



Sport im Vorschulalter in Göttingen

Kinder in Bewegung

Noah macht das richtig gut: Mit etwas Mühe zwar und ernstem, konzentriertem Gesicht, aber doch ohne Probleme bewältigt er den Parcours in der Turnhalle des »Kinderbewegungshauses« des ASC Göttingen am Waldweg. Da wird balanciert, ein Hindernis überklettert oder auf Matten herumgetollt. Wobei man ernste Gesichter selten sieht, die Kinder strahlen, lachen und haben Spaß. Spaß an der Bewegung, Spaß, weil die Betreuer ihre Sache gut machen. Es wird nicht angeordnet, daß jetzt Balancieren an der Reihe ist, sondern der »Trainer« sagt: »Ich glaub, ich balancier mal ein bißchen«, fängt an und alle machen's ihm nach.

Daß Sport Freude bringt, Freude an der Bewegung und am eigenen Körper, ist eine Erfahrung, die Kinder, denen derlei eigentlich angeboren ist, immer seltener machen. Deshalb ist es wichtig, daß Sport nicht erst – wie lange üblich – in der Schule anfängt, sondern bereits in Krabbelgruppen und im Kindergarten. Im Kleinkindalter bis zu vier Jahren geht es um die Schulung der Motorik und Koordination, des Gleichgewichtssinns, um Kraftaufbau, das Erkunden von Materialien und das Üben komplizierter Bewegungen. Laufen, Hüpfen, Balancieren sowie die Annäherung an erste Spielregeln beim Fangen und Versteckspielen stehen im Mittelpunkt der sportlichen Aktivitäten. Im Kindergartenalter werden diese Fähigkeiten vertieft und erweitert: Gruppenaktivitäten mit einem immer komplexeren Regelwerk sowie erste Erfahrungen mit Ballspielen, aber auch schon erste differenzierte Sportarten wie Turnen, Tischtennis oder Ballett rücken nun in den Vordergrund und bereiten die Kinder auf den Schulunterricht vor.

Die Grundlagenarbeit, die in der Vorschulzeit gelegt wird, bekommt dabei einen immer wichtigeren Stellenwert. Denn das natürliche Bewegungsbedürfnis wird in deren Freizeit nicht mehr ausreichend befriedigt. Das liegt daran, daß immer mehr Kinder in der Stadt aufwachsen und keinen Raum mehr zum Klettern, Verstecken und Laufen haben. Deshalb besteht die Notwendigkeit, »künstliche Bewegungsmöglichkeiten zu schaffen«, berichtet Corinna Utke, die Koordinatorin des ASC-Kinderbewegungshauses. Sie hat auch beobachtet, daß sich das Verhalten der Eltern gewandelt hat, weil Eltern zunehmend Ängste entwickeln und den Kindern etwa das Klettern auf Bäumen verbieten. Hinzu kommt ein intensiver durchorganisierter Tagesablauf, eine »Verplanung« der Kinder, die immer weniger Raum für das spontane Erfahren des eigenen Körpers läßt. Und natürlich die inzwischen bekannten Probleme einer unausgewogenen, zu fettreichen Ernährung und einer bildschirmlastigen Freizeitgestaltung. Die Folge: 20 Prozent der Kinder sind bei der Einschulung übergewichtig und haben Mühe, diese Defizite wieder auszugleichen (siehe auch Seite 14 und 15). Zumal, da sind sich die Experten einig, der Sportunterricht in der Schule unbefriedigend ist – zu wenig

Stunden, unzureichende Hallenkapazitäten und in der Regel keine ausgebildeten Lehrkräfte. Doch es tut sich was – ablesbar an den Aktivitäten des im September 2005 eröffneten Kinderbewegungshauses. Dort residieren unter einem Dach, aber unabhängig voneinander, zwei zukunftsweisende Einrichtungen.

Mit der von sieben bis achtzehn Uhr geöffneten Kindertagesstätte hat der ASC Göttingen zusätzlich zu seinen herkömmlichen Angeboten – Babyschwimmen, Mutter-Kind-Turnen, Krabbelgruppen – dort ein regelrechtes Sport-Zentrum für Kinder bis zu sechs Jahren geschaffen, das zwei Sportkrippen, einen Sporthort und einen Sportkindergarten umfaßt und zudem von anderen Kindergärten genutzt wird. Das Angebot in Bewegungserziehung hat sich in Göttingen damit umfassend erweitert und wird von Eltern angenommen. Zum einen, weil der Bedarf nach Kinderbetreuung grundsätzlich gewachsen ist, zum anderen, weil Eltern wählerischer geworden sind und bewußter entscheiden, was sie für ihre Kinder wünschen. Nicht zuletzt die Nachmittagsangebote erfreuen sich immer größerer Beliebtheit: Die Eltern haben weniger Zeit für ihre Kinder. Deshalb rücken Aspekte in den Mittelpunkt der Arbeit mit Kindern, die eigentlich selbstverständlich sind. Daß Kinder regelmäßig Wasser trinken sollten, muß mit ihnen eingeübt werden, wie angemessene Ernährung aussieht, muß den Eltern vermittelt werden. Hinzu kommt ein enger Kontakt zu Sportvereinen, der Kinderklinik und Schulen. So gehört der ASC zu den Unterstützern des Projekts »Fit für Pisa«, in dessen Rahmen an fünf Grundschulen rund dreihundert Kinder täglich mit einer Sportstunde versorgt werden.

Daß es darum geht, Kindern eine innere Einstellung zu vermitteln, die »Philosophie«, daß Sport nicht nur zur »Körperertüchtigung« wichtig ist, sondern in der Erfahrung der eigenen Persönlichkeit, im Messen mit anderen Intelligenz, Kreativität und Selbstbewußtsein aufbaut, ist auch der Ansatz des vor zwanzig Jahren im Rahmen eines Universitätsprojektes gegründeten Sportkindergartens, der von einem Elternverein getragen wird und seit letztem Jahr ebenfalls im Waldweg angesiedelt ist.

Im Gegensatz zu »normalen« Kindergärten wird dort ein Schwerpunkt auf »Sport« gelegt. Die zweiundzwanzig Kinder, die hier zuhause sind, haben viermal in der Woche Sport, Turnen in der hauseigenen Halle oder Schwimmen in der Halle des Sportwissenschaftlichen Instituts der Universität. Betreut werden die Kinder dabei von qualifizierten Sportstudenten und Praktikanten, der »Unterricht« unterliegt einem pädagogischen Konzept. Engagierte und interessierte Eltern stehen dahinter, und die Nachfrage ist groß.

Wer will, findet in Göttingen – auch bei anderen Vereinen und Einrichtungen – zahlreiche Möglichkeiten, etwas dafür zu tun, daß seine Kinder beweglich und gesünder aufwachsen.

Kontakt

*ASC Göttingen von 1846 e.V.
Kinderbewegungshaus
Waldweg 28
37073 Göttingen
Tel. 05 51 / 39 90 71*

*Sportkindergarten
Waldweg 28
37073 Göttingen
Tel. 05 51 / 391 24 94*

Tips und Informationen

Sportvereine, die Kindersportangebote im Programm haben, finden Sie über die Sportdatenbank der GoeSF unter www.goesf.de.

Alle wichtigen Informationen zu »Fit für Pisa« auf der Homepage www.fit-fuer-pisa.de

Jede Menge Tips, Informationen und Anregungen zur Freizeitgestaltung von und mit Kindern enthält das soeben erschienene Buch

*Dr. Ulrike Hartig Köhler/Gesa Baum-Beyer:
Mit Kindern in Göttingen & Umgebung, klartext GmbH, Göttingen 2006. 154 Seiten, 12,90 Euro, ISBN 3-9808714-7-9.*

Indoor-Spielparks und Schwimmbäder, Eislaufbahnen, Ferienprogramme und Spielplätze – das Buch enthält eine Fülle an Materialien rund ums Thema »Freizeit, Sport und Hobby von A-Z«. Knapp und informativ werden die einzelnen Angebote vorgestellt. Dazu kommt ein Serviceteil mit allen wichtigen Adressen – mehr als nur eine erste Orientierung.

(Alle Angaben ohne Gewähr)