



Info-Dokument A) Purzelbaum Zyklus 1 – Erfahrungsräume für Purzelbäume 2026 - 2027

Die Weiterbildung 'Purzelbaum Zyklus1' unterstützt Sie dabei einen gesunden (Schul-)Alltag über die Themen Bewegungsförderung, psychische Gesundheit und Ernährung umzusetzen.

Für die Entwicklung von Kindern im Zyklus 1 hat die Bewegung eine zentrale Bedeutung. Beispielsweise können Kinder durch Bewegung ihre motorischen Fähigkeiten verbessern, d.h. ihre Muskeln und Knochen stärken sowie ihre Koordination und Balance weiterentwickeln. Darüber hinaus fördert Bewegung auch die Konzentrationsfähigkeit und steht in engem Zusammenhang mit der Motivation. Bewegung wirkt sich positiv auf die psychische Gesundheit aus - z.B. durch Erfahrungen der Selbstwirksamkeit, durch soziale Gruppenerlebnisse oder durch Stressabbau. Körperliche Aktivität bildet damit die Grundlage einer gesunden Entwicklung.

Sie lernen in dieser Weiterbildung die Möglichkeiten zur Gesundheitsförderung im Zyklus 1 kennen, in dem Sie neben der Unterrichtsgestaltung auch Informationen zum unterstützenden Einsatz von Material und der bewegungsfördernden Gestaltung von Räumen erhalten. Anregende Beispiele, theoretische Grundlagen, praktische Inputs, Gruppendiskussionen und das Nachdenken über die eigene Praxis ermöglichen verschiedene Zugänge zum Thema. 'Purzelbaum – Zyklus 1' möchte Sie bewegen, Ihre bekannte Welt 'drehen' und Ihnen neue Perspektiven auf Themen der Gesundheitsförderung ermöglichen. Wichtig ist uns hierbei den Zyklus 1 mit seinen unterschiedlichen 'Kulturen' zu verbinden und auch (bewegende) Übergänge zwischen Kindergarten – 1.Klasse – 2.Klasse zu ermöglichen.

Ziele

- Sie wissen wie Sie die Schüler*innen Ihrer Zielstufe durch anregende (Bewegungs-) Möglichkeiten stärken und dadurch die gesunde Entwicklung der Kinder unterstützen können
- Sie können aufgrund der erhaltenen Informationen und Praxisbeispiele die Infrastruktur Ihres Schulorts einschätzen und die Lern- und Spielräume in Ihrer Schule bewegungsanregend gestalten
- Sie erweitern Ihre Perspektive auf die Themen der Gesundheitsförderung sowie auf die Zusammenarbeit im Zyklus 1
- Sie transferieren das gelernte Wissen und initiieren beispielsweise niederschwellige Anlässe zur Gesundheitsförderung (z.B. Elternabend, Info-Brief, Projekttag etc.)

Inhalte

Gesundheitsförderung und Prävention	Schul- und Unterrichtsgestaltung
Gesundheitsförderung im Zyklus1	Selbstgesteuertes Lernen / Freispiel
Bewegung bzw. Bewegungsförderung	Raumgestaltung + Material
Psychische Gesundheit	Natur + Zirkus + Mut tut gut
Ernährung	Elternarbeit + Zusammenarbeit im Zyklus 1

Arbeitsweisen

Parallel zu den Weiterbildungstreffen vor Ort sowie den Online-Sequenzen setzen die Teilnehmenden die Anregungen in ihrem Arbeitsalltag um (z.B. Online-Selbststudium, Praxiserfahrungen und Diskussionen). Dabei profitieren sie auch von individueller Beratung, vom Austausch mit Kolleg*innen (z.B. Hospitationen, Schulbesuch, Tandemarbeit) sowie von z.T. von finanzieller Unterstützung für die Anschaffung von Bewegungsmaterial.

Zielgruppe

Das Angebot richtet sich an alle Lehrpersonen im Zyklus 1, die im Schuljahr 26/27 eine Anstellung haben und entsprechend die Inhalte und Ziele in ihren Klassen umsetzen, erproben, entwickeln und auswerten können. Es dürfen sich einzelne Lehrpersonen oder auch Tandems angesprochen fühlen. Explizit möchten wir auch kleine Teams einladen, sich für die Weiterbildung anzumelden, die den Zyklus 1 zusammendenken und eine stufenübergreifende Zusammenarbeit anstreben möchten.

Termine

- Samstag, 29.08.26 (ganzer Tag)
- Mittwochnachmittag, 16.09.26 (14.30 – 18.00)
- Mittwochnachmittag, 21.10.26 (14.30 – 18.00)

- Montagnachmittag, 16.11.26 (17.30 – 19.00, *Online*)
- Montagnachmittag, 07.12.26 (17.30 – 19.00, *Online*)

- Samstag, 23.01.27 (ganzer Tag)

- Mittwochnachmittag, 24.03.27 (14.30 – 18.00)
- Montagnachmittag, 03.05.27 (17.30 – 18.00, *Online*)
- Mittwochnachmittag, 19.05.27 (14.30 – 18.00)

Kursorte

Die Veranstaltungen finden am Campus der FHNW in Brugg/Windisch statt. Am 23. Januar 2027 ist jedoch der Besuch eines Kindergartens in Zofingen geplant. Weitere Besuche an anderen Orten erfolgen nach Absprache.

Anmeldung (<https://ph.fhnw.ch/weiterbildung>): Purzelbaum

Weitere Informationen hinsichtlich der Unterstützung durch Ihren Kanton finden Sie im **Dokument B**:

- *Kosten*
- *Beratung*
- *Materialgeld*
- *Auszeichnung Radix*

