

Bewegungspass will Kinder aktiver machen

Stadt und Landkreis übernehmen Stuttgarter Modell

cmw. Bewegung und Motorik sind zentral für die Lebensqualität. Nicht nur das körperliche Wohlbefinden, sondern auch die Psyche leidet unter mangelnder Bewegung, hinzu kommen Folgen im Alter. Da Kinder von Natur aus ein Bedürfnis nach Bewegung haben und Experten dies früh fördern möchten, führen die Stadt und der

Landkreis den Bewegungspass für Kinder von zwei bis sieben Jahren ein. Das Angebot

soll spielerisch die motorischen Fertigkeiten verbessern und gleichzeitig die Freude an der Bewegung erhalten.

Bürgermeisterin Bettina Lisbach betonte bei der Auftaktveranstaltung am Samstag im Karl-Benz-Saal der Europahalle die Wichtigkeit der Bewegung für die gesundheitliche und emotionale Entwicklung. „Hierbei soll aber dennoch der Spaß im Vordergrund stehen und nicht der erhobene Zeigefinger“, so Lisbach. Auch für den Ersten Landesbeamten, Knut Bühler, ist klar, dass „gesund aufwachsen“ der Schlüssel zu einem gesunden Leben ist. Er freut sich, dass das Stuttgarter Modell „Bewegungspass“ nun auch in Karlsruhe starten kann. Finanzielle Unterstützung erhält das Projekt von der AOK, die den Bewegungspass als eine „Investition in die Zukunft“ sieht.

In Kinderjahren ist die Ausbildung der motorischen Fähigkeiten besonders wichtig, um auch im Alter noch eigenständig leben zu können, hieß es. „Die Sturzprofilaxe beginnt bereits in der Kita“, sagte Andreas Mündörfer vom

Amt für Sport und Bewegung Stuttgart. Er stellte das Programm „Bewegungspass“ vor. Mittlerweile sei Bewegung in jungen Jahren nicht mehr selbstverständlich. Mündörfer wies vor allem auf die Problematik „Smartphone“ hin. Studien zufolge bewegt sich nicht einmal ein Drittel aller Kinder mehr als

eine Stunde aktiv am Tag. „Kinder müssen Wege aktiv zurücklegen, anstatt mit dem Auto oder dem Kinder-

wagen gefahren zu werden, und sich mehr draußen aufhalten“, erklärte Mündörfer.

Der Bewegungspass ist kostenlos und soll in den Kindergartenalltag einfließen und spielerisch die Bewegungsfertigkeit trainieren. Dies wird anhand von über 30 verschiedenen Übungen umgesetzt. Die Kinder trainieren Fertigkeiten wie Laufen, Hüpfen oder ihre Armkraft. „Um den Austausch beizubehalten, sollen die teilnehmenden Einrichtungen im Stadt- und Landkreis von uns begleitet werden“, sagt Anka Hoffmann vom Schul- und Sportamt. Der Bewegungspass soll auch von Kinderärzten empfohlen werden, um die Verbreitung zu fördern. Im Anschluss an die Auftaktveranstaltung fand die erste Zertifizierungsschulung für Erziehungsfachkräfte aus Stadt und Landkreis statt. Über die vergangenen vier Jahre hat das Projekt mit 16 Schulungen von jeweils etwa 25 Erziehern insgesamt 10 000 Kinder erreicht. Nach der Schulung vom Wochenende ist dieses Jahr noch eine weitere in Karlsruhe geplant.

Laufen und Hüpfen werden trainiert
