Kindersportschule bringt die Kleinen auf Trab

GESUNDHEIT Vielen Kindern fehlt ausreichend Bewegung, ein Trend, gegen den „Kiss“ seit mittlerweile vier Jahren arbeitet.

Von Jutta Finke-Gödde

Vielleicht ist Marie in ihrer Fantasie eine kleine Piratin, die am Schiffsmast hochklettert und einen mutigen Sprung hinunter aufs Schiffsdeck wagt. Eigentlich ist die Zweijährige in der Sporthalle in Wetschewell, der Mast ist eine Bank und das Deck eine dicke weiche Matte: „Wir versuchen unsere Übungen immer in kleine fantasievolle Geschichten zu verpacken“, erzählt Daniel Klein, Sportlicher Leiter der Kindersportschule Mönchengladbach (Kiss).

Maries kleine Übung gehört zu einem typischem Parcours, der in den Kinder-Gruppen seines Vereins aufgebaut wird, erklärt Klein. Kiss besteht am 1. März in Gladbach seit vier Jahren: „Wir haben mit drei Gruppen in dieser Turnhalle angefangen. Mittlerweile gibt es mehr als 300 Mitglieder und 35 Gruppen im Stadtgebiet“, so Geschäftsführer Peter Keinhorst.

Arbeit mit Kitas und Grundschulen oder in Feriencamps

Den Initiator hatte das Konzept der Kindersportschule beim Schwäbischen Turnerbund überzeugt. Sein Verein arbeitet mit den Kooperationspartnern TuS Wetschewell und der ASV Dojo Mönchengladbach zusammen. Neben Kiss-Gruppen, die auch in Grundschulen und Kitas kommen, gibt es außerdem Feriensport-Camps für den Nachwuchs.

Gearbeitet wird nach einem einheitlichen pädagogischen Konzept. Das Prinzip: Kinder sollen möglichst früh ein breites, altersgerechtes und sportartübergreifendes Spektrum an Bewegungen lernen: „Das ist besser für die gesundheitliche Entwicklung und legt die motorischen Grundlagen, um später eine Sportart besser zu beherrschen“, sagt Daniel Klein. Erst zwischen acht und zwölf Jahren lernen die Kiss-Kinder spezielle Sportangebote wie Volleyball, Turnen oder Karate kennen.

Die Kleinsten in der Grundstufe sind zwischen zwei und drei Jahren alt. Gemeinsam mit ausgebildeten Sportpädagogen wird gekrabbelt, gehangelt und geklettert – normale Alltagsaktivitäten in dieser Altersgruppe, die den meisten Kindern allerdings mittlerweile fehle, sagt Daniel Klein.

Statt am PC oder Fernseher zu sitzen, sollten die Kleinen mindestens zwei Stunden am Tag rumtollen: „Für eine gesunde ganzheitliche Entwicklung unentbehrlich“, so Peter Keinhorst. Sport stärkt den Teamgeist, das Selbstbewusstsein und den Rücken, ebenso macht er die grauen Zellen fit, betont Klein. Der Verein will bei Kindern den Spaß am Bewegen nachhaltig fördern. Ab dem 1. März hat Kiss auch Gesundheitsangebote für Erwachsene im Programm wie Schwangerschaftsgymnastik, Rücken- sowie Funktionelles Training, Nordic Walking und Fitness-Kickboxen. Infos unter RY 138551 oder info@kiss-mg.de

Marie (2) hat Spaß am Sport. Reichartz