



Zürich, 11. Februar 2022

Kurzkonzept «Purzelbaum KiTa rundum stark»

## **Kurzkonzept Zusatzmodul «Purzelbaum KiTa rundum stark»**

### **Kurzbeschreibung**

Vielseitige Bewegungserfahrungen und eine ausgewogene, gesunde Ernährung sind nicht nur für die körperliche Entwicklung des Kindes grundlegend, sondern hängen auch eng mit der Ausbildung der psychischen und sozialen Entwicklung zusammen. Das Modul «Purzelbaum KiTa rundum stark» baut auf den Erfahrungen von «Purzelbaum KiTa - Bewegungsförderung und ausgewogene Ernährung in der Kita» auf und vertieft die Stärkung der psychischen Gesundheit. Mit einfachen und praxisnahen Angeboten fördert das Modul die gesundheitswirksamen Ressourcen im Kita-Alltag, stärkt die Betreuungspersonen in ihrer Reflexionsfähigkeit über ihr Handeln im Zusammenhang mit der psychischen Gesundheit und unterstützt Kinder in ihrer gesunden Entwicklung.

### **Ausgangslage**

Für eine gute Lebensqualität sind psychische Gesundheit und Wohlbefinden ausschlaggebend. Die Förderung psychischer Gesundheit bzw. die Stärkung der gesundheitswirksamen Ressourcen im Kindesalter ist wichtig. Studien zeigen, dass psychische Probleme langfristige Auswirkungen auf die Gesundheit haben und häufig ins Erwachsenenalter mitgenommen werden. Die Förderung der psychischen Gesundheit ist aber nicht nur hilfreich um psychische Probleme und somit auch Kosten im Gesundheitswesen zu verhindern, sondern auch um viele gesundheitliche und soziale Vorteile wie z.B. verbesserte körperliche Gesundheit, gesteigerte emotionale Resilienz, positive Auswirkungen auf den späteren Schulerfolg etc. zu erlangen.

In der Stadt Zürich haben nicht alle Kinder ideale Voraussetzungen für eine gesunde Entwicklung. Um dem entgegen zu wirken, lancierten die Schulgesundheitsdienste der Stadt Zürich in Zusammenarbeit mit dem Sozialdepartement im Jahr 2012 das Projekt «Purzelbaum KiTa». Kindertagesstätten eignen sich dabei besonders gut um niederschwellige Angebote zu implementieren, da sie in die Lebenswelt der Kinder und deren Familien eingebettet sind. Die Betreuungspersonen können einen grossen Einfluss auf die Entwicklung der Kinder und



2/4

deren Familien nehmen. Seit 2012 haben bereits 49 Kindertagesstätten die Auszeichnung zur «Purzelbaum KiTa» erlangt. Aufgrund der positiven Erfahrungen wird das Angebot seit Oktober 2021 in weiteren 7 Kindertagesstätten in der Stadt Zürich durchgeführt und ab Mai 2022 mit dem Zusatzmodul «rundum stark» erweitert.

Sowohl das Projekt «Purzelbaum KiTa» als auch das Zusatzmodul «rundum stark» wird im Rahmen des Schwerpunkts «Frühe Förderung» der Stadt Zürich angeboten und entspricht den «Strategien Stadt Zürich 2035, Lebensqualität und Gesundheit der Bevölkerung werden unterstützt».

## **Zielgruppe**

- Kinder von 0 - 4 Jahren, welche regelmässig eine Kindertagesstätte in der Stadt Zürich besuchen
- Mitarbeiter/innen der Kindertagesstätten (Kita-Leiter/innen, Fachpersonen Betreuung, Kochpersonal, Lernende und Praktikant/innen)
- Eltern und Erziehungsberechtigte

Vorzugsweise sollen Kindertagesstätten für das Projekt berücksichtigt werden, welche einen hohen Anteil an subventionierten Plätzen aufweisen, einen hohen Anteil an ausländischen Kindern und/oder viele Kinder aus soziökonomisch schwachen Familien betreuen. Ausserdem wird auf gute organisatorische Rahmenbedingungen der Kita (z.B. stabile Zusammensetzung des Teams) geachtet.

## **Inhalte**

Der Schwerpunkt des Moduls liegt in der praxisorientierten Prozessbegleitung der Betreuungspersonen in der Kita. Diese dauert ein Jahr, beinhaltet eine Kick-Off-Veranstaltung, zwei Weiterbildungen, drei Input- und Austauschtreffen und vermittelt Inhalte sowie Angebote zur Stärkung psychischer Ressourcen und Lebenskompetenzen bei Kindern. Dabei werden Themen wie Selbstregulation, Impulskontrolle, Perspektivenwechsel, Problemlösen, sozial-emotionale Kompetenzen und Selbstwirksamkeit in Zusammenhang mit Bewegung und Ernährung praxisnah und massgeschneidert für den Kita-Alltag vermittelt. Im Weiteren erhalten die Teilnehmenden Beratung bei der Implementierung und langfristigen Verankerung der Modul-inhalte im Kita-Alltag.

## **Ziele**

- Betreuungspersonen in der Kita kennen die Entwicklung der psychischen Gesundheit im Säuglings- und Kleinkindalter und den Zusammenhang mit Bewegung und Ernährung.



3/4

- Betreuungspersonen in der Kita wissen, wie sie die gesundheitswirksamen Ressourcen der Kinder fördern können.
- Kinder üben durch Bewegung und Ernährung in der Kita personale, soziale und methodische Kompetenzen wie z.B. ihre Gefühle wahrnehmen und regulieren oder sich verbal und non-verbal ausdrücken.
- Eltern erhalten Einblick, wie die Kita die psychische Gesundheit der Kinder stärkt und bekommen einfache Umsetzungsanregungen für den Alltag.

## **Aufbau und Dauer**

6 Veranstaltungen verteilt über den 1-jährigen Prozess:

- 1 Kick-Off-Veranstaltung
- 2 Weiterbildungen an 2 Halbtagen
- 3 fachliche Input- und Austauschtreffen à ca. 3 Stunden

## **Individuelle Umsetzung**

Das Modul bietet klare Inhalte und Ziele, lässt aber gleichzeitig Handlungsspielraum, so dass die Betreuungspersonen der Kita die Umsetzung optimal auf die Gegebenheiten und Bedürfnisse ihrer Kita anpassen können.

## **Auszeichnung**

Nach erfolgreichem Abschluss des Zusatzmoduls erhalten Kitas, welche alle Kriterien einer «Purzelbaum KiTa rundum stark» erfüllen, eine Auszeichnung, welche zwei Jahre gültig ist. Die Auszeichnung wird nach zwei Jahren verlängert, wenn die erarbeiteten Strukturen weitergeführt werden, jährlich eine Eltern-Kind-Aktivität organisiert wird und eine Weiterbildung zu einem Purzelbaum-Thema besucht wird.

## **Kosten**

Die Kosten für das Zusatzmodul «Purzelbaum KiTa rundum stark» werden von den Schulgesundheitsdiensten übernommen. Der Aufwand für die Kitas (ca. 20h Präsenzzeit) liegt in der Verantwortung der Kitas.



## **Projektorganisation**

Die Schulgesundheitsdienste der Stadt Zürich führen das Projekt «Purzelbaum KiTa» sowie das Zusatzmodul «Purzelbaum KiTa rundum stark» in Zusammenarbeit mit dem Sozialdepartement in den Kindertagesstätten durch. Die Projektleitung ist bei den Schulgesundheitsdiensten der Stadt Zürich angesiedelt. Diese leitet die Erfahrungsaustauschtreffen mit den Vertretern/-innen aus den Kindertagesstätten und begleitet das Kita-Team individuell vor Ort.

## **Kontakt**

Miriam Muff, Projektleitung Purzelbaum, Schulgesundheitsdienste,  
T +41 44 413 88 29, E-Mail [miriam.muff@zuerich.ch](mailto:miriam.muff@zuerich.ch)