

Kleinkindsport

1. Kleinkindsport – eine Zielgruppendefinition

Sport ist gesund – diese Aussage trifft nicht nur auf die Erwachsenen zu, sondern auch auf Kinder. Denn in einer Zeit, in der es an elektronischer Unterhaltung nicht mangelt, fehlt es vielen Kids elementar an Bewegung beziehungsweise an der Freude daran. Dabei ist genau diese von unglaublicher Bedeutung für eine gesunde Entwicklung und zwar sowohl körperlich als auch geistig. Dies setzt jedoch voraus, dass das Bewegungsangebot nicht unkoordiniert vonstattengeht, sondern gezielt für die junge Zielgruppe konzipiert wurde. Genau aus diesem Grund wurde der so genannte Kleinkindsport ins Leben gerufen.



Beim Kleinkindsport handelt es sich sozusagen um Abwandlungen auch bei Erwachsenen beliebter Sportarten, deren Durchführung entsprechend der Bedürfnisse von Kindern umkonzipiert wurde. Da dies nicht bei allen Sportarten gleichermaßen möglich ist, findet sich Kleinkindsport vorzugsweise als

- Kinderturnen,
- Fußball-Minis,
- Kinderreiten,
- Minigarde, Tanzgruppen oder Miniballett sowie

- Kleinkindschwimmen

Als Zielgruppe können entsprechend alle Kinder angesehen werden, die eine Vorliebe für die jeweilige Sportart zeigen. Da solche Sportgruppen üblicherweise in Abwesenheit der Eltern stattfinden, kann man als Mindestalter etwa 3 Jahre ansehen, wobei die einzelnen Anbieter frei in der eigenen Altersdefinition sind. In Einzelfällen finden die Gruppen auch in Begleitung der Eltern, beispielsweise beim beliebten Mutter-Kind-Turnen, statt. Dann ist eine Teilnahme zumeist ab 1 Jahr möglich. Im Ende sind die jeweiligen Sportangebote relativ offen, da sie konzeptionell einen Wechsel in eine alterskonforme Gruppe beim Erreichen eines definierten sportlichen und menschlichen Entwicklungsstands vorsehen.

2. Zielsetzung des Kleinkindsports

Generell sollte es ein allgemeines Ziel der heutigen Erziehung sein, den Kindern Freude an sportlicher Betätigung zu vermitteln. Denn an elektronischer Unterhaltung fehlt es den Kids von heute eher nicht. Stattdessen werden Fernseher, Handy, Nintendo und Co. spätestens in der Pubertät zum imaginären besten Freund. Je früher man die Kinder erfahren lässt, dass Sport nicht nur Spaß macht sondern auch Freundschaften entstehen lässt, desto besser. Dabei ist es vollkommen irrelevant, für welche Sportart man sich im Rahmen des Kleinkindsports entscheidet, denn die Zielsetzungen werden zumeist allgemein gehalten:

- Heranführen an die jeweilige Sportart
- Vermittlung von Spaß und Freude an der Bewegung
- Förderung der körperlichen, geistigen und sozialen Fähigkeiten
- Stärkung des Selbstvertrauens,
- Entwicklung von Teamgeist
- Steigerung des psychischen und physischen Wohlbefindens
- Verbeugung von Haltungsschäden und Übergewicht
- Allgemeine körperliche Sensibilisierung
- Stärkung des gesamten Bewegungsapparats

So betrachtet verfolgt der Kleinkindsport gleich mehrere Ziele. Zentral geht es darum, die Kinder allgemein an sportliche Betätigung heranzuführen, wobei natürlich das jeweils präsentierte Sportangebot in den Fokus gerückt wird. Im Sinne der Nachwuchsgewinnung sollte daran auch nichts auszusetzen sein. Andererseits lässt sich aber auch nicht leugnen, dass speziell für die kindliche Zielgruppe konzipierter Sport einen absolut positiven Einfluss auf den gesundheitlichen Zustand und die Entwicklung in körperlichen, geistigen und sozialen Bereichen hat.

3. Zeitpunkt, Dauer und Häufigkeit der Kursteilnahme

--	--

Wiederholungsintervall	Kleinkindsport wird als vereinspezifisches Angebot zumeist fortlaufend realisiert. Eine Wiederholung ist damit kein Thema.
Buchung	Eine vorherige Anmeldung, wie man sie von anderen elternschulischen Kursen kennt, ist für Kleinkindsport nicht notwendig. Stattdessen kann einfach ein Trainingstag besucht werden.
Beginn	Die meisten Angebote des Kleinkindsports richten sich an Kinder ab 3 Jahren, da diese entwicklungspezifisch in der Lage sind, dem Kursgeschehen zu folgen. Ein Eintritt ist normalerweise jederzeit möglich.
Ende	Im Rahmen des Kleinkindsports gilt die Regel, dass teilgenommen werden kann, so lange das Kind Spaß daran hat. Für ältere Kinder werden zumeist fortgeschrittene Angebote präsentiert, in die je nach Alter oder Entwicklungsstand gewechselt wird.
Dauer	Kleinkindsport wird fortlaufend angeboten, weshalb eine Teilnahme über Jahre, bis zum Wechsel in die alter- und entwicklungspezifisch höhere Gruppe, erfolgt.
Zeitaspekt	Im Rahmen des Kleinkindsports finden üblicherweise wöchentliche Trainingsintervalle zu je 1 bis 2 Stunden statt. Ein häufigeres Training ist nicht zu empfehlen.

Kleinkindsport findet in der Regel im Rahmen von Vereinen statt. Außerdem handelt es sich zumeist um offene und fortlaufende Gruppen, so dass eine vorherige Anmeldung nicht erforderlich ist. Stattdessen können Eltern mit ihren Kindern einfach zur nächsten Gruppenstunde erscheinen. Üblicherweise darf sogar mehrmals zur Probe teilgenommen werden, ehe eine feste und damit auch kostenpflichtige Anmeldung notwendig wird. Da der Kleinkindsport im Normalfall ohne Eltern besucht wird, ist als Mindestalter häufig der vollendete dritte Geburtstag definiert, da Kinder dieses Alters hinsichtlich ihrer Entwicklung in der Lage sind, über einen begrenztem Zeitraum dem Kursgeschehen zu folgen und auch Anweisungen zielgerichtet umzusetzen. Den Endpunkt des Kleinkindsports setzt in den meisten Fällen das schwindende Interesse des Kindes. Jenseits dessen kann über Jahre hinweg ein Sportverein besucht werden, wobei der Kleinkindsport irgendwann in ein alterskonformes Anschlussangebot mündet.

Der zeitliche Faktor kann mit einem Trainingstag pro Woche begriffen werden, wobei die Trainingszeit zwischen ein und zwei Stunden variiert. Häufigere oder längere Trainingseinheiten haben sich bei dieser jungen Zielgruppe bislang nicht etablieren können.

4. Aufbau und Inhalt nach Sportarten

Kleinkindsport kann in verschiedenen Sportarten realisiert werden und ist in der Regel in ein Vereinsleben eingebettet. Dies macht es schwer, grundsätzliche Charakteristiken des Kursgeschehens zu definieren. Da jedoch die junge Zielgruppe im Zentrum steht, zeichnet sich ein konzeptionell guter Kurs dadurch aus, dass er einem bestimmten Schema folgt:

a) Beginn

Kindbezogene Sportkurse sollten einen gemeinsamen Beginn aufweisen, der sozusagen den Startpunkt setzt. Dadurch lernen die teilnehmenden Kinder sich auf den Punkt zu konzentrieren. Im frühkindlichen Sportbereich wird dieser Start zumeist durch ein Aufwärmspiel, begleitet mit musikalischer Untermalung, gekennzeichnet.

b) Sportliche Übung

Auch wenn ein gezieltes Sportprogramm für Kinder ab 3 Jahren weder sinnvoll noch realisierbar ist, so haben die sportlichen Kernelemente der jeweiligen Sportart durchaus Platz im Kleinkindsport, wenngleich natürlich in ihrer kindlich aufbereiteten Form.

c) Abschluss

Ebenso wie der gemeinsame Beginn muss Kleinkindsport einen Schlusspunkt setzen, der den Kindern das eindeutige Wissen „die Übungsstunde ist vorbei“ vermittelt. Hier hat sich ein gemeinsames Abschlussspiel etablieren können.

Ungeachtet der Sportarten kann man im Kleinkindsport diesen allgemeinen Aufbau erkennen. Daneben gibt es natürlich Besonderheiten in Aufbau und Inhalt, die sich aus dem jeweiligen Sport ergeben:

4.1 Kinderturnen

- Aufwärmen mit Lauf- und Dehnübungen
- unterschiedliche Übungen im gymnastischen Bereich sowie an den Geräten
- Abschlussspiele mit teils gymnastischen Elementen

4.2 Kleinkindschwimmen

- freies Bewegen im Wasser
- gezielte Übungen im Schwimmbereich, teils unter Zuhilfenahme von Schwimmnudeln, Schwimmbrettern usw.
- abschließende Singspiele

4.3 Fußballminis

- Aufwärmen mit Lauf- und Bewegungsspielen
- einfache Übungen mit und ohne Ball zum Trainieren von Koordination, Beweglichkeit und Ballgeschick
- abschließendes Fußballspiel, zumeist mit weit gehaltenen Regeln

4.4 Minigarde/Tanzen/Ballett

- Aufwärmen mit gymnastischen Übungen, Laufen, Dehnen und Bewegungsspielen
- Einüben von Tanz- oder Ballettschritten und kleinen Choreografien
- abschließendes Spiel mit musikalischer Untermalung

4.5 Kinderreiten

- Fertigmachen des Pferdes, satteln
- Ausreiten mit Begleitung, Spiele auf und mit dem Pferd
- Pferd nachbereiten, absatteln, säubern, füttern

Die meisten der hier genannten Sportarten zielen im Training auf die Teilnahme an Wettkämpfen und Veranstaltungen ab. Dabei bilden auch die Kleinsten keine Ausnahme. So werden im Fußball Miniturniere ausgetragen und die Minigarde bei Faschingsveranstaltungen präsentiert. Die Kinder profitieren davon, indem sie die Scheu vor dem eigenen Auftritt bei Massenveranstaltungen verlieren. Nichtsdestotrotz sollten die Eltern darauf achten, dass nur bei solchen Events teilgenommen wird, wo die Kleinen außer Wertung bleiben.

5. Vorteile des frühkindlichen Sports

- sportliche Betätigung macht Kindern grundsätzlich Spaß
- es bestehen Auswahlmöglichkeiten nach kindlichen Interessen
- Bewegung, Motorik und Koordination werden gefördert
- Kontakte zu Gleichaltrigen werden geknüpft

- Kinder werden vor neue Herausforderungen gestellt
- es gibt ein relativ großes Sportangebot für Kinder
- erhobene Mitgliedsbeiträge in den Sportvereinen sind meist nicht sehr hoch beziehungsweise im Rahmen des Bildungspakets Cofinanzierbar
- vor dem Eintritt in den Verein ist häufig eine kostenlose Probeteilnahme möglich

6. Nachteile des frühkindlichen Sports

- sportliche Entscheidungsfindung bei Kinder ist häufig schwierig, da diese Sportarten nach Freundschaften auswählen
- Mitgliedsbeiträge von Vereinen werden oftmals für ein ganzes Jahr erhoben – bei Nichtgefallen oder verlorenem Interesse erfolgt keine Rückerstattung
- punktuelle, vereinsexterne Sportarten wie beispielsweise Sportstudios, Ballettschulen oder Reitschulen sind oftmals sehr teuer
- manche Angebote werden von Ehrenamtlichen und nicht von Fachkräften unterrichtet

7. Kosten der Sportteilnahme von Kindern

Welche Kosten für die Teilnahme am Kleinkindsport anfallen, hängt vorrangig davon ab, für welche Sportarten sich die Kleinen entscheiden. Fußball, Schwimmen, Tanzen, Minigarde und Kinderturnen beispielsweise werden vorzugsweise in Vereinen platziert, so dass eine dortige Mitgliedschaft obligatorisch ist. Der erhobene Mitgliedsbeitrag wird in den jeweiligen Vereinssatzungen festgeschrieben. Zumeist handelt es sich um Jahresbeiträge, die zwischen 10 Euro und 50 Euro variieren. Dann stehen dem Kind jedoch alle Sportangebote des betreffenden Vereins frei. Für Familien gelten in der Regel besondere Tarife mit einigen Sparmöglichkeiten.

Ballett und Reiten hingegen sind Sportarten, die zumeist nicht institutionalisiert sind und somit einer Vereinsmitgliedschaft entbehren. Stattdessen werden Monats- oder Stundengebühren berechnet. Ballett schlägt dabei mit rund 20 Euro pro Stunde zu Buche, während Reitunterricht pro Unterrichtseinheit etwa 10 Euro kostet. Zu allen Preisen müssen natürlich Anschaffungskosten für notwendige Sportausrüstungen hinzugerechnet werden.

Eine Möglichkeit der Übernahme anfallender Vereins- und Ausstattungskosten besteht im Rahmen des so genannten Bildungspakets. Dieses wird Familien im Bezug von Arbeitslosengeld 2, Sozialgeld, Sozialhilfe, Wohngeld, Kinderzuschlag oder Leistungen nach dem Asylbewerbergesetz zur Teilhabe am kulturellen und gesellschaftlichen Leben bewilligt. Mitgliedsbeiträge für Vereinssport sind in diesem Bildungspaket vorgesehen. Alle anderen Familien müssen die entsprechenden Kosten selbst tragen.

8. Anbieter von Kleinkindsport

Wo man ein frühkindliches Sportangebot erschließen kann, hängt natürlich davon ab auf welche Sportart die Entscheidung gefallen ist. Im Allgemeinen wird man jedoch fündig bei

- Vereinen (Turn- und Kneippvereine, Fußballverein, Karnevalsverein, Schwimmverein, Reitverein),
- Tanzschulen,
- Schwimmbädern,
- sportlichen Studios und
- Reithallen

9. Alternative Kursangebote

Im Rahmen des Sports für Kinder gibt es interessensspezifische Auswahloptionen, die an sich bereits gewisse Alternativen eröffnen. Ist ein Kind hingegen weniger an Sport als vielmehr an der Kreativität interessiert, so lassen sich als Alternativen

- die Musikschule mit musikalischer Früherziehung und
- die Malschule für kreatives Gestalten

erschließen.

Videos zum Kleinkindsport

-

Mutter-Kind-Workout mit Karin und Hannah

-

Kinderfitness mit Greccorobic

-

[Weitere interessante Informationen zu Kindern](#)

- [Kinderuntersuchungen](#)
- [Kleinkindsport](#)
- [Spielkreis](#)
- [Tagesmutter werden](#)
- [Urlaub mit Kindern](#)