



Purzelbaum

Anaokulunda daha fazla hareket için bir proje

Hareket becerikli yapar

Düzenli bir şekilde yapılan hareketler sayesinde, çocuğun istemli hareketleri ve duyuvarı ile algılama yeteneği çalıştırılır ve geliştirilir.

Vücut bu şekilde, hergün karşılaşılan çeşitli zorluklara, doğru tepkiyi verebilir.

Hareket güçlendirir.

Kas sistemine, bağlara ve eklemlere uygun bir şekilde yüklenilmesiyle, hareket mekanizması sağlamlaştırılır ve bu şekilde beden duruşu bozukluklarına ve kronik rahatsızlıklara yakalanma riski azaltılır.

Hareket neşe kaynağıdır ve yeni arkadaşlar sağlar.

Çocuklar oyun oynarken ve çılğınlaşırken, hareket ederek diğer çocuklar ile iletişim kurup, karşılıklı nasıl davranılacağını öğrenirler. Bu sağlıklı bir sosyal ve duygusal gelişim için önemli bir temeldir.

Hareket sağlıklı yapar.

Hareket sayesinde, kalp, dolaşım ve metabolizma hastalıklarına karşı önlem alınır.

Hareket zeki yapar.

Çocuklar hareket sayesinde doğal çevrelerini tanırlar. Bu deneyimler bilişsel yeteneklerin gelişmesi için merkezi bir önem taşır. Özellikle çocukların kendi başlarına, özgürce boş alan yaratıp, onu düzenlemeleri de çok etkilidir.

Hareket çocukların, yetişkin olduklarında daha aktif olmalarını sağlar.

Hareket etmenin verdiği zevki çocukken tadanların, yetişkin olduklarında bedensel olarak pasifleşme riskleri daha azdır. Bunun yanı sıra veliler, çocuklarla birlikte hareket etmenin verdiği zevki (yeniden) keşfetme olanağını bulurlar.

Projenin amaçları.

- Çocuklar anaokulunda daha fazla hareket içinde bulunurlar ve bu şekilde vücutlarını daha iyi tanırlar.
- Anaokulu öğretmeni hareket etmenin önemini, şekillerini ve etkilerini bilir. Bu şekilde çocuklara, hareket etmenin verdiği zevki daha iyi aktarabilir.
- Veliler proje çalışmasına ortak edilir. Bir veli toplantısında, „Purzelbaum“ projesinin temel fikirlerini, boş zamanlarda ve evde nasıl uygulayabileceklerini öğrenirler.
- Anaokulunda, sadece özel egzersiz saatleriyle kısıtlı kalmayarak, her zaman ve her yerde hareket edilir.

Projenin unsurları:

- Katılan öğretmenlerin meslek içi eğitimi
- Anaokulunun hareket etmeye uygun bir alana çevrilmesi
- Her gün amacı belli hareket etme olanakları
- Velilerle birlikte çalışmalar
- Proje değerlendirmesi

Projeyi destekleyenler:

- Bundesamt für Sport BASPO (Federal Spor Dairesi BASPO)
- Panathlonclub Bern (Bern Panathlon Klübü)
- Abteilung Sport POM (POM Spor bölümü)

Kontakt kurabileceğiniz proje yönetimi:

PHBern, Institut für Weiterbildung (Bern Pedagoji Yüksek Okulu, meslek içi eğitimi bölümü)

Regula Nyffeler

regula.nyffeler.@phbern.ch, T 031 309 27 57

Alexandra Stuber

Alexandra.stuber@phbern.ch

www.phbern.ch/purzelbaum-bern

