Kindergartenlehrpersonen darin, vielfältige und häufige Bewegung sowie eine gesunde Znkultur im Kindergartenalltag zu integrieren. «Purzelbaum» orientiert sich am erfolgreich evaluierten Basler Projekt «Burzelbaum» und wird in der Zwischenzeit bereits in 23 Kantonen der Schweiz realisiert. Während einer zweijährigen Weiterbildungsphase wird der Kindergarten zu einem Purzelbaumkindergarten weiterentwickelt. Die Kindergartenlehrpersonen erhalten theoretische Grundlagen zur Bewegungsförderung und Ernährung in Form von Weiterbildungen sowie konkrete Ideen, wie sie den Kindergartenalltag bewegter gestalten können. Gleichzeitig wird der Kindergartenraum durch attraktive Materialien bewegungsfreundlicher eingerichtet. Entscheidend für den Erfolg von «Purzelbaum» ist, dass die Lehrpersonen eine Änderung ihrer pädagogischen Haltung vollziehen und mehr Bewegung im Unterricht zulassen. Die Eltern sind über die Bedeutung, Ziele und Verlauf von «Purzelbaum» informiert und werden einbezogen.

Ausgangslage

Ausreichend Bewegung und eine gesunde Ernährung sind für die Gesamtentwicklung eines Kindes von besonderer Bedeutung. In keinem Lebensalter ist der natürliche Bewegungsdrang so gross wie während der Kindheit. Kinder wollen rennen, klettern, sich verstecken und sich austoben. Gerade im städtischen Umfeld ist die Möglichkeit dazu nicht immer vorhanden. Wenn Kindergartenräume zu Bewegungsräumen umgestaltet werden, bieten sich den Kindern zahllose Möglichkeiten sich täglich vielfältig zu bewegen. «Purzelbaum» ist im Kindergarten, der Primarschule und im Vorschulalter angesiedelt, da die Bewegungsfreude in diesem Alter noch gross und dadurch leicht zu fördern ist und Ernährungsgewohnheiten noch einfach beeinflusst werden können.

Seit der Einführung von «Purzelbaum» 2007 haben rund 217 Lehrpersonen aus 125 Kindergärten der Stadt Zürich die Weiterbildung «Purzelbaum – bewegter Kindergarten» erfolgreich abgeschlossen.



2/5

Zielgruppe

- Kindergartenkinder der Stadt Zürich
- Kindergartenlehrpersonen der Stadt Zürich
- Eltern und Erziehungsberechtigte

Vorzugsweise werden Kindergärten aus Schulkreisen, welche einen hohen Anteil an sozio-ökonomisch schwachen Familien, an übergewichtigen und adipösen Kindern und/oder einen hohen Anteil an Kindern mit unterdurchschnittlicher sportmotorischer Leistungsfähigkeit aufweisen, stärker berücksichtigt.

Ziele von «Purzelbaum»

Ziele in Bezug auf die Kinder

Die Kinder bewegen sich im Kindergarten häufiger und lernen ihren Körper besser kennen. Bewegung findet grundsätzlich «jederzeit und überall» in und um den Kindergarten statt. «Purzelbaum» liegt absichtlich kein ausführliches förderdiagnostisches Konzept mit einer gezielten Förderplanung im Bereich Bewegung zu Grunde, sondern schafft gleiche Bewegungsmöglichkeiten für alle, um weniger Talentierte nicht zu stigmatisieren, sondern im Vergleich mit Gleichaltrigen zu motivieren. Die Kinder essen gemeinsam einen gesunden Znüni.

Ziele für die Kindergartenlehrpersonen

Die Kindergartenlehrperson entwickelt eine bewegungsförderliche Grundhaltung dahingehend, dass Bewegung in allen Unterrichtssequenzen mitgedacht und «jederzeit und überall» umgesetzt wird. Sie bietet den Kindern vielseitige, entwicklungsangepasste Bewegungsmöglichkeiten an und unterstützt somit die motorische und psychische Entwicklung der Kinder. Die Kindergartenlehrperson integriert den Aspekt einer ausgewogenen Ernährung im Unterricht.

Ziele in Bezug auf die Eltern

Die Eltern werden sich ihrer wichtigen Vorbildrolle betreffend Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten ihrer Kinder bewusst, indem sie in «Purzelbaum» miteinbezogen werden und befähigt sind, ihre Kinder bezüglich Bewegung und Ernährung zu unterstützen.

Alle Eltern wissen, welche Nahrungsmittel für Körper und Zähne ihrer Kinder gut sind. Sie erhalten konkrete Informationen, wie sie sich als Familie mehr bewegen können und wie sie einen gesunden Znüni zusammenstellen können.



Bestandteile der zweijährigen Weiterbildungszeit

Weiterbildungen

Die Weiterbildungen bilden die theoretischen Grundlagen für die Bewegungsförderung im Kindergartenalltag und die Umsetzung des Themas Ernährung im Unterricht. Während der zweijährigen Weiterbildungsphase finden vier Weiterbildungen à ½ Tag statt, welche durch externe Fachpersonen gehalten werden.

Input- und Austauschtreffen

«Purzelbaum» fordert von den Lehrpersonen, sich mit der eigenen Haltung zum Thema Bewegung und Ernährung auseinander zu setzen. Das Ziel ist, die Bewegungszeit der Kinder zu erhöhen und die Kinder im Bereich der Ernährung zu sensibilisieren. An den Input- und Austauschtreffen werden die Lehrpersonen im Prozess der Haltungsänderung begleitet und erhalten Anregungen für die Weiterentwicklung eines bewegten Kindergartenalltages. Dabei tauschen die Lehrpersonen eigene Erfahrungen aus, erhalten Ideen und Aufträge für die Umsetzung im Kindergarten und sind inspiriert ihre Unterrichtsräume so zu verändern, dass Bewegung noch besser möglich ist.

Während den zwei Jahren trifft sich die Gruppe der Teilnehmenden insgesamt siebenmal. Die Input- und Austauschtreffen finden jeweils an einem Mittwochnachmittag von 14.00-16.30 Uhr statt, dies alternierend in verschiedenen Purzelbaum-Kindergärten. Zu Beginn stellen die dortigen Lehrpersonen ihre Bewegungsrituale und ihren Kindergarten vor. Anschliessend wird besprochen, wie Bewegung in die einzelnen Kindergarten-Sequenzen eingebaut und ein bewegter Unterricht sinnvoll umgesetzt werden kann. Anhand der Erfahrungen und Bedürfnisse der Kindergartenlehrpersonen ergeben sich im Verlauf der zweijährigen Weiterbildungsphase weitere Themen, die aufgegriffen werden. Die Treffen werden von der Leitung «Purzelbaum» (zusammengesetzt aus einer Kindergartenlehrperson und einer Fachperson Gesundheitsförderung) moderiert.

Anwesenheitsbedingungen

Die Weiterbildung «Purzelbaum» beinhaltet 12 Veranstaltungen, die aus einer Impulsveranstaltung, 4 Weiterbildungen und 7 Input- und Austauschtreffen bestehen. Für einen erfolgreichen Abschluss der Weiterbildung «Purzelbaum» müssen von diesen 12 Veranstaltungen mindestens 9 besucht werden (rund 80%).

Umgestaltung des Kindergartens

Je nach Bedarf erhält die Kindergartenlehrperson zusätzlich zur «Purzelbaum-Ecke» ein Budget von bis zu CHF 600.- pro Kindergarten, welches sie für Bewegungsmaterialien einsetzen darf. Die Umgestaltung findet in enger Zusammenarbeit mit dem Sportamt statt und ist schwerpunktmässig auf das erste Jahr der Weiterbildung gelegt.



4/5

Elternzusammenarbeit

Die Zusammenarbeit mit den Eltern ist für den Erfolg von «Purzelbaum» entscheidend. Bei Kindern im Kindergartenalter wirken die Eltern noch stark als Vorbilder. Unterstützen Eltern die Bewegungsentwicklung ihrer Kinder und achten auf eine gesunde Ernährung, wirkt dies vorbeugend und schützend.

Bei «Purzelbaum» informiert die Kindergartenlehrperson die Eltern über das Angebot, dessen Ziele, Inhalte und Umsetzungsschritte und übermittelt Alltagstipps in Form von Broschüren, Merkblättern und unterstützenden Anschauungsmaterialien. Zudem werden die Eltern aktiv ins Angebot miteinbezogen, beispielsweise am Besuchsmorgen oder an einem Eltern-Kind-Anlass.

An den Input- und Austauschtreffen werden die Formen der Elternzusammenarbeit besprochen. Gemeinsam wird festgehalten, welche Anlässe für die jeweiligen Klassen sinnvoll und umsetzbar sind. Verschiedene Hilfsmittel sowie die Unterstützung der Ernährungsberaterin oder der Leitung «Purzelbaum» stehen für die Planung und Umsetzung der Elternzusammenarbeit zur Verfügung. Die Zusammenarbeit mit den Eltern wird so gestaltet, dass Aufwand und Ertrag für die Lehrpersonen und die Eltern in einem optimalen Verhältnis stehen.

Bestandteile der langfristigen Verankerung von «Purzelbaum» im Kindergartenalltag

Langfristige Umsetzung von «Purzelbaum» durch die Lehrperson

Nach der zweijährigen Weiterbildungsphase führen die Lehrpersonen ihren bewegten Unterrichtsstil sowie die gesunden Zünrituale weiter und behalten die Elternzusammenarbeit in gleicher Form bei. Um neue Inputs zu den Purzelbaumthemen zu erhalten und auf dem neusten Stand zu bleiben, wird der Besuch von mindestens einer Weiterbildung (½ Tag) alle zwei Jahre empfohlen. Lehrpersonen, welche eine Weiterbildung oder die nationale Purzelbaum-Tagung besucht haben, erhalten die Möglichkeit neues Bewegungsmaterial im Wert von CHF 300.- über die Sportmaterialverwaltung der Stadt Zürich zu beziehen.

Unterstützung der Stadt Zürich für die langfristige Umsetzung von «Purzelbaum»

Die Schulgesundheitsdienste informieren die Lehrpersonen zwei Mal jährlich mittels Newsletter über aktuelle Themen von «Purzelbaum». Um die Elternzusammenarbeit in derselben Form weiterführen zu können, erhalten die Lehrpersonen jeweils vor den Sommerferien Purzelbaum-Flyer und -Kleber für die neuen Kindergartenkinder. Ausserdem können jederzeit Broschüren für die Elternzusammenarbeit bei den Schulgesundheitsdiensten bestellt werden. Um die Sicherheit in den umgestalteten Kindergärten zu gewährleisten, führen Mitarbeitende des Sportamts jährlich einen Sicherheitscheck der «Purzelbaum-Ecke» durch.



5/5

Lehrpersonenwechsel

Mit der Anmeldung des Kindergartens bei «Purzelbaum - bewegter Kindergarten» verpflichten sich die Schulleitungen auch im Falle eines Lehrpersonenwechsels den Purzelbaum-Kindergarten weiterzuführen. Neu eintretende Lehrpersonen, welche ohne Purzelbaum-Ausbildung einen bereits umgestalteten Kindergarten übernehmen, müssen die Purzelbaum-Weiterbildungsphase zum nächst möglichen Zeitpunkt besuchen. Die Schulgesundheitsdienste und das Sportamt stehen den Schulleitungen und Lehrpersonen dabei unterstützend zur Seite.

Organisation von «Purzelbaum»

Die Schulgesundheitsdienste der Stadt Zürich führen «Purzelbaum – bewegter Kindergarten» in Zusammenarbeit mit dem Sportamt und dem Schulamt durch. Die Leitung «Purzelbaum» setzt sich aus der Co-Leitung einer Kindergartenlehrperson und einer Fachperson für Gesundheitsförderung der Schulgesundheitsdienste zusammen. «Purzelbaum» wird von einer Begleitgruppe, zusammengesetzt aus einer Vertretung des Sportamtes und der Fachgruppenleitung Kindergarten, beraten. Die Begleitgruppenmitglieder lassen Erfahrungen und Anliegen der jeweiligen Interessensgruppen in «Purzelbaum» einfließen.

Co-Leitung

Nadine Stöckli

Kindergartenlehrperson

Nadine Steiner, MSc ETH Bew.-wiss.

Fachperson Bewegungsförderung

Kosten

Die Einführung und Umgestaltung von «Purzelbaum – bewegter Kindergarten» kostet pro Kindergarten rund CHF 6500.-. Die Kosten werden von den Schulgesundheitsdiensten übernommen. Der Aufwand der Lehrperson für die Weiterbildung (mind. 23h Präsenzzeit) ist dabei nicht eingerechnet und liegt in der Verantwortung der Lehrperson und der Schule.

Kontakt

Leitung «Purzelbaum», Schulgesundheitsdienste,
T +41 44 413 88 19, E-Mail ssd-purzelbaum@zuerich.ch