



Im BRK-Haus „St. Leonhard“ freuen sich die Kinder jeden Dienstag über die abwechslungsreichen Turnstunden mit Birgit Vogl vom ASV Arrach (l.) und Nicole Meindl.

FOTO: KRP

„BAERchen“ fördert die Beweglichkeit

AKTION Prävention und Gesundheitsaufklärung: Das BRK-Haus der Kinder St. Leonhard und der ASV Arrach schließen sich dem Projekt an.

ARRACH. Bereits vor mehr als zehn Jahren hat die Bayerische Sportjugend (BSJ) im Bayerischen Landessportverband (BLSV) das Projekt „BAERchen“ ins Leben gerufen, bei dem es um eine Zusammenarbeit zwischen Kindergärten und Sportvereinen geht. Als wichtiger Kooperationspartner für Gesundheitsaufklärung und Prävention konnten die Betriebskrankenkassen Landesverband Bayern (BKK) gewonnen werden. BAERchen steht für Bewegung, Aufklärung, Ernährung und Ressourcen bündeln. Damit wollen engagierte Sportvereine durch spielerische Bewegungsangebote und Ernährungsprogramme mehr Bewegung und gesunde Ernährung in Bayerns Kindergärten bringen. Eine qualifizierte Umsetzung und kompetente Beratung werden in dem Projekt durch die Vereine garantiert. Neben Gesundheitsinformationen winkt den Teilnehmern ein Gutchein im Wert von jeweils 250 Euro.

Der Elementarbereich (Drei- bis Sechsjährige) und dessen Förderung liegt dem BRK-Haus der Kinder St. Le-

onhard und dem ASV Arrach sehr am Herzen, und deshalb haben sich die zwei Institutionen dem Projekt angeschlossen. „Toben macht schlau“ ist eine alt bekannte und vielzitierte Weisheit und dennoch wird bereits bei den Kleinen die Bewegung mehr und mehr aus dem Alltag verdrängt. Dabei ist Bewegung für Kinder unverzichtbar, damit sie sich gesund und leistungsfähig entwickeln können. Viel Bewegung ist gesund für die kognitive und soziale Entwicklung der Kinder. Ein regelmäßiges Programm kann zudem Impulse für eine gesunde Lebensführung geben und dient auch der „Miterziehung“ der Eltern. Seit Anfang des Jahres besucht die zertifizierte Übungsleiterin des ASV, Birgit Vogl, die Arracher Kita, um

einmal wöchentlich ein gruppenoffenes Turnen für die Kinder anzubieten (jeweils drei Einheiten pro Vormittag) und noch mehr Bewegung in den Kita-Alltag zu bringen. Dabei kommen pro Einheit jeweils rund 14 Mädchen und Buben aus den beiden Kindergartengruppen und auch die Größeren der Kinderkrippe im Turnraum zusammen, um mit Begeisterung mitzumachen. Als Vertreterin des pädagogischen Personals unterstützt Kinderpflegerin Nicole Meindl die Turnstunden. Froh über diese Kooperation ist auch das Kindergartenpersonal um Leiterin Antonia Wiesmüller. Die Kinder freuen sich schon auf das regelmäßige Kommen von Birgit Vogl. Das Bewegungsangebot erstreckt sich über insgesamt 40 Einheiten, die jeweils 45 Minuten dauern. Ziel ist es, den Kindern Spaß und Freude am Sport zu vermitteln und nicht nur, dass Bewegung gesund ist. Für den ASV Arrach ergibt sich mit dem BAERchen auch die Möglichkeit, schon die Kindergartenkinder auf die Angebote des Vereins aufmerksam zu machen.

Daher gehört ein Inline-Schnupperkurs (eigens für die Kindergartenkinder) zum Projekt-Angebot. Der finanzielle Bonus wird im BRK-HdK für die Anschaffung von weiterem Turnmaterial (Holzreifen, Bewegungsbausteine und Seile) verwendet. Auch der ASV nutzt das Geld für die Beschaffung von Trainingsmaterialien. (krp)

SPORT UND GENUSS

Bewegung: Vermittlung von Spaß und Freude an kindgemäßem Sporttreiben

Aufklärung: Eltern und Erziehungsberechtigte werden über die Notwendigkeit und Form gesunder Lebensführung bei Kindern informiert.

Ernährung: Vermittlung über Kenntnisse einer genussreichen, gesunden Kost, die schmeckt.