



**KANTON
LUZERN**



Informationsdossier Purzelbaum

**Bewegungsförderung
in der Kindertagesstätte**

Dienststelle
Gesundheit und Sport

[gesundheit.lu.ch](https://www.gesundheit.lu.ch)

Inhalt

1	PROJEKTZIELE	4
2	PROJEKTBAUSTEINE.....	4
3	ZEITPLAN UND KURSINHALTE	6
4	KRITERIEN FÜR DIE «PURZELBAUM»-AUSZEICHNUNG	8
5	KOSTENÜBERNAHME	8
6	ANMELDEBEDINGUNGEN WEITERBILDUNG.....	9
7	INFORMATIONSANLASS	9



«Purzelbaum – Bewegte Kindertagesstätte»

7. Staffel (2024 – 2025)

Kinder brauchen und lieben Bewegung – und zwar von klein auf! Bewegung ist ein Grundbedürfnis. In den ersten Lebensjahren erforscht das Kind sich selbst und seine soziale, räumliche und dingliche Umwelt primär durch Bewegung. Durch vielseitige Bewegungsangebote in der Kita werden eine ganzheitliche Entwicklung, ein gesundes Körpergewicht sowie ein positives Selbstbild gefördert.

1 Projektziele

Im Projekt werden folgende **Ziele** verfolgt:

Die Betreuungspersonen...

- sind sich der umfassenden Bedeutung der Bewegung und Ernährung in der frühen Kindheit für die gesamte kindliche Entwicklung bewusst und wissen, wie sie Bewegungsförderung und gesunde Ernährung in den Kita-Alltag integrieren können.
- können Bewegungsbedürfnisse der Kinder wahrnehmen und begleiten, offene Bewegungssettings gestalten und vermitteln Freude an der Bewegung.
- analysieren die Innen- und Aussenräume der Kita und richten diese bewegungsfreundlich und -fördernd ein.
- wissen, wie die Selbstwirksamkeit bei Kindern gefördert und gestärkt werden kann.

Die Kinder...

- bewegen sich häufiger und lernen ihren Körper dadurch besser kennen. So werden sie geschickter und die Bewegungsfreude wird gefördert.

Die Eltern...

- werden miteinbezogen. An einer Eltern-Kind-Aktivität erfahren sie, wie die «Purzelbaum»-Idee auch zu Hause und in der Freizeit aufgegriffen werden kann.

2 Projektbausteine

Die Einführung (Projektstaffel) des Projekts «Purzelbaum – bewegte Kindertagesstätte» dauert eineinhalb Jahre. Sie beinhaltet Folgendes:

Weiterbildungen und Austauschtreffen

- Das **ganze Team** nimmt aktiv am Projektgeschehen teil. Dabei nehmen die Kitaleitung und/oder ausgewählte Mitarbeitende als Purzelbaumverantwortliche an den Weiterbildungen und Austauschtreffen teil. Die Purzelbaumverantwortlichen sind für die erfolgreiche Umsetzung des Projekts in der Kita verantwortlich und vermitteln das Wissen den anderen Kita-Mitarbeitenden weiter.
- Mindestens eine Person (wünschenswert zwei Personen) pro Kita nimmt an den **folgenden Weiterbildungen** teil:
 - Bewegen – Bauen – Spielen – Lernen, eine Einheit (1 Tag)
 - Bewegung in Beziehung (1/2 Tag)
 - Ernährung – Znüni – Zvieri (1/2 Tag)*
- Mindestens eine Person (wünschenswert zwei Personen) pro Kita besucht die Kick-Off-Veranstaltung (2.5 h) und die **fünf** Input- und **Austauschtreffen** (à 3 h).
 - Die gemeinsamen Treffen finden in der Regel abwechslungsweise in einer Kita der Projektgruppe statt.
 - Es werden einerseits die nächsten Projektschritte geplant und die Teilnehmenden erhalten neue Anregungen der Projektleitung. Andererseits findet ein Austausch statt, ein Gefäss für Reflexion, Erfahrungsaustausch und Problemlösung.
 - Die individuellen Wünsche der Teilnehmenden werden berücksichtigt und vorhandene Erfahrungen miteinbezogen.

Bewegungsfreundliche Raumgestaltung in der Kindertagesstätte

- Die Kindertagesstätten verpflichten sich, ihre Innen- und Aussenräume bewegungsfreundlich umzugestalten und einzurichten. Ideen dazu liefern unter anderem die Weiterbildungen und die Austauschtreffen. Der Kanton Luzern unterstützt die Anschaffung von entsprechendem Bewegungsmaterial (siehe Kapitel 5).

Elternarbeit

- Die Eltern werden über die Ziele und Inhalte des Projekts informiert.
- An einer **Eltern-Kind-Aktivität** erleben die Eltern mit ihren Kindern zusammen, wie lustvoll Bewegung und ausgewogene Zwischenverpflegung sein kann. So erhalten sie Ideen, um die Purzelbaumphilosophie auch zu Hause umzusetzen.

Verankerung

- Die Kita überprüft ihr Konzept/pädagogisches Leitbild und passt es, wenn nötig, zu den Themen Bewegung und Ernährung an.

Evaluation

Zu Beginn und am Ende der Projektstaffel findet eine schriftliche Befragung statt.

Material

- Unterstützende Lehrmittel und Informationsmaterial
- Purzelbaumspiel
- Informationsmaterial für die Elternarbeit
- Purzelbaumplakat, das in der Kindertagesstätte aufgehängt werden kann

* Diese Weiterbildungseinheit ist für jene Kitas fakultativ, die über das Label «Fourchette verte – Ama terra» verfügen oder sich derzeit im Prozess für den Label-Erwerb befinden.

3 Zeitplan und Kursinhalte

Die Austauschtreffen finden jeweils abends an unterschiedlichen Wochentagen statt. Die drei Weiterbildungseinheiten finden entweder abends oder am Samstag statt. Der Durchführungsort für die Austauschtreffen ist in der Regel in einer teilnehmenden Kita.

Datum, Zeit	Titel	Inhalte	Praxistransfer
Di. 26. Sept. 2023 18.30 – ca.19.30 Uhr	Informationsanlass	<ul style="list-style-type: none"> Inhalt und Ablauf der Purzelbaum-Weiterbildung Fragen der Teilnehmenden 	
Do. 30. Nov. 2023	Anmeldeschluss		
Mi. 24. Jan. 2024 18.00 – 20.30 Uhr	Kick-off-Treffen	<ul style="list-style-type: none"> Kennenlernen Projektübersicht Bewegung als Motor der Entwicklung/Elementare Bewegungsbedürfnisse 	<ul style="list-style-type: none"> Fragebogen „Ist-Analyse“ ausfüllen
Sa. 2. März 2024 9.00 – 16.30 Uhr Sursee	Weiterbildung «Bewegen – Bauen – Spielen – Lernen, eine Einheit»	<ul style="list-style-type: none"> Positiver Effekt von Bewegung auf die Entwicklung. Aufbauend auf den Bewegungsbedürfnissen (nach U. Nickel) eine Vielzahl von bewährten Bewegungs- und Spielangeboten in- und outdoor kennenlernen. Tipps für das Einrichten von attraktiven, anregenden Räumen und Nischen, die zum Bewegen, Bauen, Spielen und Lernen einladen. Förderung der Selbstwirksamkeit, Risiko- und Lebenskompetenzen. 	<ul style="list-style-type: none"> Inhalte an das Team weiter vermitteln und Ideen ausprobieren
Di. 23. April 2024 18.00 – 21.00 Uhr	1. Input- und Austauschtreffen «Bewegungsfreundliche Umgestaltung»	<ul style="list-style-type: none"> Austausch und Reflexion: Weiterbildung Tipps für die Umgestaltung, offene Bewegungssettings (Bewegungslandschaften) Leitbild Purzelbaum Kita 	<ul style="list-style-type: none"> Gefässe und Verantwortlichkeiten im Team bestimmen Analyse der Bewegungsangebote anhand der Primärbedürfnisse Durch räumliche Veränderungen mehr Bewegungsmöglichkeiten für die Kinder schaffen (Bewegungslandschaften)

Do. 23. Mai 2024 18.00 – 21.00 Uhr	2. Input- und Austausch- treffen «Sicherheit und Risikokompetenz»	<ul style="list-style-type: none"> • Austausch und Reflexion: Veränderung seit dem Projektstart • Sicherheit und Risikokompetenz: <ul style="list-style-type: none"> ○ Bewegungsangebote und Sicherheitsregeln ○ Sichere Bewegungsförderung bfu Empfehlungen • Projektstart und Elternzusammenarbeit • Ideen für die Einführung des Projektes bei Kindern und deren Eltern (inkl. Purzelbaum Würfelspiel) 	<ul style="list-style-type: none"> • Risikocheck in der Kita durchführen • Projektstart definieren • Purzelbaum Würfelspiel einführen, Infomaterial thematisieren und an die Eltern verteilen
Sa. 8. Juni 2024 9.30 – 13.00 Uhr	Weiterbildung Bewegung und Bezie- hung	<ul style="list-style-type: none"> • Wissen und Erleben der frühkindlichen Bewegungsent- wicklung • Räume gestalten, damit das Kind in seiner Bewegungsent- wicklung gefördert wird • Körper und Gefühle im Dialog 	<ul style="list-style-type: none"> • Inhalte an das Team weiter vermitteln und Ideen ausprobieren
Mo. 28. Okt. 2024 18.00 – 21.00 Uhr	3. Input- und Austausch- treffen «Elternarbeit»	<ul style="list-style-type: none"> • Austausch und Reflexion: Veränderung seit dem Projektstart • Purzelbaum-Bewegungsfest mit Eltern u. Kindern (Ideen und Planung) • Spaziergänge • Bewegungsrituale 	<ul style="list-style-type: none"> • Planung/Durchführung einer Eltern- Kind-Aktivität (Purzelbaumfest) • Reflexion Spaziergang • Bewegungsritual
Di. oder Do. 21. bzw. 30. Jan. 2025 18.00 – 21.00 Uhr Sursee	Weiterbildung zum Thema «Ernährung – Znüni – Zvieri»	<ul style="list-style-type: none"> • Ideen und Tipps für ansprechende ausgewogene (Zwischen-)Mahlzeiten • Berücksichtigung von Nährwert, Abwechslung, Zeitaufwand • Einblick in Thema Nahrungsmittelunverträglichkeiten und -Allergien 	<ul style="list-style-type: none"> • Inhalte an das Team weiter vermitteln und Ideen ausprobieren
Do. 27. März 2025 18.00 – 21.00 Uhr	4. Input- und Austausch- treffen «Ernährung und Selbstwirksamkeit»	<ul style="list-style-type: none"> • Austausch und Reflexion: Umsetzung Inputs Ernährung und Elternarbeit • Ernährung und Ernährungsscheibe • Essens-Situationen und -Rituale • Selbstwirksamkeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Inhalte an das Team weiter vermitteln und Ideen ausprobieren • Schlusspräsentation vorbereiten • Langfristigkeit im Team verankern
Mi. 21. Mai 2025 18.00 – 21.00 Uhr	5. Input- und Austausch- treffen «Langfristigkeit und Auszeichnung»	<ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Entspannung • Schlusspräsentation • Vom Projekt in den Alltag • Informationen zur Langfristigkeit • Auszeichnung 	<ul style="list-style-type: none"> • Schlussevaluation

4 Kriterien für die «Purzelbaum»-Auszeichnung

Folgende Elemente müssen für eine Purzelbaum-Auszeichnung erfüllt sein:

- Teilnahme von mindestens einer Person pro Kita an allen oben beschriebenen Treffen und Weiterbildungen.
- Die Purzelbaumverantwortlichen stellen den Wissenstransfer ins Team sicher. Dafür schaffen sie Kita-intern ein regelmässig stattfindendes Kommunikationsgefäss (z.B. Traktandum in wöchentlicher Teamsitzung).
- Das ganze Kita-Team nimmt aktiv am Projektgeschehen teil und entwickelt seine Haltung zu den Themen Bewegung und Ernährung in der Kita weiter.
- Bewegungsfreundliches Einrichten und Umgestalten der Kita-Räumlichkeiten
- Die Kita ist zur Elternzusammenarbeit zu den Themen Bewegung und Ernährung bereit. Die Kita führt eine Elterninformation sowie eine Eltern-Kind-Aktivität zum Thema Bewegung und Ernährung durch.
- Die Kita überprüft ihr Konzept/pädagogisches Leitbild und passt es, wenn nötig, zu den Themen Bewegung und Ernährung an.

Die Purzelbaum-Auszeichnung gilt als Qualitätsnachweis und ist für zwei Jahre gültig. Die Auszeichnungsverlängerung für weitere zwei Jahre wird ausgestellt, wenn die Kita weiterhin alle Projektziele erreicht und aktiv am Austauschtreffen zur Langfristigkeit teilgenommen hat.

5 Kostenübernahme

Die oben erwähnten Weiterbildungen und Austauschtreffen sind für die an der Projekteinführung teilnehmenden Kitas des Kantons Luzern kostenlos. Reisekosten und andere Spesen gehen zu Lasten der Teilnehmenden.

Für die Anschaffung von Bewegungsmaterial werden die Kindertagesstätten vom Kanton Luzern unterstützt. Im Rahmen des Programms «Ernährung und Bewegung bei Kindern und Jugendlichen» übernimmt der Kanton Luzern 50% der anfallenden Kosten (jedoch maximal 500 Franken pro Kita). Bei Projektabbruch bzw. Nicht-Erlangen der Purzelbaum-Auszeichnung entfällt der Anspruch auf eine finanzielle Unterstützung für die Anschaffung von Bewegungsmaterial. Die Projektleitung behält sich das Recht vor, bereits ausbezahlte Beträge zurückzufordern.

6 Anmeldebedingungen Weiterbildung

Bitte verwenden Sie das digitale Anmeldeformular auf www.gesundheit.lu.ch/purzelbaum_kita. Mit Ihrer Anmeldung bestätigen Sie, dass das ganze Team die Teilnahme, die Ziele und die Umsetzung von «Purzelbaum – Bewegte Kindertagesstätte» unterstützt. Die Anmeldung ist verbindlich. **Anmeldeschluss** ist der Donnerstag, **30. November 2023**. Die Anzahl der Plätze ist beschränkt. Die Anmeldungen werden nach Eingangsdatum berücksichtigt.

7 Informationsanlass

Am **Dienstag, 26. September 2023** findet ein Informationsanlass zur Purzelbaum-Weiterbildung statt. Die Teilnahme ist unverbindlich und kostenlos.

Zeit: 18.30 Uhr bis ca. 19.30 Uhr

Ort: Altes Zeughaus, Museggstrasse 37, 6004 Luzern, 1. Obergeschoss

(es hat in der näheren Umgebung kostenpflichtige Parkplätze)

Interessierte Kitas melden sich bitte bis am **Freitag 15. September 2023** für den Informationsanlass an unter www.gesundheit.lu.ch/purzelbaum_kita.

Bei Fragen gibt Ihnen die Projektleiterin Christina Dahinden Haas (Telefon 041 228 86 23) gerne Auskunft.



Gesundheits- und Sozialdepartement
Dienststelle Gesundheit und Sport

Meyerstrasse 20
Postfach 3439
6002 Luzern

Telefon: +41 41 228 60 90
gesundheit@lu.ch
www.gesundheit.lu.ch

«Purzelbaum» – Ein Projekt des Programms «Ernährung und Bewegung bei Kindern und Jugendlichen»

Unterstützt von:



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera