

Programm „Minifit“: 100 Kinder aus Troisdorf tobten sich auf Rollponys aus

Von Olaf Pohl | 18.12.18, 18:09 Uhr



Die sogenannten Pony-Cycles kamen sehr gut an. Sie glitten auf Inlinerrollen über den Hallenboden.
Foto: Pohl

Troisdorf - Wolfgang Müller, der Präsident des Kreissportbundes Rhein-Sieg, brauchte nicht viel zu tun, schon schallte ihm auf die Frage: „Seid ihr denn auch fit?“ ein lautes „Ja!“ aus rund 100 Kinderkehlen entgegen. Mit großem Einsatz hatten die Sportjugend Rhein-Sieg, der Verein kivi und rund 25 Übungsleiterinnen und Übungsleiter des Troisdorfer TV einen abwechslungsreichen Sport- und Spaß-Parcours aufgebaut.

Der Nachwuchs im Alter zwischen vier und sieben Jahren war ganz heiß darauf, die neun Bewegungsstationen auszuprobieren. Zwei Stunden lang wurde die Troisdorfer Rundsporthalle am Elsenplatz in eine Bewegungsstätte umfunktioniert, bei der die Kinder „motorisch, kognitiv, sozial und emotional angesprochen werden“, wie Mit-Organisator Christian Buschmann berichtete.

Vielseitiger Parcours

Erdacht hat das Programm „Minifit – ich , du , wir alle“ Petra Vajler-Schulze vor fünf Jahren. Sie ist gleichzeitig Projektreferentin bei kivi, Vorsitzende der Sportjugend Rhein-Sieg und Lehrbeauftragte des Kreissportbundes, insofern also für diese Aufgabe prädestiniert, zumal sie über weitere Projekte im permanenten Austausch mit Sportvereinen, Kindergärten und Schulen steht.

„Zum vierten Mal in Folge hatten wir jetzt 100 und mehr Kinder in der Halle. Alle Kinder im Rhein-Sieg-Kreis können grundsätzlich mitmachen.“ Vor Ort waren diesmal allerdings zumeist Kinder aus dem Troisdorfer Turnverein sowie aus zwei Troisdorfer Kindergärten.

Zwei Stunden lang hatten die Kinder auf dem Spielfeld und die Eltern, Onkel, Tanten, Omas, Opas und Geschwister auf der gut besetzten Tribüne ihren Spaß. Zum Einsatz kamen Pony-Cycles, Rollbretter, ein Tau, Gymnastikreifen, Wäscheklammern, Augenmasken, Klanghölzer und noch einiges. So war es eine Beanspruchung aller Sinne, von den körperlichen Fertigkeiten einmal abgesehen. Slalom-Lauf, Balancieren, Wäscheklammern sortieren, einem Geräusch folgen – die Herausforderungen waren sehr vielseitig. Die Kinder bewältigten sie spielerisch. Am Ende bekamen alle jungen Teilnehmerinnen und Teilnehmer eine Urkunde und ein T-Shirt zur Erinnerung.

„Ein tolles Kooperationsprojekt“, schwärmte Sozialpädagoge Karsten Heusinger, der für den Verein kivi dabei war. „Es waren auch Kinder aus Kindertagesstätten dabei, die Gesundheitsprojekte umsetzen. Dann geht es auch um Ernährung und Entspannung.“ Im nächsten Jahr ist die fünfte „Minifit“-Ausgabe geplant. „Wenn uns die Stadt einen Hallentermin gibt, sind wir wieder am Start“, verspricht Vajler-Schulze.

Selbstbewusstsein und Gemeinschaftssinn

Das Bewegungs- und Beobachtungsprogramm „Minifit“ ist gedacht für vier- bis siebenjährige Kinder. Es soll ihnen helfen, ihre motorischen, kognitiven, sozialen und emotionalen Entwicklungsmöglichkeiten zu erweitern. Durch vielfältige Bewegungserfahrungen werden Motorik, Kondition und Koordination trainiert.

Die Kinder sammeln Erfahrungen und Erkenntnisse und verbessern ihr Körpergefühl. So steigen Selbstvertrauen, Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl. „Dadurch wird die Entwicklung der Persönlichkeit der Kinder unterstützt und ihr späteres Bewegungsverhalten positiv beeinflusst. Die Erfahrung von Können oder auch Nicht-Können und die Steigerung der eigenen Fähigkeiten geben dem Kind ein Gefühl von Selbstbewusstsein und Selbständigkeit“, sagt Petra Vajler-Schulze, die das Programm vor fünf Jahren entwickelte.

Durch Interaktionsübungen lernen die Kinder, Rücksicht zu nehmen, verantwortlich und solidarisch zu handeln, miteinander zu kooperieren und gemeinsame Bewältigungsstrategien zu entwickeln. „Minifit“ findet mittlerweile in Schulen, Kindertagesstätten und Sportvereinen Anwendung, zum Beispiel im Februar in der katholischen Grundschule Sankt Augustin-Meindorf. (opo)