

Kinderwelt ist Bewegungswelt

Sport im Elementarbereich Das BAERchen-Projekt der Bayerischen Sportjugend mit Kooperationspartner BKK Landesverband Bayern als Baustein für mehr Bewegung im frühen Kindesalter

Für uns Erwachsene ist Bewegung oft an Motive wie Gesundheit, Fitness oder körperliche Ästhetik gekoppelt. Oftmals braucht es dazu eiserne Disziplin und viel Überwindung, der innere Schweinehund grüßt. Kinder hingegen bewegen sich aus einem einfachen Grund: Weil es Spaß macht. Kinder haben Freude an Bewegung und bringen eine hohe Eigenmotivation mit. Dieser natürliche Bewegungsdrang wird allen Menschen in die Wiege gelegt. Er trägt dazu bei, aus einem unselbstständigen Säugling, einen selbstständigen, selbstbewussten und gesunden Erwachsenen zu machen. Ohne Bewegung kein Leben!

In Bewegung steckt allerdings mehr als eine gesunde körperliche Entwicklung. Bewegung schafft Bewegung im Kopf – und macht schlau!

Zahlenspiele, Sprachkurse und Musikgarten. Es gibt heutzutage unzählige Möglichkeiten, Kinder kognitiv zu fördern. Dabei scheinen wir automatisch davon auszugehen, dass Förderung im Kopf stattfinden muss. Die Forschung zeigt

aber, dass es einen viel einfacheren und kindgerechten Schlüssel zu unserem Gehirn gibt – die Bewegung.

Es beginnt schon ganz früh: Ein Säugling sieht etwas und robbt dann los, um das Objekt zu betasten. Kinder erschließen sich die Welt durch Bewegung, daraus resultiert der „kindliche Bewegungsdrang“. Körperliche Aktivität fördert Gehirnprozesse, indem sie auf Struktur und Funktionsweise des Gehirns einwirkt. Das kindliche Gehirn entwickelt sich in den ersten zehn Lebensjahren rasant. Hier erfolgt die Bildung von Nervenzellen und deren Vernetzung. Diese Strukturen sind verantwortlich für emotionales

und soziales Verhalten sowie kognitive und schulische Leistungsfähigkeit.

Es ist nicht Bewegung per se, die Kinder intelligenter macht, sondern die Prozesse, die im Gehirn dadurch angeregt werden. Unsere Sinne entwickeln sich nur mit Hilfe von Bewegung und sind die Grundlage für erfolgreiches Lernen. Bewegung erhöht die Aufnahme- und Konzentrationsfähigkeit und fördert die Selbstregulation, das heißt die Fähigkeit, eigene Emotionen, Gedanken und Verhalten an eine bestimmte Situation anzupassen.



FOTO: OKSANA KUZMINA/STOCK.ADOBE.COM



Seit 2011 hat die BSJ insgesamt 361 BAERchen Kooperationen in 291 Sportvereinen gefördert. Mit dem Partner BKK Landesverband Bayern konnten 2019 insgesamt 65 Kooperationen finanziell gefördert werden. Die Aufteilung auf die BLSV-Bezirke sehen Sie in der Grafik.

kompakt

BAERchen begeistert - Statements aus den Vereinen

TV 1890 Lorenzreuth / Oberfranken – Sandra Meiler

BAERchen ist für unseren Verein im Dorf eine tolle Kooperation. Der Kindergarten liegt nur 300 Meter vom Vereinsgeländer entfernt. Die Kindergartenkinder kommen einmal die Woche vormittags zu uns in die Sporthalle. Für uns ist das eine Maßnahme zur Mitgliedergewinnung, da viele Kinder auch unser Nachmittagsportangebot Kinderturnen im Verein nutzen.

TV Vohenstrauß von 1864 / Oberpfalz – Manuela Völkl

Kooperationen mit Kindergärten sind bei uns schon seit zehn Jahren fester Bestandteil. Die Kooperation ist Werbung für das Vereinsangebot im Kindergartenalter. Aktuell haben wir in unserem Vereinsangebot Kinderturnen für das „Purzelvolk“

knapp 50 Kinder. Viele davon aus den Kooperations-Kindergärten, da die Kinder dort Spaß an der Bewegung erfahren und dann zu uns in den Verein wollen. Jahreshöhepunkt ist die Kinderolympiade, die wir mit Unterstützung aller Kindergärten der Stadt durchführen.

TSV Schlachters / Schwaben – Lucian Lacraru-Hattinger

In unserer ersten Kooperation mit einem Kindergarten sind knapp 20 Kinder aktiv, bei denen das Angebot super ankommt. Wir nutzen eine große Halle, in der die Kinder an Ringen schwingen können oder auf Balken balancieren, das wäre im Kindergarten so nicht möglich. Als Verein wollen wir die Kinder motorisch auf unsere Sportarten Fußball und Geräteturnen vorbereiten und bestenfalls natürlich neue Mitglieder für unser Vereinsangebot gewinnen.



Die Vertreter der erfolgreichen Kooperation von TSV Schlachters und Kindergarten St. Markus in Weißensberg bekommen Urkunde und BAERchen Bag von der BSJ überreicht.

bayern sport



FOTO: SERGEY NOVIKOV/STOCK.ADOBE.COM

Im Alltag von Kindern und Jugendlichen herrscht leider immer noch Bewegungsarmut vor. Sitzzeiten von bis zu neun Stunden täglich sind bei Kindern und Jugendlichen vor allem ab dem Schuleintritt die Regel. Aber auch in Bildungseinrichtungen im Vorschulbereich hat das „Sitzen“ oft Vorrang. Selbst Singkreis, Malen, Basteln und auch die Freispielräume im Kindergarten sind zu oft auf Sitzen ausgelegt. Wir schaffen daher Lebenswelten für Kinder, in denen ihnen Bewegung abgewöhnt und ein sitzender Lebensstil aufgezwungen wird. Das wiederum erhöht das Risiko für Übergewicht

und Stoffwechselerkrankungen. Daher ist ein sitzender Lebensstil mittlerweile als eigenständiger gesundheitlicher Risikofaktor festgelegt.

Um Sitzzeiten, vor allem im Vorschulbereich, zu reduzieren und die Selbstregulation von Kindern zu fördern, ist das Projekt „BAERchen“ seit Jahren ein fester Bestandteil des Portfolios der Bayerischen Sportjugend (BSJ). Zusammen mit ihrem Partner BKK Landesverband Bayern werden Kooperationen zwischen Sportvereinen und Kindergärten gefördert. Diese haben es sich zur Aufgabe gemacht, dem Trend entgegenzuwirken.

Der Sportverein unterstützt mit qualifizierten Übungsleitern, indem wöchentlich ein Bewegungsprogramm im Kindergarten angeboten wird.

Vielen Kindern die Möglichkeit zu geben, sich durch und mit Bewegung zu entwickeln, ist das Ziel von BAERchen. Dazu gehen Sportvereine und Bildungseinrichtungen Hand in Hand. Doch nicht nur die Bewegungswelt der Kinder verbessert sich. Die Sportvereine haben die Möglichkeit, sich modern und positiv zu präsentieren. Durch das Engagement haben sie Kontakt zu Kindern, die aufgrund der Berufstätigkeit der Eltern immer länger am Nachmittag in Einrichtungen betreut werden. Kinder und Eltern brauchen früh eine Affinität zu Bewegung, dann kommen die Kinder auch gerne in den Verein. Der organisierte Sport muss dahin, wo die Kinder sind – das machen die Vereine mit BAERchen.

kompakt

Das ist BAERchen:

Bewegungsförderung und gesunde Ernährung im Kleinkindalter

BAERchen ist ein Produkt, mit dem die Bayerische Sportjugend im BLSV gemeinsam mit ihrem Partner BKK Landesverband Bayern Kooperationen von Sportvereinen und Kindergärten unterstützt. BAERchen steht für **B**ewegung, **A**ufklärung, **E**rnährung und **R**essourcen bündeln. Die Endung „chen“ als Verniedlichungsform impliziert die Zielgruppe der Kinder.

BAERchen verfolgt das Ziel, die Bewegung und gesunde Ernährung im Kleinkindalter zu fördern. Der eingesetzte Übungsleiter benötigt eine gültige Lizenz der 1. Lizenzstufe. Außerdem ist die Anwesenheit eines Erziehers des Kindergartens während des Sportangebots verpflichtend. Dieses steht allen Kindern des kooperierenden Kindergartens offen, also auch Nichtmitgliedern des Vereins.

BAERchen bietet Ihnen folgende Vorteile:

Mit dem Projekt BAERchen erweitern Sie Ihre Angebotspalette für Kinder im Elementarbereich (3-6 Jahre) im Verein.

- Verkörperung eines modernen Images
- Anerkennung durch soziales Engagement
- Kontakte zu potenziellen Neumitgliedern
- Gesundheitsprävention für Kleinkinder durch frühzeitige und spielerische Sensibilisierung für die Themen Bewegung und Ernährung
- Akquise neuer Sponsoren durch Imagegewinn und soziales Engagement



UNSER SERVICE FÜR SIE:

Wir machen Sie stark für BAERchen und unterstützen Sie bei der Umsetzung durch folgende Maßnahmen:

- Förderung in Höhe von 800 € (Stand 03/2019)
- Beratung und Unterstützung bei der Gründung von Kooperationen
- Starterbag mit Info- und Bewegungsmaterialien
- Gezielte Aus- und Fortbildungsangebote
- Starkes Netzwerk
- Zentrale, bayernweite Kommunikation



Das BSJ/BLSV Zertifikat Elementar – Gesunde Kinder, motorisch mobil und psychisch stabil – startet im Jahr 2020 als neues Bildungsformat im Elementarbereich. Wir werden Sie über die BLSV-Medien und über QualiNet weiter informieren. Den Flyer finden Sie unter

<https://bit.ly/2QG0y03>