



Konzept

«Purzelbaum» – mehr Bewegung und gesunde 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 21 Kantonen der Schweiz realisiert. Während einer zweijährigen Prozessphase 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 190 Lehrpersonen aus 110 Kindergärten der Stadt Zürich die Weiterbildung «Purzelbaum – bewegter Kindergarten» erfolgreich abgeschlossen.

Zielgruppe

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

Vorzugsweise werden Kindergärten aus Schulkreisen, welche einen hohen Anteil an sozioökonomisch 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 Handlungsänderung begleitet und Reize für die Weiterentwicklung eines bewegten Kindergartenalltages gegeben. 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 ihre/n 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 Bedürfnissen 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 11 Veranstaltungen, die aus 4 Weiterbildungen und 7 Input- und Austauschtreffen bestehen. Für einen erfolgreichen Abschluss der Weiterbildung «Purzelbaum» müssen von diesen 11 Veranstaltungen mindestens 8 besucht werden.

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.

Elternarbeit

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.

Die Kindergartenlehrperson gestaltet einen Elternabend und informiert die Eltern über «Purzelbaum». Dazu stehen ihr folgende Hilfsmittel zur Verfügung: Präsentationen, Flyer, Musterelternbrief, Unterstützung der Ernährungsberaterin und der Leitung «Purzelbaum» bei Fragen oder auch bei der Mitgestaltung des Elternabends. Die Kindergartenlehrperson animiert die Eltern zur Teilnahme am Elternabend und wertet aus, welche Eltern am Elternabend teilnehmen. Ziel ist es, möglichst alle Eltern anzusprechen, insbesondere diejenigen mit Migrationshintergrund und sozial schwächer gestellte Eltern. Im Weiteren soll den Eltern an einem Besuchsmorgen oder an einem Eltern-Kind-Anlass die Purzelbaumidee nähergebracht werden. Die Kindergartenlehrperson erklärt den Eltern ihr Züniritual und hat so grossen Vorbildcharakter.

Bestandteile der langfristigen Verankerung von «Purzelbaum» im Kindergartenalltag

Langfristige Umsetzung von «Purzelbaum» durch die Lehrperson

Nach der zweijährigen Weiterbildung führen die Lehrpersonen ihren bewegten Unterrichtsstil sowie die gesunden Zünirituale weiter und behalten die Elternarbeit 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 Elternarbeit 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 Elternarbeit 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.



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-Weiterbildung einen bereits umgestalteten Kindergarten übernehmen, müssen die Purzelbaum-Weiterbildung 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

Elvira Lopez
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 und weitere Informationen

Stadt Zürich, Schulgesundheitsdienste
Leitung «Purzelbaum»
Parkring 4, Postfach
8027 Zürich
Telefon 044 413 88 29
E-Mail ssd-purzelbaum@zuerich.ch

www.stadt-zuerich.ch/purzelbaum