

KISS fördert Bewegung der Kinder

In Zeiten, in denen Kinder immer weniger Bewegung bekommen, oft stundenlang vor dem Computer oder dem Fernsehgerät zubringen, und Schulstunden im Sport immer öfter gekürzt werden, sind Alternativen gefragt.

Eine davon ist die Kindersportschule (KISS) in Rheinstetten. Bereits im siebten Jahr wird in der Trägerschaft des TV Mörsch kindgerechte Bewegung und Sport angeboten. „Die Idee wurde damals vom Schwäbischen Turnerbund mit verschiedenen Vereinen entwickelt und ist mittlerweile auch im Badischen heimisch“, weiß Sportwissenschaftler Michael Übelhör, der die Kindersportschule KISS in Rheinstetten betreibt.

Wichtig war dem Schwäbischen Turnerbund (STB) von Beginn an, dass die Übungsleiter neben der sportlichen Ausbildung auch pädagogisch geschult sind. Erst dann werde das Gütesiegel KISS vergeben. Derzeit sind rund 100 Kinder zwischen drei und vierzehn Jahren in Rheinstetten aktiv.

In Gruppen mit maximal 15 Kindern und nach Altersstufen wird dem Bewegungsmangel entgegengewirkt. Entscheidend ist für Übelhör vor allem eines: „Wir sehen uns keinesfalls als Konkurrenz zu den Vereinen. Im Gegenteil. Wir möchten dafür sorgen, dass die Kinder früh mit Sport und Bewegung vertraut werden und sich anschließend den Vereinen anschließen. Sport ist schließlich eine lebenslange Aufgabe.“



Neben dem sportlichen Aspekt sieht der 41-Jährige auch wichtige persönlichkeitsbildende Merkmale, die der Sport fördert. „Wo kann man denn sonst so hervorragend Erfolgserlebnisse sammeln wie beim Sport mit Gleichaltrigen. Das stärkt das Selbstbewusstsein, fördert die Gesundheit und stärkt die sozialen Fähigkeiten und den Teamgeist.“

Angeboten werden ganz verschiedene Sportarten: Neben den traditionellen Ballsportarten wie Fußball, Handball oder Volleyball kommen auch Gymnastik und Turnen oder Trendsportarten wie Snowboarden, Skifahren, Windsurfen oder Inline-Skaten zu ihrem Recht.

„Man kann heutzutage ja immer wieder feststellen, dass viele Kinder Übergewicht oder Haltungsschäden haben. Unter anderem deshalb wurde das Konzept der Kindersportschule entwickelt, die es mittlerweile an über 80 Standorten gibt“, betont Übelhör, der auch als Gesundheits-Dozent und Referent des Badischen Turnerbundes (BTB) unterwegs ist.

Die Zeiten, in denen Kinder noch auf der Straße oder auf Bolzplätzen ungeniert ihrem Bewegungsdrang nachgehen können, sind heutzutage bekanntlich eher dünn gesät. „Dieses Problem haben wir in allen Industrie-Nationen. Die Kinder können heutzutage kaum noch ungefährdet draußen spielen“, fügt der Leiter der Rheinstettener Kindersportschule hinzu.

Bei KISS gibt es zudem Feriencamps, Erlebnisfreizeiten wie Klettern am Batterfels, den traditionellen KISS-Cup oder Windsurfen in nahe gelegenen Seen. Übelhör selbst stammt aus einer sportlichen Familie. „Es gibt unheimlich viele Sportarten, die mich faszinieren. Die kann ich gar nicht alle aufzählen“, sagt der Rheinstettener, der mit drei Jahren mit seiner Familie aus dem Allgäu an die Hardt kam.

Auch gesellschaftspolitisch will er ein Zeichen setzen. „Kinder haben bekanntlich keine Lobby. Dabei sind sie unsere wichtigste Ressource. Und unser Ziel ist es, Kinder langfristig entsprechend ihrer Neigung an die Vereine heranzuführen, damit der Sport ein wichtiger Bestandteil ihres Lebens wird. Denn der Sport ist wichtiger Teil einer guten Ausbil-

Die Eltern werden breit informiert über die KISS-Aktivitäten

Auch Mountainbike-Fahren gehört zum Angebot der Kindersportschule



„dung und auch für das spätere Berufsleben von Vorteil.“

Günter Becker, erster Vorsitzender des TV Mörsch, fördert mit dem Verein das Projekt. „Wir haben die Trägerschaft für die Kindersportschule übernommen, die zwar eigenständig betrieben wird, aber in enger Zusammenarbeit mit dem Verein arbeitet. Der TV mit seinen Jugendabteilungen sieht für die Zukunft einen Zuwachs an Kindern und Jugendlichen, die auf den Sport im Verein durch KISS vorbereitet werden.“

Die Kindersportschule schafft eine Basis zum dauerhaften Sporttreiben, eine wesentliche Voraussetzung für die bejahende Einstellung zu Sport und Leben“, schreibt der Vereinschef in der Broschüre der Kindersportschule. KISS, das sich durch die Beiträge der Eltern finanziert, hat das STB-Konzept übernommen, welches die Kinder nach spezifischen Kriterien in ihrer Entwicklung fördern soll.

So geht es um das Kennenlernen verschiedener Sportfelder und Sportarten. Um Bewegungs- und Gesundheitsförderung im Allgemeinen, um sportliche Zusatzprogramme sowie vielseitige und kindgemäße Grundlagenausbildung ohne frühzeitige Spezialisierung.

Der Schwerpunkt liegt auch auf der Verbesserung der motorischen, psychosozialen und kognitiven Fähigkeiten der Kinder. Eine Vielfalt von



Medien, Materialien, Situationen und Bewegungsformen bestimmen den Unterricht. Zudem gibt es eine Betreuung durch Krankengymnasten, sportmedizinische Untersuchungen und psychomotorische Förderung.

Ziele von KISS sind ferner spielerisches Lernen sportlicher Fähigkeiten, Bildung einer breiten sportlichen Basis, Freude am Sport durch Spaß und Erlebnis, Leistungsmotivation, Angstbewältigung sowie Stärkung des Selbstvertrauens. Früherkennung, Prävention und Hilfe bei Haltungsschäden stehen zudem auf der Agenda.

„Anlässlich einer Untersuchung des Gesundheitszustands von Grundschulkindern stellte man fest, dass rund 65 Prozent Haltungsschä-



*Bild li.:
Beim Kiss-Cup wird so
mancher zum Herkules*

*Bild re.:
Sportlich und mobil*

den aufweisen, 30 Prozent als über- gewichtig gelten, und 40 Prozent herz- und kreislaufschwach sind.

Diese Zahlen muss man sich einfach mal vor Augen halten. Zumal diese Faktoren im zunehmenden Alter und bei nachlassendem Bewegungsdrang zunehmen“, so der studierte Sportwissenschaftler- und Erziehungswissenschaftler Übelhör, der auch als Tennis-Trainer C und Rückenschul-Lehrer ausgebildet ist.

Mehr Infos über die Kindersportschule Rheinstetten (KISS) gibt es unter Tel: 0721/951 31 90 bei Michael Übelhör. Elternsprechzeiten gibt es auch nach telefonischer Vereinbarung beim TV Mörsch am Sportpark am Legel (Mobil: 0177/266 5351)

-voko-



Beim KISS-Cup fliegen die Luftballons