

Aktive Eltern haben aktive Kinder

Megger Kita Knirps mit «Purzelbaum»-Sommerfest

Eltern und Kinder erlebten am letzten Samstag in der Turnhalle Hofmatt III gemeinsam, dass Bewegung Spass macht und sich die «Purzelbaum»-Idee leicht in den Familienalltag integrieren lässt.

jp. Zwölf Bewegungsstationen mit Balancieren, Robben, Hüpfen, Krabbeln, Drehen, Klettern, Rennen, Rutschen ... waren in der grossen Hofmatt-Turnhalle aufgebaut. Wohin man schaute, Klein und Gross konnten ihrer Bewegungsfreude frönen und mit spannigen Übungen ihrem natürlichen Bewegungsdrang nachgehen. Kinder aus der Megger Kindertagesstätte Knirps –



Marius hat grossen Spass am Drehen in einem Plastikkegel. Das braucht ganz bestimmte koordinatorische Fähigkeiten.

vom Krabbelalter bis zum Eintritt in den Kindergarten - mitsamt ihren Eltern waren am vergangenen Samstag, 9. Juli zu einem Purzelbaum-Sommerfest eingeladen; denn die Kita Knirps macht beim kantonalen Projekt «Purzelbaum – Bewegte Kindertagesstätte» mit und zeigte bei dieser Gelegenheit, wie sich vielfältige Bewegungen in den Alltag integrieren lassen. Während mehr als zwei Stunden hatten die Eltern und ihre Kinder die Möglichkeit, sich an verschiedenen Stationen kreativ mit einfachen Sport- und Spielgeräten fit zu halten. Überall sah man strahlende Kleinkinder, Mütter und Väter, die ihre Mädchen und Buben anspornten und die notwendigen Hilfestellungen anboten. Bewegung machte Spass!

«Ausreichende Bewegung gehört bei vielen Kindern und Jugendlichen in der Schweiz nicht mehr zum Alltag. Die Folge: Bereits Kleinkinder leiden an Bewegungsdefiziten und Übergewicht. Gegensteuer gibt das Projekt «Purzelbaum», an welchem seit Herbst 2010 neun Kindertagesstätten mit insgesamt 400 Kindern im Kanton Luzern mitmachen», erklärte Sylvie Lütolf, Projektverantwortliche bei der kantonalen Gesundheitsförderung anlässlich des Kita-Sommerfestes in Meggen. «Die Purzelbaum-Philosophie soll eine nachhaltige Veränderung bewirken. Denn Kinder, die sich gerne und viel bewegen, haben beste Chancen, aktive Erwachsene zu werden.»

In den Purzelbaum-Kitas wird besonders darauf geachtet, dass der Tagesablauf dem natürlichen Bewegungsdrang der Kinder gerecht wird. Schon morgens



Unter Anleitung der Kita Knirps-Leiterinnen und in Begleitung von Müttern und Vätern versuchten sich die Kleinen im Balancieren, Purzelbaum schlagen, Rutschen, Rennen und – selbst im Beobachten und Staunen.

beim Eintreffen bei der Kita werden auf einem kleinen Parcours erste spielerische Geschicklichkeitsübungen angeboten – der begleitende Vater oder die Mutter können auch gleich mitmachen. Die Megger Kita Knirps verfügt nun zusätzlich über ein «Bewegungszimmer». Hier ist der Boden mit Matten ausgelegt. Die Kinder können jederzeit in diesem Raum ihre motorischen Fähigkeiten trainieren, sie lernen dabei ihren Körper besser kennen und werden geschickter. Durch die körperlichen Herausforderungen und Erfolgserlebnisse sind die Kinder beispielsweise in ruhigen Sequenzen wie beim Vorlesen einer Geschichte aufmerksamer und ausgeglichener. Nicole Isenegger, Leiterin der Kita Knirps,

ist vom Projekt «Purzelbaum» überzeugt: «Ich nehme bei den Kindern deutliche Veränderungen wahr. Unsere Kinder haben ganz klar mehr Freude an Bewegung. Sie sind mutiger und selbstbewusster geworden und können heute besser einschätzen, was sie sich zutrauen können.»

Auch die Eltern werden im Rahmen des Projekts für die wichtige Rolle der Bewegung für die Gesamtentwicklung ihres Kindes sensibilisiert und in die Verantwortung einbezogen. So kann die Idee «Purzelbaum» auch zu Hause und bei der Freizeitgestaltung in der Familie weiterleben und beste Erfolge zeigen.