

## Factsheet Purzelbaum Kindergarten Modul «rundum stark»



### Beschreibung

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 Kindergarten «rundum stark» baut auf den Erfahrungen von Purzelbaum Kindergarten «mehr Bewegung und ausgewogene Ernährung im Kindergarten» auf und vertieft die Förderung der psychischen Gesundheit. Mit einfachen und praxisnahen Angeboten fördert das Modul die gesundheitswirksamen Ressourcen im Kindergartenalltag und unterstützt Kinder in ihrer gesunden Entwicklung. Purzelbaum Kindergarten «rundum stark» unterstützt die im Lehrplan 21 geforderte Kompetenzorientierung und liefert viele praktische Ideen dazu.

### Inhalt

Der Schwerpunkt des Moduls liegt in der praxisorientierten Prozessbegleitung der Kindergartenlehrpersonen. Diese dauert 1 Jahr, beinhaltet Weiterbildungen, 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 sowie dem Lehrplan 21 praxisnah und massgeschneidert für den Kindergartenalltag vermittelt. Im Weiteren erhalten die Teilnehmenden Beratung bei der Implementierung und langfristigen Verankerung der Modulinhalte im Kindergartenalltag.

### Ziele

- Kindergartenlehrpersonen kennen die Entwicklung der psychischen Gesundheit im Kindergartenalter und den Zusammenhang mit Bewegung und Ernährung.
- Kindergartenlehrpersonen wissen, wie sie die gesundheitswirksamen Ressourcen der Kinder fördern können.
- Kinder üben durch Bewegung und Ernährung im Kindergarten personale, soziale und methodische Kompetenzen wie z.B. ihre Gefühle wahrnehmen und regulieren oder sich verbal und nonverbal ausdrücken.
- Eltern erhalten Einblick, wie die Kindergartenlehrperson die psychische Gesundheit der Kinder stärkt und bekommen einfache Umsetzungsanregungen für den Alltag.

## Aufbau und Dauer

Fünf Veranstaltungen verteilt über den einjährigen Projektprozess:

- Kick-Off-Veranstaltung + 1 Weiterbildung (7. November 2026, ganzer Tag)
- 1 weitere Weiterbildung à ca. 3 Stunden (31. März 2027)
- 3 fachliche Input- und Austauschtreffen à ca. 3 Stunden (provisorisch 13. Januar 2027, 9. Juni 2027 und 15. September 2027)

## Individuelle Umsetzung

Das Modul bietet klare Inhalte und Ziele, lässt aber gleichzeitig Handlungsspielraum, so dass die Kindergartenlehrpersonen die Umsetzung optimal auf die Gegebenheiten und Bedürfnisse ihres Kindergartens anpassen können.

## Abschluss

Nach Modulabschluss erhalten die Teilnehmenden eine Teilnahmebestätigung.

→ Für Bündner Lehrpersonen ist die Teilnahme kostenlos.

Kontakt:

Amt für Volksschule und Sport  
GraubündenSport  
Sabine Neuwirth  
Quaderstrasse 17  
7001 Chur  
081 257 27 54  
Sabine.neuwirth@avs.gr.ch