

# Kinderturnen im Turnverein Geislautern

## „Wo Purzel nicht nur das Purzeln lernen“

*Gemeinsam turnen macht jede Menge Spaß und bringt Bewegung bis in die Haarspitzen.*

Das Kinderturnen im **Turnverein Geislautern** lässt die Kleinen den Spaß an der Bewegung entdecken. Gemeinsam trainieren sie Kraft, Koordination und Geschicklichkeit ihres Körpers. Rückwärts gehen, auf einem Bein hüpfen, einen Ball fangen: Das können immer weniger der Vier- und Fünfjährigen, wie Kinderärzte bei den Vorsorgeuntersuchungen feststellen müssen. Der Grund: Schon Kleinkinder bewegen sich heute viel zu wenig. Fachleute verweisen auf die Folgen: 60 Prozent der Schulanfänger haben Haltungsschäden, 40 Prozent ein schwaches Herz-Kreislauf-System, 40 Prozent weisen Muskel- sowie Koordinationsschwächen auf und fast ein Drittel der Erstklässler ist übergewichtig. Vor allem in städtischen Ballungsgebieten mit starkem Straßenverkehr haben Kinder immer weniger Möglichkeiten, sich auszutoben und im Freien zu spielen. Dieses wichtige Training für Kraft, Koordination und Geschicklichkeit fehlt ihnen.

### Das Wichtigste: Lust und Freude am Sport erfahren

Mit der Anmeldung beim Kinderturnen wollen viele Eltern ihren Kindern gezielt einen Ausgleich verschaffen. Doch auch weitere Gründe spielen eine Rolle: "Mein Kind ist aktiv", "Mein Kind ist langsam", "Mein Kind neigt zu Übergewicht", "Mein Kind spielt gern mit Gleichaltrigen" hört Renita Engel, Übungsleiterin und Abteilungsleiterin im **Turnverein Geislautern** von den Eltern. Alle haben den Wunsch, dass die Sprösslinge sich regelmäßig und unter fachlicher Anleitung austoben. Für Renita Engel ist es dabei besonders wichtig, dass die Kinder mit Lust und Freude an den Sport herangeführt werden. Denn nur so gelingt es, die Grundlagen für lebenslangen Spaß an der Bewegung zu schaffen.

Schon die Kleinen machen beim Mutter-Kind-Turnen ab dem ersten Lebensjahr erste Erfahrungen an verschiedenen Sportgeräten: (**Dienstags v. 16.00 h -17.00 h**).

Mit vier Jahren dann das Kleinkinderturnen (**Dienstags von 15.00 h – 16.00 h**) und ab sechs Jahren das eigentliche Kinderturnen (**Montags von 17.00 h – 19.00 h**) an.

### „Fantasievolle Bewegungslandschaften erobern“

Bewegungsgeschichten und fantasievolle Bewegungslandschaften fordern zum Beispiel Kindergartenkinder heraus. Beim Erleben, Entdecken und Bewältigen haben sie nicht nur viel Spaß, sondern entwickeln auch ihre grob- und feinmotorischen Fähigkeiten. Wie keine andere Sportart fördert das Turnen vielseitig und umfassend alle wichtigen motorischen Grundfertigkeiten wie Laufen, Springen, Werfen, Schwingen, Hangeln, Rollen und Drehen um alle Körperachsen. Die Kinder entdecken und erfahren die vielfältigen Fähigkeiten ihres Körpers und gewinnen ein besseres Körperbewusstsein.

Doch das Turnen treibt auch die Persönlichkeitsentwicklung voran: Beim gemeinsamen Spielen und Bewegen lernen die Kinder die Regeln im Miteinander und im Gegeneinander zu beachten. Mal müssen sie nachgeben, mal sich behaupten oder auch mal einander helfen. Aber sie sind auch gefordert, Ängste zu überwinden und Mut zu zeigen. In der Gruppe können sie sich geborgen fühlen, lernen aber auch ihre Grenzen kennen, erleben Leistung und müssen den Vergleich mit anderen aushalten. Sie gewinnen ein positives Selbstbild, sind dadurch selbstbewusster und weniger ängstlich.

Der Weg zum Kinderturnen ist nicht weit! **Der Turnverein Geislautern** bietet regelmäßige kindgerechte Turnstunden, unter fachlich ausgebildeten Übungsleiter/innen an.

**Unsere Aktivitäten** im letzten Jahr waren

die Bunte Faschingsturnstunde mit Spaß, lustigen Spielen und vielen Überraschungen!

Das Schlossparkfest mit einem attraktiven und aktiven Kindernachmittag

Die Nikolauswanderung/Weihnachtsfeier mit reger Beteiligung.

*Renita Engel*

Abteilungsleiterin/Übungsleiterin Kinderturnen