



Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt

Gesundheitsdienste

► **Gesundheitsförderung und Prävention**

Kurzbericht zur Zwischenevaluation des Projekts Burzelbaum – Bewegter Kindergarten

Barbara Müller

Jan Kirchhofer

Thomas Steffen

Basel, den 21. November 2005

21.11.2005

Einleitung

In keinem Lebensalter ist der natürliche Bewegungsdrang so gross wie während der Kindheit. Kinder wollen rennen, klettern, sich verstecken, spielen, sich austoben. Doch nicht alle haben auch die Möglichkeit dazu. Gerade im städtischen Umfeld fehlt es häufig an Freiräumen, die Kinder selber entdecken können. Viele Eltern fürchten zudem den Verkehr und lassen ihre Kinder deshalb lieber in der Wohnung spielen. Anstatt „Fangis“, „Versteckis“ oder „Räuber und Poli“ spielen darum viele Kinder heute vermehrt mit dem Computer, schauen TV und DVDs – und bewegen sich dabei viel zu wenig. Die Basler Schulärztinnen und Schulärzte mussten feststellen, dass immer weniger Kinder im Kindergartenalter noch einen Burzelbaum schlagen können.

Bewegung ist aber äusserst wichtig in der Entwicklung eines Kindes. Durch regelmässige Bewegung werden die motorischen Fähigkeiten und die Sinneswahrnehmung trainiert und weiterentwickelt. Indem Muskulatur, Bänder und Gelenke angemessen belastet werden, stabilisiert sich der Bewegungsapparat des Kindes, was das Risiko von Haltungsschäden und chronischen Beschwerden vermindert. Zudem wirkt Bewegung vorbeugend gegen Herz-, Kreislauf- und Stoffwechselerkrankungen. Durch Bewegung erfahren Kinder auch ihre physische Umwelt. Diese Erfahrungen sind zentral für die Ausbildung der kognitiven Fähigkeiten. Und nicht zuletzt treten Kinder beim Spielen und Herumtoben in Kontakt mit anderen Kindern und lernen miteinander umzugehen.

Das Rektorat Kindergärten und der Kinder- und Jugendgesundheitsdienst Basel-Stadt (Schulärztlicher Dienst) haben deshalb zusammen mit anderen Partnern im Januar 2005 das Projekt Burzelbaum gestartet, um gemeinsam die Bewegung im Kindergartenalltag zu fördern. Das Projekt soll Lehrpersonen und Eltern für die gesundheitliche Bedeutung regelmässiger körperlicher Aktivität sensibilisieren sowie nachhaltig auf die Bewegungsgewohnheiten in den Kindergärten und Familien einwirken. In einer ersten Pilotphase startete das Projekt Burzelbaum in acht Kindergärten in Basel-Stadt. Die beteiligten Lehrpersonen erhalten projektbegleitend Weiterbildung. Durch diese angeregt und mit Hilfe von kollegialer Beratung wurden die Kindergärten bewegungsfreundlich umgestaltet sowie täglich gezielte Bewegungsangebote eingeführt.

Mit der hier vorgestellten Zwischenevaluation nach fünf Monaten wird die Pilotphase des Projekts Burzelbaum untersucht. Ziel der Befragung mittels Fragebogen bei sämtlichen Eltern und Lehrpersonen war, den Projektverlauf zu analysieren und allenfalls Mängel oder zusätzliche Bedürfnisse von Seiten der Eltern und Lehrpersonen auszumachen. Dies im Hinblick auf die geplante Ausweitung des Projekts Burzelbaum auf weitere Kindergärten in Basel-Stadt.

Wir möchten uns an dieser Stelle bei allen beteiligten Eltern und Lehrpersonen für die gute Zusammenarbeit und die Bereitschaft zur Teilnahme an dieser Befragung danken.

Jan Kirchhofer, Gesundheitsförderung Basel-Stadt

Vorgehensweise

Das Projekt Burzelbaum startete Ende Januar 2005 in acht Pilot-Kindergärten im Kanton Basel-Stadt. Im Mai 2005 erhielten sämtliche beteiligten Lehrpersonen und Eltern der teilnehmenden Kindergärten einen Fragebogen zur Evaluation der Startphase des Projekts.

Von insgesamt 13 am Projekt beteiligten Lehrpersonen haben alle 13 den Fragebogen ausgefüllt. Das Durchschnittsalter der befragten Lehrpersonen betrug 35 Jahre und im Schnitt wiesen sie zehn Jahre Berufserfahrung als Kindergärtnerin auf. Mit einer Ausnahme sind alle Lehrpersonen weiblichen Geschlechts.

Von insgesamt 110 Eltern mit Kindern im Projekt haben 102 den Fragebogen zurückgeschickt. Die Rücklaufquote beträgt 93 Prozent. Je rund die Hälfte der Eltern haben ein Kind im 1. bzw. im 2. Kindergartenjahr. 55 Prozent der teilnehmenden Kinder sind Knaben, 45 Prozent sind Mädchen.

Resultate

Lehrpersonen

Für die erfolgreiche Projektarbeit sind sinnvolle Ziele entscheidend, im Fragebogen für die Lehrpersonen wird deshalb nach den 5 wichtigsten Zielen / Inhalten des Projekts Burzelbaum gefragt.

Tabelle 1 Wichtigste Ziele / Inhalte des Projekts

Verbesserung der Motorik der Kinder	70%
Eltern einbeziehen	70%
Mehr Bewegung in Alltag und Kindergarten	62%
Kindern Spass an Bewegung vermitteln	54%

Für rund 70 Prozent der Lehrpersonen hatte die Verbesserung der Geschicklichkeit / Motorik der Kinder unter dem Aspekt der Sicherheit eine hohe Priorität. Ebenso wichtig war der Einbezug der Eltern. Etwas über 60 Prozent der Lehrpersonen gaben an, dass für sie mehr Bewegung in Alltag und Kindergarten wichtig war. Und für gut die Hälfte der Lehrpersonen stand der Spass im Vordergrund, der den Kindern über Bewegung vermittelt werden sollte. Verbesserung der Bewegungsmöglichkeiten, Elterneinbezug und Freude an der Bewegung sind also für die Lehrpersonen die prioritären Projektziele (s. Tabelle 1)

Wie ist das Projekt aber aus Sicht der Lehrpersonen angelaufen? Sämtliche Lehrpersonen bezeichneten die Information zum Projektstart im Januar 2005 entweder mit „gut“ (31 Prozent aller Lehrpersonen) oder sogar „sehr gut“ (69 Prozent). Sämtliche Aktivitäten wie Weiterbildungen, Elternabend, Umgestaltung des Kindergartens, Austauschtreffen mit anderen Projektteilnehmenden, Info-Flyer, Info-Material „Aktive Kindheit“ sowie Besuche der Projektleiterin wurden von allen Lehrpersonen als „ziemlich sinnvoll“ oder „sinnvoll“ angesehen. 85 Prozent der Lehrpersonen gaben denn auch an, dass ihre Erwartungen bezüglich dem Projekt „völlig“ erfüllt worden waren. Rund drei Viertel waren der Meinung, dass die Zusatzbelastung mit dem Projekt „gut“ zu bewältigen war. Insgesamt ist der Projektstart aus Sicht der Lehrpersonen also gut verlaufen.

Sind nun aber schon Veränderungen in den Kindergärten zu erkennen? Alle Lehrpersonen gaben an, dass sich seit Projektbeginn in den Pilot-Kindergärten strukturell verschiedenes verändert hat (s. Tabelle 2). In allen beteiligten Kindergärten wurden Bewegungsecken eingerichtet und das Angebot an Bewegungsmöglichkeiten vergrößert. Mehr Bewegungsspiele und Bewegungsaufgaben sind ebenfalls weit verbreitet. In über drei Viertel der Kindergärten gibt es zudem täglich mehr gezielte Bewegungsangebote.

Tabelle 2 Veränderungen seit Projektbeginn

Es wurden Bewegungsecken im Kindergarten eingerichtet.	100%
Es gibt insgesamt ein grösseres Angebot an Bewegungsmöglichkeiten	100%
Es gibt ein grösseres Angebot an Bewegungsspielen	92%
Die Kinder erhalten Bewegungsaufgaben	92%
Es finden täglich mehr gezielte Bewegungsangebote statt	77%
Die Kinder bewegen sich auch im Ruheteil des Kindergarten geschehens mehr	46%
Die Kinder dürfen sich jederzeit bewegen	31%
Anderes	23%

Diese Veränderungen im Kindergarten und -alltag haben auch zu Veränderungen bei den Kindern geführt. Nach Beurteilung der Lehrpersonen bewegen sich die Kinder heute mehr und haben auch mehr Spass daran.

Tabelle 3 Veränderungen bei den Kindern seit Projektbeginn

Kinder bewegen sich mehr	100%
Kinder bewegen sich sicherer	100%
Kinder sind mutiger geworden	100%
Kinder sind lauter geworden	100%
Kinder haben mehr Spass an der Bewegung	92%
Kinder sind ausgeglichener	47%
Kinder sind unruhiger geworden	15%
Kinder wirken gesünder	8%
Kinder sind unkonzentrierter	0%
Kinder verletzen sich mehr	0%
Es hat sich nichts verändert	0%

Gemäss Tabelle 3 gaben alle Lehrpersonen an, dass sich die Kinder seit Projektbeginn mehr und sicherer bewegen sowie mutiger geworden sind. Fast alle haben bei den Kindern auch mehr Spass an der Bewegung festgestellt. Bloss 15 Prozent der Lehrpersonen gab an, dass die Kinder unruhiger geworden sind. Erfreulich ist, dass keine Lehrperson vermehrte Unkonzentriertheit sowie häufigere Verletzungen bemerkte. In allen Kindergärten ist es jedoch seit Projektbeginn lauter geworden. Rund drei Viertel der Lehrpersonen gibt denn auch an, dass sie die Bewegungsmöglichkeiten wegen des Lärms auch schon mal einschränken mussten.

Die Frage nach der Akzeptanz des Projekts bei den Eltern beantworteten 92% der Lehrpersonen mit „sehr gut“ und „gut“. Rund ein Drittel der Lehrpersonen gab aber an, dass sie in der Pilotphase des Projekts von Seiten der Eltern keine Unterstützung erhalten haben.

Tabelle 4 Mögliche Verbesserungen im Projektablauf

Zusätzliche Weiterbildungen	54%
Unterstützung bei der Elternarbeit	46%
Es sind keine weiteren Verbesserungen nötig	31%
News Letter	23%
Projektbegleitung durch weitere Fachpersonen	23%
Anderes	15%
Projektbegleitung durch Projektleiterin	8%

Knapp die Hälfte der Lehrpersonen wünscht sich denn auch mehr Unterstützung bei der Elternarbeit. 54 Prozent erkannte Verbesserungspotenzial generell bei zusätzlichen Weiterbildungen.

Wie haben sich nun die Bewegungsmöglichkeiten im Kindergarten insgesamt verändert? Vor dem Projektstart schätzten die Lehrpersonen die Bewegungsmöglichkeiten der Kinder im Kindergarten auf einer Skala von 1 (Es war kaum Bewegung möglich) bis 10 (Es war sehr viel Bewegung möglich) im Durchschnitt mit 5.42 ein. Zum Zeitpunkt der Befragung fünf Monate später war dieser Wert auf durchschnittlich 9.08 angestiegen. Der Wert drückt aus, dass sich die Bewegungsmöglichkeiten in den Kindergärten durch das Projekt ganz erheblich verbessert haben und heute nahe des Maximalwerts gesehen werden. Die Auswertung der Fragebögen zeigt auch, dass das Projekt bei den Lehrpersonen gut angekommen ist. Auf einer Skala von 1 (sehr schlecht) bis 10 (sehr gut) gaben 92% der Lehrpersonen dem Projektverlauf die Note 9 oder 10. Eben so viele waren mit der Projektbegleitung „zufrieden“ oder „sehr zufrieden“.

Eltern

Wie sehen nun die Eltern der teilnehmenden Kinder das Projekt? Zuerst wurden die Eltern mit Kindern im Projekt zu ihrem Informationsstand bei Projektstart befragt. 84% der Eltern geben an, mittels Flyer, Elternabend, Starttag oder allgemein in den Kindergärten „gut“ bis „sehr gut“ über das Projekt Burzelbaum informiert worden zu sein.

Tabelle 5: Erfahrungen mit dem Projekt Burzelbaum

Das Projekt will aufzeigen, dass Bewegung wichtig ist für die Entwicklung der Kinder.	81%
Burzelbaum bringt mehr Bewegung in den Kindergarten	76%
Der Kindergarten wurde bewegungsfreundlich umgestaltet.	51%
Das Projekt will die Familien zu mehr Bewegung im Alltag motivieren.	41%
Das Projekt ist wichtig für die spätere Schulzeit.	28%
Im Kindergarten wird mehr auf gesunde Ernährung geachtet	27%
Keine der Aussagen trifft für mich zu.	0%

Die von den Eltern gemachten Erfahrungen während des Projekts stimmen weitgehend mit den zu Projektbeginn formulierten Zielen überein. Interessant ist der mögliche positive Effekt auf den Bereich gesunde Ernährung, der kein primäres Projektziel ist, aber während des Projekts immer wieder thematisiert wird. Die teilnehmenden Kindergärten sind alle ebenfalls am Projekt „Gesundes Znüni“ beteiligt.

Tabelle 6: Aussagen über Bewegung, die für Eltern besonders wichtig sind

Bewegung macht Spass	72%
Bewegung fördert die motorische Entwicklung.	59%
Bewegung hat einen positiven Einfluss auf die Lerntätigkeit	53%
Regelmässige Bewegung vermindert das Übergewichtsrisko	51%
Bewegte Kinder sind seelisch ausgeglichener und sozial kompetenter	51%
Durch Bewegung wird Herz-, Kreislauf- und Stoffwechselerkrankungen vorgebeugt.	48%
Bewegung macht geschickt	46%
Regelmässige Bewegung vermindert das Unfallrisiko.	29%

Tabelle 6 zeigt, dass für die Eltern der Spass ihrer Kinder am Projekt mit Abstand am wichtigsten ist. Verschiedene andere Faktoren sind den Eltern aber auch wichtig. So haben mehr als die Hälfte der Eltern als besonders wichtig angegeben, dass Bewegung die motorische Entwicklung fördert, einen positiven Einfluss auf die Lerntätigkeit hat, Übergewicht vermindert sowie Ausgeglichenheit und Sozialkompetenz fördert.

Tabelle 7: Beim Kind beobachtete Veränderungen seit Projektbeginn

Mein Kind hat mehr Spass an der Bewegung.	57%
Mein Kind bewegt sich sicherer.	40%
Mein Kind ist mutiger geworden.	39%
Mein Kind bewegt sich mehr.	39%
Mein Kind wirkt gesünder.	21%
Mein Kind ist lauter geworden.	19%
Mein Kind ist ausgeglichener	15%
Mein Kind verletzt sich mehr.	6%
Mein Kind ist unruhiger geworden.	4%
Mein Kind ist unkonzentrierter geworden.	1%

Was hat sich nun aber aus Sicht der bei ihrem Kind durch das Projekt in den ersten fünf Monaten verändert (s. Tabelle 7)? 80 Prozent der Eltern haben bei ihrem Kind eine Veränderung beobachtet. 57 Prozent der Eltern haben festgestellt, dass ihr Kind durch das Projekt mehr Spass an Bewegung bekommen hat. Je rund 40 Prozent haben weiter bemerkt, dass sich ihr Kind sicherer, mutiger und mehr bewegt. Auch bei der Elternbefragung war mehr Lärm ein von 19 Prozent genannter, unerwünschter Effekt, während mehr Unruhe und Verletzungen auch hier nur selten angegeben wurden.

Tabelle 8: Veränderungen in der Familie seit Projektbeginn

Wir spazieren mehr im Freien.	29%
Wir achten mehr auf gesunde Ernährung.	28%
Wir unternehmen mehr gemeinsam.	26%
Es ist mehr Bewegung in der Wohnung möglich.	22%
Wir bewegen uns mehr im Alltag als früher.	18%
Mein Kind darf auch bei schlechtem Wetter mehr nach draussen.	15%
Anderes	7%

Fünf Monate nach Projektstart sind die Auswirkungen auf die Familie erst bei einem Teil der Familie feststellbar (s. Tabelle 8). Knapp ein Drittel der Eltern gibt an, seit Projektstart vermehrt Spaziergänge zu unternehmen. Eben so viele achten jetzt auch mehr auf die Ernährung und unternehmen allgemein mehr gemeinsam. Auffallend ist ferner, dass 40% der Eltern am Schluss des Fragebogens eine positive Bemerkung zum Projekt Burzelbaum angefügt haben.

Schlussfolgerungen

Aus den vorgestellten Resultaten der Zwischenevaluation des Projektes Burzelbaum nach fünf Monaten lassen sich folgende Schlüsse ziehen:

1. Die sehr hohe Rücklaufquote bei den Fragebogen erlaubt einen guten Einblick in den Projektstand und spiegelt das grosse Interesse der Beteiligten am Projekt.
2. Das Projekt hat zu umfangreichen strukturellen Anpassungen in den Kindergärten geführt.
3. Es zeigen sich aus Sicht der Lehrpersonen wie auch der Eltern deutliche Veränderungen beim kindlichen Bewegungsverhalten. Diese Veränderungen sind teilweise auch schon in den Familien feststellbar.
4. Das Projekt stösst insgesamt auf eine hohe Akzeptanz bei Lehrpersonen und Eltern.

Daraus lassen sich folgende Empfehlungen ableiten:

1. Das Projekt kann als Vorlage für weitere Bewegungsprojekte in den Kindergärten von Basel-Stadt uneingeschränkt empfohlen werden.
2. Bei der Fortsetzung des Projekts sollten die Weiterbildungswünsche der Lehrpersonen und die vermehrte Unterstützung bei der Elternarbeit besonders berücksichtigt werden.