



«Burzelbaum» – Bewegung und gesunde Ernährung in den Basler Tagesheimen

Informationen für die 4. Staffel:

1. Ausgangslage

In keinem Lebensalter ist der natürliche Bewegungsdrang so gross wie während der Kindheit. Kinder wollen rennen, klettern, sich verstecken, spielen, sich austoben. Bewegung und auch Ernährung sind zentrale Elemente der Entwicklung und Erziehung und tragen wesentlich zum allgemeinen Wohlbefinden des Kindes bei. Zahlreiche nationale und internationale Studien belegen den Zusammenhang von Bewegungskompetenz und einer gesunden körperlichen, kognitiven und sozialen Entwicklung.

Gerade im städtischen Umfeld fehlt es häufig an Freiräumen für Bewegung, die die Kinder selber entdecken können. Aber auch auf die Angst, das Unverständnis und die Verbote Erwachsener hemmen Kinder immer mehr in ihren Bewegungsbedürfnissen. Die schweizerische Gesundheitsstudie hat zu Tage gefördert, dass sich über die Hälfte der Baslerinnen und Basler zu wenig bewegt und damit beträchtlichen gesundheitlichen Risiken ausgesetzt ist. Besonders alarmierend: Im Speziellen bei Kindern sind zunehmende Bewegungsdefizite zu beobachten. Gleichzeitig steigt die Zahl der Übergewichtigen stetig an.

2. Das Projekt

In Basel-Stadt ist deshalb im 2005 das Projekt «Burzelbaum» lanciert worden, um die Bewegung im Kindergartenalltag nachhaltig zu fördern. Es hat sich dank breiter Akzeptanz und durchschlagendem Erfolg innert Kürze in vielen Kindergärten in der ganzen Stadt und bald auch in anderen Kantonen verbreitet.

Mit gezielten Anpassungen ist das Projekt «Burzelbaum» nun für die Zielgruppe Kleinkinder weiterentwickelt und bereits auf dessen Wirksamkeit geprüft worden: «Burzelbaum in den Basler Tagesheimen» soll den Trend zu immer mehr Kindern mit Bewegungsdefiziten und Übergewicht stoppen. Es schafft überdies Anschluss an die in Basel flächendeckend eingeführten Burzelbaum-Kindergärten und vereint die bereits bestehenden, diversen Einzelprojekte in den Bereichen Bewegung und Ernährung unter einem sichtbaren Label.

Die Umsetzung von «Burzelbaum in den Basler Tagesheimen» geschieht durch gezielte Schulung der Erzieherinnen und Erzieher und in der Umgestaltung des Tagesheims. Dabei werden die Tagesheime eng von einer Projektleitung betreut und stehen auch untereinander in einem konstruktiven Austausch. Laufend werden immer mehr Tagesheime am Projekt teilnehmen, die Veränderungen nachhaltig in den Alltag implementieren und das Label «Burzelbaum» führen.

3. Ziele

- Im Tagesheim-Alltag hat der zeitliche Umfang bewegter Aktivitäten zugenommen.
- Die Erzieher/innen und die Kinder essen im Tagesheim gesunde (Zwischen-)Mahlzeiten und trinken Wasser.
- Die Innen- und Aussenräume der Tagesheime sind bewegungsfreundlich und bewegungsfördernd eingerichtet.
- Die Erzieher/innen sind sich der wichtigen Bedeutung regelmässiger Bewegung und gesunder Ernährung in der frühen Kindheit für die gesamte kindliche Entwicklung bewusst und wissen, wie sie Bewegungsförderung sowie ausgewogene und gesunde Ernährung in den Tagesheim-Alltag integrieren können.
- Die Eltern werden in Mitverantwortung gezogen. Sie können sich an einer Elterninformation über das Projekt, dessen Ziele, Inhalte und Umsetzungsschritte informieren. Anlässlich einer Eltern-Kind-Aktivität erfahren sie, wie die Idee von «Burzelbaum» auch zu Hause und in der Freizeit lebbar ist.

Statements von Eltern zu «Burzelbaum Kita» :

„Unsere Tochter ist geschickter geworden. Sie traut sich jetzt auch mehr. Sogar ihr Selbstbewusstsein und ihre Selbständigkeit haben sich verbessert.“

„Dank diesem Projekt ist mein Kind viel glücklicher, wirkt gesünder und hat sehr viel Spass. Ich sehe es positiv, dass das Tagesheim mit mehr Bewegungsmöglichkeiten ausgestattet ist.“

Statement von Tagesheimen zu «Burzelbaum Kita» :

"Wir achten im Alltag bewusster auf die Bewegung und lassen die Kinder mehr ausprobieren. Die Gruppenräume wurden so umgestaltet, dass auch spontan Bewegung stattfinden kann. Durch die Umgestaltung unseres Bewegungsraumes wird er von den Mitarbeitenden und Kindern regelmässig und mit viel mehr Freude benutzt."



4. Projektübersicht

Die Projektphase dauert 1.5 Jahre. Sie beinhaltet folgende **Massnahmen**:

4.1 Situationsanalyse und Commitment im Tagesheim

Die Ausgangslage in jedem Tagesheim ist anders. Es ist zentral für den Erfolg und die Nachhaltigkeit des Projekts, die Situation in jedem einzelnen Tagesheim gemeinsam mit dem Team und der Projektleitung sorgfältig zu erfassen und aufgrund dieser Analyse geeignete Massnahmen zur Erreichung der Ziele festzulegen. Ein wesentlicher Punkt ist dabei die Einbettung des Projekts in die Sitzungsstrukturen des Tagesheims. Das Commitment der Erzieher/innen, das Projekt gemeinsam umzusetzen und im Team eine gemeinsame Haltung zu Bewegung und Ernährung zu erarbeiten, sind wichtige Voraussetzungen für das Gelingen. In jedem teilnehmenden Tagesheim wird die Leitung sowie ein/e Erzieher/in Mitglied der kantonalen Projektgruppe-Burzelbaum.

4.2 Weiterbildung

Im Rahmen von drei Weiterbildungen zu den Themen «Bewegungsförderung bei 0-5-jährigen Kindern», «Bewegungsbaustellen» sowie «ausgewogene und gesunde Ernährung» wird den Erzieherinnen der aktuelle Stand der wissenschaftlichen Erkenntnisse im Bereich Bewegung und Ernährung und deren Einfluss auf die Gesamtentwicklung der Kinder vermittelt. Zusätzlich erhalten sie Anregungen, wie sie Bewegungsaktivitäten im Alltag lustvoll umsetzen können.

4.3 Bewegungsförderliche Umgestaltung (Mobiliar)

Eine sorgfältige Situationsanalyse im Tagesheim zeigt auf, wie mehr Platz für Bewegung für alle Kinder verschiedenster Altersstufen gewonnen werden kann. Die Erzieher/innen erhalten in einer Weiterbildung gezielt Anregungen für das Einrichten attraktiver Bewegungsräume, welche sie anschliessend im Team und mit der Unterstützung der Projektleitung weiter bearbeiten. So ist das Tagesheim selber fähig, seine ganz individuelle Umgestaltung vorzunehmen und genau auf die eigenen Bedürfnisse zuzuschneiden. Die Umgestaltung soll den Kindern weiter ermöglichen, dass sie ihrer natürlichen Bewegungs-freude nachgehen und diese in einem klaren und definierten Rahmen ausleben können.

4.4 Eltern

Den Eltern kommt für den nachhaltigen Projekterfolg grosse Bedeutung zu. Sie werden an einer Elterninformation über das Projekt informiert und erhalten während der Projektphase alltagsrelevante Tipps in Broschüren, Flug- und Merkblättern. Idealerweise werden Eltern aktiv einbezogen, beispielsweise bei einer speziellen Eltern-Kind-Aktivität oder anlässlich eines Festes. Die Tagesheime werden in diesen Bemühungen von der Projektleitung unterstützt.

4.5 Fachliche Austausche

Neben den Weiterbildungen finden Austauschtreffen statt, an welchen über gemachte Erfahrungen berichtet werden kann. Dieser wichtige fachliche Austausch findet *erstens* unter den Vertreter/innen der teilnehmenden Tagesheime (Leitung und eine Erzieherin pro Tagesheim) in der Projektgruppe-Burzelbaum des gesamten Kantons statt und *zweitens* intern im Tagesheim mit dem ganzen Team. Die Treffen der Projektgruppe-Burzelbaum werden durch die kantonale Projektleitung organisiert und durchgeführt. Den Austausch im Team stellen die Vertreter/innen des Tagesheims sicher, wobei mindestens drei interne Treffen durch die Projektleitung begleitet werden. Neue Themen mit den Anregungen und Hilfestellungen für die Umsetzung von Burzelbaum-Massnahmen werden jeweils für alle Tagesheime der Projektgruppe Burzelbaum eines Kantons

gemeinsam eingeführt. Die Austauschtreffen finden alternierend in den einzelnen Tagesheimen statt.

5. Bereitgestelltes Material

Für «Burzelbaum» in den Basler Tagesheimen werden diverse Materialien zur Verfügung gestellt:

- Projektflyer «Burzelbaum» zur Information für die Eltern.
- «Burzelbaum»-Bhaltis für die Kinder
- Informationsmaterialien, Broschüren , Flug- und Merkblätter zu Fachthemen
- Diverse Kataloge zur Materialbestellung
- «Burzelbaum»-Plakat zum Aufhängen und Kleber «Burzelbaum»

6. Kosten

- Die oben erwähnten Weiterbildungen, Austauschtreffen und individuellen Beratungen stehen den am Projekt teilnehmenden Tagesheimen des Kantons Basel-Stadt während der Projektphase kostenlos zur Verfügung.
- Die Umgestaltung und Anschaffung von Bewegungsmaterialien sowie alle Drucksachen und Bhaltis werden von der Christoph Merian Stiftung finanziert. Auch hier entstehen keine Kosten für die Tagesheime.
- Reisekosten und andere Spesen gehen zu Lasten der Teilnehmenden.

7. Meilensteine

Inhalt	Zeitlicher Verlauf
Anmeldeprozess Anmeldefrist	15. Oktober 2014
Standortbestimmung Mit Hilfe der Projektleitung erstellt das teilnehmende Tagesheim eine detaillierte Standortbestimmung	Jan.2014-März 2015
Weiterbildungen WB 1: «Bewegungsförderung bei 0-5-jährigen Kindern» WB 2: «Bewegungsförderung mit Alltagsgegenständen» WB 3:«Ausgewogene und gesunde Ernährung»	Winter 2015 Sommer 2015 Winter 2016
Umgestaltung in der KiTa	Jan. – Juni 2015
Kick-Off Veranstaltung in der KiTa	April- Sept. 2015
Elternarbeit Elterninformation Eltern-Kind-Aktivität	Feb. – April 2015 Mai – Sept.. 2015
Austauschtreffen Projektgruppe Purzelbaum-KiTa Kick Off: genaue Projektinformationen, Kennenlernen in der Projektgruppe 1. AT: KiTa-Umgestaltung 2. AT: Regeln/ Sicherheit 3. AT: Planung Kick-Off Veranstaltung in der KiTa 4. AT: Planung Eltern-Kind-Aktivität 5. AT: Umsetzung regelmässige Bewegung und gesunde Ernährung in den KiTas 6. AT: Projektabschluss, vom Projekt zum Alltag	November 2014 Januar 2015 März 2015 April2015 Juni 2015 November 2015 Februar 2016
Austauschtreffen KiTa-intern Werden in jeder KiTa individuell bestimmt	ganzjährig
Evaluation Selbstevaluation anhand eines Fragebogens	Feb - März 2016

Franziska Sölter
 Projektleiterin «Burzelbaum
 Grenzacherstrasse 4»
 Sportamt Basel-Stadt 05
 4058 Basel
 Tel: 061/2675738
 Mail: franziska.soelter@bs.ch