

## PURZELBAUM IN DEN KINDERGÄRTEN VON WILLISAU

### Ein Projekt für mehr Bewegung und gesunde Ernährung

Bewegung ist ein zentrales Element, ein Grundbedürfnis, in der Entwicklung des Kindes und trägt wesentlich zu seinem allgemeinen Wohlbefinden bei. Dieser natürliche Bewegungsdrang muss von Erwachsenen unterstützt und gefördert werden! Deshalb sind alle Kindergärten von Willisau Teil vom Projekt «Purzelbaum». Bewegung und ein gesundes Znüni gehören deshalb zum Kindergartenalltag. Wie das Projekt in den verschiedenen Klassen umgesetzt wird, ist in diesem Bericht zu lesen.

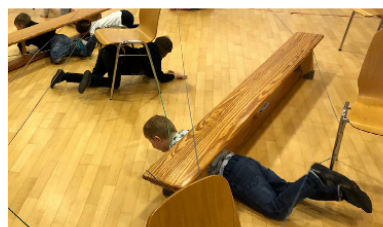
### Purzelbaum-Projekt

«Purzelbaum» ist ein Teilprojekt des Luzerner Aktionsprogramms «Ernährung und Bewegung», das vom Kanton Luzern und Gesundheitsförderung Schweiz getragen wird. 2012, also vor mehr als acht Jahren haben Lea Wyss und Barbara Riechsteiner beim Pilotprojekt Purzelbaum mitgemacht. Nebst der Weiterbildung für Lehrpersonen und regelmässigem Austausch mit anderen Projektteilnehmer/innen, wird besonders auf eine bewegungsfreundliche Umgestaltung der Räume eingegangen. Ihre Begeisterung für das Projekt haben die beiden Kindergärtnerinnen in ihrem Team verbreitet. Da sich Bewegung positiv auf die Entwicklung des Kindes auswirkt, ist es den Lehrpersonen von Willisau ein grosses Anliegen, möglichst viel Bewegung in den Kindergartenalltag zu integrieren. Junge Kinder sollten sich täglich mehr als eine Stunde aktiv bewegen. Die Schule Willisau ist sehr stolz, dass momentan in allen Kindergartenklassen das Projekt durchgeführt werden kann.

### Grundbedürfnisse

Im Kindergartenalltag werden den Kindern vielseitige und abwechslungsreiche Bewegungs- und Wahrnehmungserfahrungen ermöglicht, um alle Kinder in ihrer motorischen Entwicklung zu fördern und unterstützen. Ziel ist es, dass die Kinder ihren Körper kennenlernen, Bewegungen immer genauer steuern können oder sich vertrauen, einen Purzelbaum zu machen. Unter anderem orientieren sich die Lehrpersonen an den 12 Primärbedürfnissen nach Prof. Dr. U.Nickel

- Hochspringen und von oben hinabspringen/fallen und sicher landen
- Schaukeln, Schwingen und rhythmisches Pendeln
- Höhe erklettern, Ausschauhalten und die Höhe geniessen
- Den Taumel des Rollens und Drehens erfahren, erleben und gestalten
- Konzentriert und erfolgreich im Gleichgewicht bleiben
- Bauen
- Risikosituationen suchen und sie mit Herzklopfen meistern
- Bewegungskunststücke lernen und vorführen
- Bis zur «wohltuenden» Erschöpfung anstrengen
- Gleiten/Rutschen/Fahren und so den festen Boden verlieren
- An und mit Sportgeräten intensiv spielen
- Sich von rollenden und fliegenden Objekten (u.a. Bällen) faszinieren lassen



### Das gesunde Znüni

Alle Kinder haben zu Beginn des Schuljahres ein Purzelbaum-Znüni erhalten. Beim gemeinsamen Znüni-Ritual haben die Kinder schon früh ein Bewusstsein für ein gesundes Znüni entwickelt. Besonders beliebt ist bei den Kindern das «Znüni-Fest» oder «Znüni-Teilen». Wir freuen uns schon jetzt darauf, wenn wir das Znüni im Kindergarten wieder sorgfältig herrichten und teilen dürfen und viele neue gesunde Zwischenmahlzeiten kennenlernen können.

### Bewegungsecke, Bewegungsland oder Purzelbaumraum

An jedem Standort hat es einen speziellen «Bewegungsplatz». Die Kinder haben dort verschiedenste Materialien wie Holzbretter, Kartonröhren, Schaumstoffwürfel oder sonstiges Material zum Bauen zur Verfügung. So bauen die Kinder eigenständig Balancier-Parcours, Hütten oder eine Zirkusarena.

### «Purzelbaum-Nachmittage»

Für die Kinder des Kindergarten Gartenstrasse sind die Bewegungsnachmittage nebst dem Purzelbaumraum ein grosses Erlebnis. Jegliches Material wird aus dem Keller und dem «Purzelbaumraum» geholt - Zusammen mit Stühlen, Tischen und Brettern entwickelt sich nach und nach ein riesiger und herausfordernder Weg durch die beiden Kindergärten. Hier werden nebst dem strukturierten Ideensammeln und Bauen auch das Balancieren, Klettern, Hüpfen, Rutschen und Mutig-Sein geübt. Für die vielen roten Wangen kommt der natürliche Durstlöcher «Wasser» zum Tragen.

### Wald

Regelmässig gehen die meisten Klassen in den Wald. Nebst dem Freispiel haben Kinder die Möglichkeit verschiedene Seilkonstruktionen auszuprobieren oder auf Waldschaukeln oder in der Hängematte etwas zu entspannen. Gerne bauen die Kinder auch grosse Hütten oder erforschen den Waldboden und das unerschöpfliche Spielmaterial, welches der Wald hergibt.

### Unfälle/Risiko

Die Risikokompetenz ist nicht angeboren und muss deshalb von den Kindern erlernt werden. Mithilfe der zunehmenden motorischen Kompetenzen und den vielfältigen Bewegungserfahrung gelingt es den Kindern immer besser sich selbst und die Situation korrekt einzuschätzen.

«Ein Kind braucht Mut, um am Baum hoch hinauf zu klettern.

Genauso viel oder sogar noch mehr Mut, braucht die Betreuungsperson dies zuzulassen.»

Das Kindergarten-Team ist stolz darauf, Teil des Projektes zu sein und die Kinder täglich in ihrer Bewegung zu unterstützen. Seien auch Sie als Eltern ein gutes Vorbild für die Kinder. Ermutigen Sie die Kinder, bewegen Sie sich gemeinsam und geben Sie die Freude an der Bewegung weiter.