



## **Presseinformation**

### **Kinderturnen – altmodisch, trendig oder zeitlos?**

Ist Kinderturnen die Erweiterung des Kindergartens und nur ein Übergangsangebot bis zu einer „richtigen Sportart“?

Manchmal scheint es so, als machen die Kinder beim Kinderturnen halt mit, weil die Freunde und Nachbarn das auch machen. Aber jeder Kindergeburtstag ist wichtiger als der regelmäßige Besuch der Kinderturnstunde. Ursache und Folge liegen hier sicher nah beieinander. Terminzwang und Terminnot gibt es halt auch schon für Kinder. Eigentliche Ursache sind aber wohl zwei Faktoren:

Dass auch heute Kinder sehr viel Bewegungsangebote benötigen, um sich gesund entwickeln zu können, und ganz nebenbei auch das lernen, was der Arzt spätestens dem Mittfünfziger „verschreibt“: „Ausgleichssport und Work Life Balance“, das ist nicht im Bewusstsein aller Eltern und Verantwortlichen der Kindereinrichtungen verankert. Kopfgesteuertes Lernen wird als wichtigste Aufgabe im Kinder- und Jugendalter angesehen, und „nicht zu viel Anstrengung und Stress“. Dabei können Kinder ihre Anstrengung sehr gut selbst regulieren, sich Pausenzeiten nehmen, wenn sie diese brauchen, in ihrem individuellen Umfang. Wer viel mit Kindern arbeitet merkt dies schnell. Der Stress kommt eher von außen hinein, wenn die Leistungsanforderungen nicht individuell gegeben werden sondern im harten Vergleich mit anderen Kindern und unabhängig von der Tagesverfassung. Oder wenn die Kinder nicht ausreichend Zeit bekommen, sich selbst einschätzen zu lernen.

Sich selbst einschätzen lernen Kinder – wie auch alle anderen Altersgruppen – aber nur durch tun, regelmäßiges tun! „Kennen“ reicht nicht für „Können“, nicht umsonst sagt der Volksmund: „Übung macht den Meister“. Und da sind wir wieder bei der Grundaufgabe der kindlichen und jugendlichen Entwicklung: „Meister der eigenen Person und Persönlichkeit“ werden! Wer sonst? Wo soll Selbstständigkeit herkommen?

Viel tun, viel üben, wiederholen, besser werden. Fremd sind diese Prinzipien beim „Kopflernen“ auch nicht, egal ob beim Vokabeln lernen, Aufsätze schreiben, mathematische Aufgaben lösen und so weiter. Eine Stunde Mathematik oder Englisch pro Woche reicht? Zum „Kennenlernen“ ja, zum Können nein. Und beim „kinderturnen“ - was ja das „sich selbst beherrschen und steuern können“ bedeutet – auch nicht! Also brauchen Kinder auch mehrmals pro Woche die Möglichkeit, dies zu tun, mit sich und ihrem Körper zu arbeiten. Ist dies gegeben? Und wem dies nicht wichtig genug erscheint, der möge berücksichtigen, dass gemeinsame Bewegungsangebote und Aufgaben auch die soziale Entwicklung und Kompetenz schulen. Und dies in einer anderen Konstellation und mit anderen Möglichkeiten als



es Kindergärten und Schulen bieten (auch dann noch wenn kein Frontalunterricht stattfindet)

„Kinder stark machen“ ist der Slogan und das programmatische Ziel der Kinderturnbewegung, gemeinsam getragen vom Deutschen Turnerbund und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BZgA. Dass „die Turner“ hier führend dabei sind, ist keine Marketing-Aktion und kein Versuch der frühzeitigen Selektion einer Sportart, sondern der Tatsache geschuldet, dass „Turnen“ nun mal den breitesten Ansatz an Bewegungsangeboten bietet, mit seinen Grundfähigkeiten Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit, Geschicklichkeit und Ausdauer.

Dies sind die wichtigen Grundlagen für alle, bevor es dann nicht nur für „die Turner“ in die turnerischen Sportarten mit Einzel- und Mannschaftsangeboten, akrobatischen, tänzerischen oder spielerischen Schwerpunkten geht – inklusive der vielen „Turnspiele“, also auch Ballsportarten. So ist es fast schon müßig zu erwähnen, dass Grundbewegungen der Sportart Leichtathletik wie laufen, springen, werfen Teil des Turnens waren und heute noch sind „Turnerische Mehrkämpfe“.

Also stimmt der Slogan: „Turnen ist mehr“

Und die Hintergründe und der Nutzen sind es wert, viel und vielfältig zu turnen.

Der Deutsche Turnerbund veranstaltet jedes Jahr am zweiten Novemberwochenende den Tag des Kinderturnens und ruft alle Vereine dazu auf, sich mit Aktionen und Angeboten zu beteiligen. Dieses Jahr ist der Schwerpunkt das Thema

### Bewegungsräume

also genau das was wie oben beschrieben – neben der zeitlichen Komponente – wichtig ist: WO können sich Kinder und Jugendliche entsprechend bewegen? WIE kann die erforderliche Vielfalt geboten werden? Der „Bewegungsraum muss ja nicht ein quaderförmiger Innenraum sein, muss keine „Schulsporthalle nach DIN-Norm“ sein. Es gibt viele Möglichkeiten und es braucht viele Ideen, das zu bieten was erforderlich ist. Ein Thema für Praxis und Theorie am Tag des Kinderturnens!

Weitere Informationen unter [www.dtb-online.de](http://www.dtb-online.de) und dort unter „Kinderturnen“.

Und für die Aktion des Ammersee-Sportvereins in Dießen unter [www.ammersee-sportverein.de](http://www.ammersee-sportverein.de)