Zusätzliche Präventionssportangebote für Kinder

22.11.2023 | Erstellt von Thomas Deparade

Sieben Übungsleiterinnen und Übungsleiter in den Sportvereine SV Blau-Weiß Empor Wanzleben, Turn- u. Sportgemeinschaft Calbe, SV Geiseltal Mücheln, TC Eisleben, SG 67 Halle-Neustadt, SG Blau Weiß Gerwisch und SV Lokomotive Jerichow möchten zusätzliche Präventionssportangebote für Kinder entwickeln. Fünf von ihnen haben bereits Ende Oktober die Ausbildung zum/zur DOSB Übungsleiter*in - B "Sport in der Prävention" (Profil Allgemeiner Präventionssport für Kinder) erfolgreich abgeschlossen. Damit erfüllen sie ein Qualitätskriterium zum Erwerb des Qualitätssiegels „SPORT PRO GESUNDHEIT“.



Die neu ausgebildeten Übungsleiterinnen und Übungsleiter gemeinsam mit Bildungsreferent Thomas Deparade (links) in der Landessportschule Sachsen-Anhalt in Osterburg.
(© LSB Sachsen-Anhalt)

Kleinkinder sollen sich so viel wie möglich, Kindergartenkinder mindestens 180 Minuten pro Tag, Schulkinder und Jugendliche mindestens 60 bis 90 Minuten pro Tag bewegen. Das ist nur zu gewährleisten, wenn den Kindern zusätzlich zu den Bewegungsangeboten der Kindertageseinrichtungen und Schulen entsprechende Gelegenheiten zur körperlichen Ertüchtigung geboten werden. Solche Gelegenheiten können Erziehungsberechtigte selber organisieren oder sie können Kindersportangebote der Sportvereine Sachsen-Anhalts nutzen. In einigen Sportvereinen wird versucht, die Gesundheitskompetenz* der Kinder und

Eltern gezielt zu stärken. Qualifizierte Übungsleiter*innen leiten dort gesundheitsorientierte Bewegungsangebote an. Diese DOSB Übungsleiter*innen - B "Sport in der Prävention" haben sich auf den allgemeinen Präventionssport mit Kindern spezialisiert.

Was zeichnet die Bewegungsangebote aus?

Die Übungsleiter*innen starten mit einer kurzen theoretischen Einführung, in der sich die Gruppe mit der thematischen Ausrichtung der Trainingseinheit kindgerecht auseinandersetzen kann. Eigene Erfahrungen werden von den Übungsleitenden gesammelt und in Beziehung zu den Stundeninhalten gestellt. Um den Kindern einen unmittelbaren Alltagsbezug zu ermöglichen, werden in dieser Phase einfache Hilfsmittel (Schautafeln, Videoclips, Bewegungsgeschichten o.ä.) zum Einsatz gebracht.

Lautet das Thema einer Stunde zum Beispiel „Mein Gleichgewicht“, berichten die Kinder am Anfang der Stunde in welchen Situationen das Gleichgewicht von besonderer Bedeutung ist. Häufig stellen sie das Gleichgewicht in Beziehung zum Radfahren. Danach erläutern die Übungsleitenden wie das Gleichgewicht zustande kommt und wie man es trainieren kann. Auf diese Weise entwickeln die Kinder ein Verständnis für die Auswahl der sich anschließenden Gleichgewichtsübungen und werden sich aktiv an der Trainingseinheit beteiligen. Schließlich will niemand von seinem Rad fallen, oder? Nach der Sporteinheit werden die Eindrücke der Kinder eingesammelt. Am Ende bleibt noch Zeit für eine kleine Bewegungshausaufgabe: „Mach mit Deinen Eltern einen Ausflug! Deine Eltern müssen laufen! Du darfst Dein Fahrrad nutzen! Fahre so schnell wie Deine Eltern laufen! Was fällt Dir dabei auf? Fahre im Anschluss so schnell Du kannst! Welchen Unterschied stellst Du fest? In der kommenden Woche kannst Du von Deinen Eindrücken berichten.“

Im Februar 2024 kann man wieder in die Ausbildung zum/zur DOSB Übungsleiter*in - B "Sport in der Prävention" einsteigen. Dann startet das nächste Basismodul. Über das Bildungsportal auf der Internetseite des LSB Sachsen-Anhalt können sich Interessierte ab Ende Dezember 2023 anmelden. Das Konzept zum Profilmodul wurde in Kooperation mit der Landessportjugend und mit dem Bereich Gesundheitssport des Landessportbundes erarbeitet. Bei der Durchführung standen Sportjugend und Gesundheitssport dem Bildungsteam des Landessportbundes zur Seite.