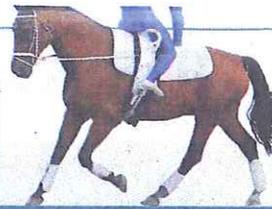


BASKETBALL

THABO SEFOLOSHA: Der NBA-Superstar trainiert mit Zürcher Schulkindern **SEITE 31**

NEOPHYTEN

GOLDRUTE: Die Pflanze ist zwar verboten, darf aber trotzdem angepflanzt werden **SEITE 27**



VOLTIGEVEREIN

AMISTAD: Der Weisslinger Verein betreibt Sport auf dem Rücken von Pferden **SEITE 26**

Hier gehört der Purzelbaum zum Alltag

WESSLINGEN/REGION. In den Weisslinger Kindergärten ist das Austoben nun Programm. Mit dem Purzelbaum-Projekt sollen die Kinder nicht nur körperlich fitter werden.

NADJA EHRBAR

Eine Sprossenwand und eine Bewegungscke; Utensilien wie Springseile, Gummistiefel, Bretter, Kartonrollen und eine Röhre zum Durchkriechen: Das alles gehört seit dem Sommer 2010 zur Ausstattung des Kindergartens von Nadine Däscher in Theilingen. Während des freien Unterrichtsteils, also meist nach der grossen Pause am Morgen oder am späteren Nachmittag, dürfen sich die Kinder mit Hilfe eines dieser Geräte nach Lust und Laune austoben.

«Die Kinder tun das sehr gerne», sagt Däscher. Das war vorher nicht immer so. Im Turnunterricht musste die Kindergärtnerin einzelne immer wieder speziell ermuntern. Und sobald sie etwas Neues einführte, eine Rolle zum Beispiel, hatten die Kinder Mühe, sich die einzelnen Bewegungsabläufe zu merken und diese nachzuahmen. Ein Phänomen, das den Weisslinger Kindergärtnerinnen und den mit ihnen zusammenarbeitenden Heilpädagoginnen schon seit längerem aufgefallen war. «Wir beschlossen, etwas dagegen zu unternehmen», sagt Däscher.

Offiziell gestartet

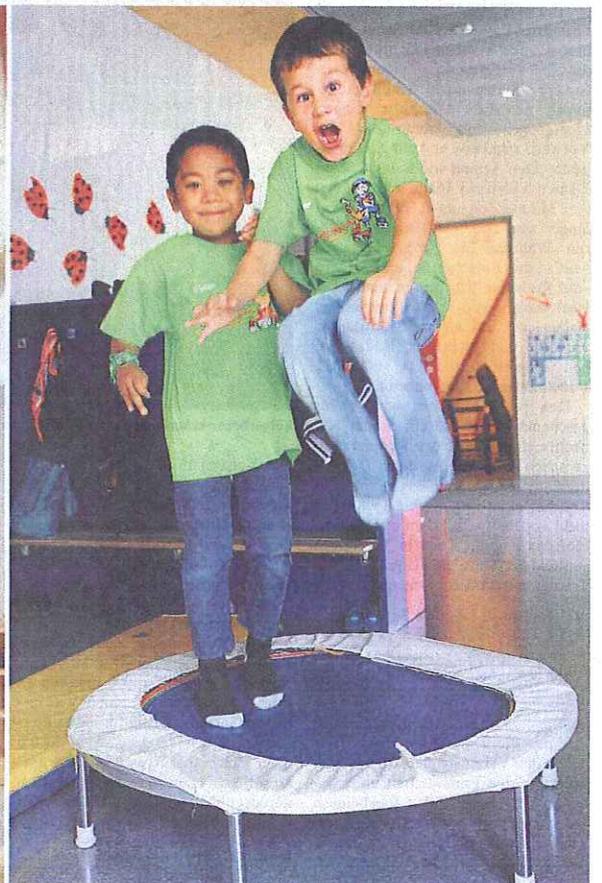
Am Dienstag ist der offizielle Startschuss zum Projekt Purzelbaum gefallen. Es ist eines von rund 30 Projekten im Rahmen des Aktionsprogramms «Leichter Leben» der Zürcher Regierung (siehe Box). Die Kindergärtnerinnen haben die Eltern darüber informiert, dass sie nun nach den «Purzelbaum-Grundsätzen» arbeiten werden.

Das Ziel: Die Kinder sollen sich mehr bewegen und gesünder ernähren. «Es ist sehr wichtig, dass die Eltern in das Projekt einbezogen werden», sagt Roland Brunner, Projektleiter «Leichter Leben» beim Volksschulamt des Kantons Zürich (siehe auch Interview unten). Denn mit der Bewegung soll es nicht einfach fertig sein, sobald die Kinder den Kindergarten verlassen.

Seit letztem Sommer bilden sich die Kindergärtnerinnen – meist in der Freizeit – intensiv weiter. So haben sie etwa gelernt, wie sie Bewegungsspiele



In den Bassersdorfer Kindergärten können sich die Kinder seit 2010 nach Herzenslust austoben, sei es an der Sprossenwand oder auf dem Trampolin. Bilder: Marc Dahinden



in den Unterricht einbauen können. Die Ausbildung ist noch nicht abgeschlossen. Sie wird in diesem Schuljahr noch andauern. Erst dann werden sie ihre Kindergärten mit dem speziellen Erkennungslogo versehen und Purzelbaum-Kindergarten nennen dürfen.

Die Kosten von rund 5000 Franken für die Ausbildung pro Kindergarten übernimmt der Kanton. Für die baulichen Massnahmen und weiteren Anschaffungen hat die Weisslinger Schulpflege ein Kostendach von 7000 Franken gesprochen.

Viele andere Kindergärten in und um Winterthur tragen das Purzelbaum-Logo bereits. In Bassersdorf

sind es seit 2010 elf von zwölf. Bei Alessandra Cramer dürfen sich die Kinder am späteren Morgen jeweils in einer speziell dafür eingerichteten Ecke austoben. «Dann wird es so richtig laut», sagt sie. Auch wenn die Zahl der Kinder beschränkt sei und gewisse Regeln gälten, «muss ich die Kinder immer wieder ermahnen». Trotzdem ist sie überzeugt, dass das Projekt zum gewünschten Ziel führt. «Auch wenn es in meiner Gruppe keine eigentlichen Bewegungsmuffel gibt.» Es sei eher so, dass sich gewisse Kinder nicht trauten, auf ein Gerüst hinaufzuklettern oder etwas Neues auszuprobieren. «Meist sind das Kinder, die be-

sonders behütet und deren Eltern sehr ängstlich sind», sagt Cramer.

Lieber und öfter

Das ist auch bei Erika Ganz so. «Bewegt haben sie sich seit jeher», sagt sie. Doch seit sie den Kindergarten umgerüstet und neue Spiele eingeführt habe, «tun sie es lieber, öfter und probieren eher von sich aus etwas aus». Sie führt beispielsweise auch Boxen, welche die Kinder mit nach Hause nehmen dürfen. Darin hat es Kärtchen, anhand derer die Eltern mit ihren Kindern Bewegungsaufgaben lösen können.

Das Purzelbaum-Projekt wird mittlerweile in 17 Kantonen durchgeführt.

2004 startete zuerst Basel-Stadt, 2007 folgte die Stadt Zürich und 2010 die umliegenden Gemeinden. Erste Auswertungen gibt es bereits. «Wir haben sehr gute Rückmeldungen und stellen eine hohe Zufriedenheit seitens der Lehrpersonen fest», sagt Colette Knecht, Koordinatorin beim Schweizer Kompetenzzentrum für Gesundheitsförderung und Prävention (Radix). Die Organisation unterstützt Schulen und Gemeinden bei der Umsetzung von Massnahmen von Bund und Kanton. Die Weisslinger Kindergärtnerin und «Neuling» Nadine Däscher findet jetzt schon: «Ich kann das Projekt nur weiterempfehlen.»

«Bewegung verbessert die Konzentration»

ZÜRICH. Auch in einem Purzelbaum-Kindergarten würden die Kinder nicht ständig herumrennen, sagt Roland Brunner vom Volksschulamt.

INTERVIEW: NADJA EHRBAR

In der Schule können manche Schüler kaum stillsitzen, und in den Kindergärten sollen sie nun zu mehr Bewegung ermuntert werden. Weshalb sind solche Massnahmen nötig?

Das ist nur ein scheinbarer Widerspruch. Wenn sich die Kinder genügend bewegen dürfen, können sie sich anschliessend auch besser konzentrieren. In einem Purzelbaum-Kindergar-

ten rennen die Kinder also nicht pausenlos umher. Unsere Daten zeigen, dass rund jedes fünfte Kind übergewichtig und jedes zwanzigste fettleibig ist. Andere Studien ergaben, dass bei Schuleintritt jedes fünfte Kind motorische Defizite aufweist. Also schon mit den einfachsten Bewegungen wie Hüpfen Mühe hat.

Bewegen sich die Kinder im Vorschulalter denn nicht genug?

Nicht alle. Es gibt solche, die sich zu Hause und in der Freizeit kaum bewegen. Der Kindergarten ist deshalb der ideale Ort, um mit relativ kleinem Aufwand etwas zu bewirken. Wenn die Kinder dann einmal älter sind, wird es immer schwieriger.

Bringen die Kindergärtnerinnen den Kindern in ihrem Unterricht also effektiv bei, wie man einen Purzelbaum schlägt?

Das Projekt kommt ja ursprünglich aus Deutschland. Dort konnten tatsächlich viele Kinder den Purzelbaum nicht mehr. Innen das beizubringen, ist aber relativ einfach. Denn sobald es die einen können, machen es die anderen nach.



Ein Teilspekt des Projektes besteht darin, die Eltern einzubeziehen. Gibt es Widerstände?

Nein. Denn es ist eigentlich ein sympathisches Projekt. Die Eltern wollen ja, dass sich ihre Kinder wohlfühlen. Von den Kindergärtnerinnen erhalten wir ebenfalls ein gutes Echo.

Melden sich die Kindergärten von sich aus bei Ihnen, oder fordern Sie sie dazu auf, beim Projekt mitzumachen?

Es ist von der Bildungsdirektion her nicht vorgesehen, das Projekt Purzelbaum als obligatorisch zu erklären. Es ist vielmehr ein Angebot, das wir den Kindergärten machen. Wenn sie sich dafür interessieren, können sie sich melden.

Roland Brunner arbeitet bei der Stabsstelle Kommunikation beim Zürcher Volksschulamt und ist Projektleiter «Leichter Leben».

DEM ÜBERGEWICHT ZU LEIBE GERÜCKT

Das Projekt Purzelbaum wurde in Basel entwickelt und verfolgt das Ziel, vielfältige und häufige Bewegung sowie ausgewogene Ernährung in den Kinderalltag zu integrieren. Es ist eines von rund 30 Projekten im Rahmen des Aktionsprogramms «Leichter Leben» der Zürcher Regierung, die sich das Legislaturziel gesetzt hat, das Übergewicht in der Bevölkerung zu bekämpfen. Rund ein Drittel der Zürcherinnen und Zürcher ist übergewichtig, wobei Männer mit 40,4 Prozent häufiger betroffen sind als Frauen (22,5 Prozent).

Im Kanton Zürich beteiligen sich rund 190 Kindergärten am Purzelbaum-Projekt. In der Stadt Zürich sind es 79, in Winterthur 25. (neh)