

Factsheet Purzelbaum^{Kindergarten}

Beschreibung

Purzelbaum^{Kindergarten} setzt sich zum Ziel, vielfältige und häufige Bewegung im Kindergartenalltag zu integrieren und strebt zudem eine ausgewogene Zünikultur an, womit Kinder in ihrer gesunden Entwicklung unterstützt werden. Der Schwerpunkt des Angebots liegt bei der praxisorientierten Prozessbegleitung der Kindergartenlehrpersonen. Diese dauert eineinhalb bis zwei Jahre und beinhaltet Weiterbildungen sowie Input- und Austauschtreffen, in denen theoretische Grundlagen zur Bewegungsförderung und Ernährung sowie konkrete Ideen für einen bewegten Kindergartenalltag vermittelt werden. Wichtige theoretische Grundlagen des Konzepts bilden die Bedeutung der Bewegung und Ernährung für die kindliche Entwicklung sowie das entwicklungspsychologische Konzept der Selbstwirksamkeit. Gleichzeitig findet eine bewegungsfreundliche und -fördernde Gestaltung des Kindergartens statt. Die teilnehmenden Lehrpersonen erhalten Beratung und finanzielle Unterstützung bei der Implementierung und langfristigen Verankerung der Inhalte im Kindergartenalltag. Entscheidend für den Erfolg ist, dass die Lehrpersonen eine Änderung ihrer pädagogischen Haltung vollziehen und mehr Bewegung im Unterricht zulassen. Die Eltern sind über die Bedeutung, Ziele und den Verlauf des Angebots informiert und werden einbezogen.

Ziele

- Die Lehrperson kennt die motorische Entwicklung von Kindern im Zyklus 1, die elementaren Bewegungsbedürfnisse, die entsprechenden Bewegungsempfehlungen und die langfristige Wirkung von Bewegung auf die Gesamtentwicklung von Kindern. Sie traut den Kindern mehr zu und vermittelt Freude an der Bewegung.
 - Die Lehrperson ist sich der wichtigen Bedeutung regelmässiger Bewegung und ausgewogener Ernährung in der Kindheit für die gesamte kindliche Entwicklung bewusst. Sie kennt den Zusammenhang zwischen Bewegung, Ernährung und psychischer Gesundheit. Sie weiss, wie sie vielseitige und regelmässige Bewegung, ausgewogene Ernährung (inkl. Wassertrinken) und gesundheitswirksame Ressourcen im Rahmen des Lehrplans 21 im Schulalltag fördern kann.
 - Die Lehrperson entwickelt eine bewegungsfördernde Haltung dahingehend, dass Bewegung «jederzeit und überall» möglich ist.
 - Der zeitliche Umfang und die Qualität bewegter Aktivitäten im Schulalltag nehmen zu. Es findet ein stetiges Wechselspiel zwischen aktiven und ruhigen Phasen statt. Die Kinder lernen ihren Körper dadurch besser kennen.
-

- Die Räumlichkeiten und nach Möglichkeit auch das Schulareal werden bewegungsfreundlich und -fördernd gestaltet. Es gibt Bewegungsangebote, welche von den Kindern grundsätzlich in den verschiedenen Sequenzen bzw. Lektionen im Schulalltag genutzt werden können. Der gesamte Unterrichtsalltag wird dem Bewegungsdrang der Kinder gerecht. Da die Kinder ihren natürlichen Bewegungsdrang ausleben können, sind sie während den ruhigen Phasen im Unterricht konzentrierter und ausgeglichener.
- Die Lehrperson kennt Schulprojekte sowie Lehrmittel und Materialien, die bewegten Unterricht fördern.
- Die Lehrperson weiss, wie die Selbstwirksamkeit bei Kindern gefördert und gestärkt werden kann. Sie unterstützt die Kinder dabei im Schulalltag, indem sie ihnen Raum für eigene bewegte Aktivitäten und Spielraum für Entdeckungen bietet.
- Die Lehrperson entwickelt eine gesundheitsfördernde Haltung zu einer ausgewogen und bewussten Ernährung.
- Die Lehrperson und die Kinder essen bewusst Zwischenmahlzeiten und trinken Wasser.
- Die Lehrperson kennt die BFU-Fachdokumentation „Sichere Bewegungsförderung bei Kindern“ und hat die eigene Arbeit und ihre Bewegungsangebote für die Kinder in Bezug auf das Thema Sicherheit reflektiert, angepasst und weiterentwickelt.
- Die Lehrperson gibt den Eltern an verschiedenen Elternaktivitäten die zentralen Botschaften sowie konkrete Umsetzungsanregungen für den Alltag zu Bewegungsförderung, ausgewogener Ernährung (inkl. Wassertrinken) und zu gesundheitswirksamen Ressourcen weiter.
- Die Lehrperson gibt Impulse an die Schulleitung und das Schulteam weiter.

Aufbau und -dauer

10 Veranstaltungen verteilt über den 1.5 - 2-jährigen Prozess:

- 4 Weiterbildungen (an 4 Halbtagen)
- 6 Input- und Austauschtreffen (à 3 Stunden)

Individuelle Umsetzung

Das Angebot bietet klare Inhalte und Ziele, lässt aber gleichzeitig Handlungsspielraum, so dass die Lehrpersonen die Umsetzung optimal auf die Gegebenheiten und Bedürfnisse ihres Kindergartens anpassen können.

Umsetzung

Das Angebot wird durch eine kantonale oder kommunale Fachstelle durchgeführt. RADIX schult die Fachstelle in Bezug auf das Angebots-Know-how und die Unterlagen.

Interessierte Kindergarten-Lehrpersonen finden ihren kantonalen Kontakt unter:

www.purzelbaum.ch → [Purzelbaum Kindergarten](#) → [Kontakte](#)

Weitere Informationen

Michaela Sciuk, Leitung Purzelbaum^{Schweiz}, RADIX Gesunde Schulen,

Telefon: 041 545 92 37 / E-Mail: sciuk@radix.ch

Mit Unterstützung von



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera