

Kletterwand dank Purzelbaum

52 sogenannte Purzelbaum-Kindergärten verfügen in Zürich über einen Spielbereich mit Sportgeräten, wo sich die Kinder täglich austoben. Diese sind dadurch nicht nur körperlich fitter geworden, auch der soziale Umgang hat sich verbessert.

ZÜRICH - Im Allenmoos hat das Projekt Purzelbaum alles auf den Kopf gestellt: Seit Mitte Januar gehören Kletterwand, Trampolin, Bock und Balancesteg zum Inventar des Kindergartens. Und von der ersten Sekunde an hat diese Bewegungslandschaft alle anderen Aktivitäten von der Favoritenliste der Kinder verdrängt. «Die Bewegungsecke ist immer als erste ausgebucht», sagt Kindergärtnerin Cilgia Girsperger. Es gebe in ihrer Klasse kein einziges Kind, das keinen Spass daran habe, sich dort auszutoben.

Das mag erstaunen, denn Girspergers Kindergartengruppe besteht keineswegs nur aus übermässig lebhaften Jungen und Mädchen. Im Turnunterricht müsse sie einzelne «Bewegungsmuffel» immer wieder dazu ansprechen, mitzumachen, sagt sie. Und auch besonders scheue Kinder hat sie in ihrer Klasse – Kinder, die sich an der Sprossenwand kaum drei Stufen in die Höhe wagten.

Doch seit das grosse Klassenzimmer im Erdgeschoss zum Purzelbaum-Kindergarten geworden ist, hat der Bewegungsdrang im Allenmoos Einzug gehalten. Das wiederum freut den Schulstadtrat Gerold Lauber. Wenn man den Kindern früh die Freude am Körper und an der Bewegung vermittele, so könne sich dieses Verhaltensmuster bis ins hohe Alter erhalten.

Bessere Grobmotorik

Genau dieses Ziel verfolgt das Projekt Purzelbaum, das 2007 in 14 Zürcher Kindergärten in die Pilotphase startete. Deren Räume wurden gemäss

den jeweiligen Platzverhältnissen mit Turn- und Spielgeräten ausgerüstet. Die Kindergärtnerinnen absolvierten Weiterbildungskurse. Dort holten sie sich Ideen, wie sie die neuen Spielmöglichkeiten in den Alltag einbauen könnten. Zwei Jahre hat diese Pilotphase gedauert und die Ergebnisse lassen aufhorchen: «Die Kinder bewegen sich häufiger, sind in der Grobmotorik sicherer geworden und haben mehr Spass an Bewegung», fasst Christoph Meyer, Ko-Leiter des Projekts, zusammen. Auch kräftiger und ausdauernder seien sie dank der zusätzlichen körperlichen Betätigung geworden.

Damit gleichen die Purzelbaum-Kindergärten ein Manko aus, das in heutiger Zeit viele Kinder mitbringen: Gerade im städtischen Umfeld sei es schwierig, Kindern die dringend nötige Bewegung zu verschaffen, so Gerold Lauber. Es fehle an Freiräumen, wo sie sich abseits austoben könnten. Dass Bewegungsmangel schon im Vorschulalter ein grosses Thema ist, zeigt auch eine Studie aus dem Jahr 2009. Ihr zufolge sind in der Stadt Zürich 15 Prozent der Kindergärtler übergewichtig, vier Prozent bereits fettleibig. In der Primarschule steigt der Wert der übergewichtigen Kinder dann sogar auf gut 19 Prozent an.

Schwierige Elternarbeit

Um diesem Trend entgegenzuwirken, setzt das Projekt Purzelbaum nebst der Bewegung auf ausgewogene Ernährung. So legt Cilgia Girsperger etwa grossen Wert auf einen gesunden Znü-

ni. Auch die Eltern werden an Elternabenden und Besuchsmorgen miteinbezogen, damit sie die Bemühungen der Schule zu Hause unterstützen können. «Die Eltern für das Projekt zu gewinnen, ist eine grosse Herausforderung», sagt Daniel Frey, Direktor der Schulgesundheitsdienste. Dies, weil gerade in bildungsfernen Schichten das Problem Übergewicht besonders markant sei (siehe Kasten und Grafik unten).

Dass ihre Kindergärtler dank der neuen Spielecke gesünder leben, ist für Cilgia Girsperger aber nicht das erfreulichste Ergebnis. Vielmehr sei sie erstaunt darüber, wie es schlecht integrierten Schülerinnen und Schülern in der Bewegungsecke gelinge, sich in eine Gruppe einzufügen. «Was ich trotz vieler Bemühungen bisher nicht geschafft habe, funktioniert hier von alleine», sagt sie.

Die erste Purzelbaumbilanz fällt aus Sicht der Beteiligten darum durchwegs positiv aus. Bereits hat die Stadt 38 weitere Kindergärten ins Projekt aufgenommen. Und in den kommenden zwei Jahren sollen noch einmal 40 Kindergärten dazukommen. Auch die Stadt Winterthur hat seit vergangem Sommer 12 Purzelbaum-Kindergärten, ähnlich wie Wädenswil (16) und das Glattal (13).

Mit Kosten von rund 8000 Franken pro Kindergarten (5000 davon übernimmt der Kanton) ist die Umsetzung relativ günstig und sollte aus Sicht der Projektleiter mittelfristig flächendeckend möglich sein.

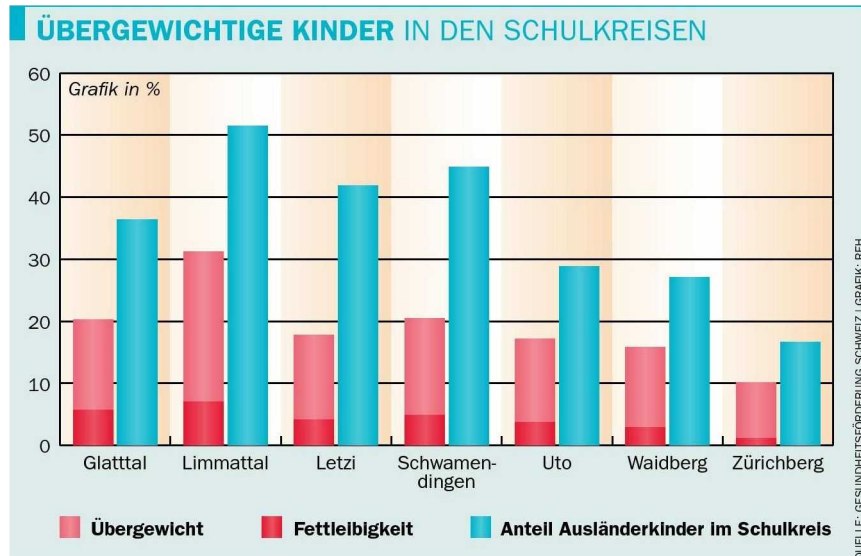
ANNA WEPFER

Schulkreise driften auseinander

Für das Schuljahr 2007/08 haben die Städte Zürich, Basel und Bern untersucht, wie gross der Anteil übergewichtiger Kinder und Jugendlicher ist. In der Stadt Zürich sind im Durchschnitt aller Schulstufen gut 19 Prozent der Kinder zu schwer, fast 5 Prozent sind fettleibig. Auffällig sind die starken Schwankungen zwischen den einzelnen Schulkreisen (siehe Grafik links).

Laut dem Bericht besteht ein direkter Zusammenhang zwischen der Nationalität der Kinder und deren Körpergewicht. Je grösser der Ausländeranteil eines Quartiers, desto höher auch der Anteil übergewichtiger Kinder. Einen ähnlichen Einfluss hat das Bildungsniveau der Eltern: So haben Eltern ohne Berufsausbildung viel häufiger übergewichtige Kinder als Eltern mit einer Lehre oder einer höheren Ausbildung. Daniel Frey von den Zürcher Schulgesundheitsdiensten erklärt:

«Angehörige bildungsferner Schichten wissen tendenziell weniger über gesunde Ernährung. Und zu eben diesen Schichten gehören viele Migrantenfamilien.» (awe)





Klettern, jonglieren, balancieren: Alles ist möglich und erst noch gesund im Purzelbaum-Kindergarten im Zürcher Schulhaus Allenmoos. Bild: Moritz Hager/EQ Images