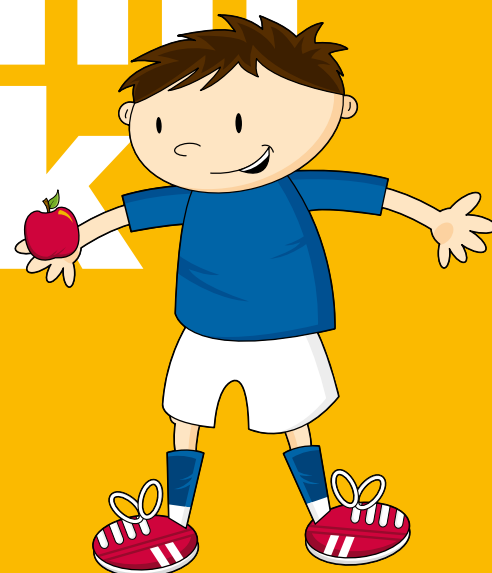


# rundum stark



## Purzelbaum Spielgruppe

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 Spielgruppe «rundum stark» baut auf den Erfahrungen von Purzelbaum Spielgruppe «Mehr Bewegung und gesunde Ernährung in der Spielgruppe» auf und vertieft die Förderung der psychischen Gesundheit.

Mit einfachen und praxisnahen Angeboten fördert das Modul die gesundheitswirksamen Ressourcen im Spielgruppen-Alltag. Es stärkt die Spielgruppenleitenden darin, ihr Handeln im Zusammenhang mit psychischer Gesundheit zu reflektieren, und es unterstützt die Kinder in ihrer gesunden Entwicklung.



## Purzelbaum Spielgruppe «rundum stark»

### Inhalte

Der Schwerpunkt des Moduls liegt in der praxisorientierten Prozessbegleitung der Spielgruppenleitenden in der Spielgruppe. Diese dauert ¾ Jahre, 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 praxisnah und massgeschneidert für den Spielgruppen-Alltag vermittelt.

Im Weiteren erhalten die Teilnehmenden Beratung bei der Implementierung und langfristigen Verankerung der Modulinhalte im Spielgruppen-Alltag.

### Ziele

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

### Aufbau und Dauer

5 Veranstaltungen verteilt über den ¾-jährigen Projektprozess:

- » 2 halbtägige Weiterbildungen inkl. Kick-Off-Veranstaltung
- » 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 Spielgruppenleitenden die Umsetzung optimal auf die Gegebenheiten und Bedürfnisse ihrer Spielgruppe anpassen können.

### Weitere Informationen

Sonia Stürm | Projektleitung Purzelbaum | ZEPRA St.Gallen  
Telefon: 058 229 87 73 | E-Mail: sonia.stuerm@sg.ch