

Grundschulen machen Sport

Unser Sportangebot für Mülheimer Grundschulkinder





Unter der Schirmherrschaft von:

Wilfried Cleven

Vorsitzender
des Mülheimer
Sportbundes

Marc Buchholz

Beigeordneter
der Stadt Mülheim
an der Ruhr

Mülheim macht Sport – von der Kita bis ins hohe Alter

Regelmäßiger Sport und Bewegung fördert die Gesundheit und ganzheitliche Entwicklung von Kindern.



Bewegung tut gut

Kinder brauchen Bewegung, damit sie sich gesund entwickeln und wohlfühlen können. Sie bewegen sich ohne besonderes Ziel, sondern einfach, weil sie Freude und Spaß dabei empfinden.

Unterstützen Sie Ihre Kinder, den eigenen Bewegungsdrang auszutesten sowie Freude und Spaß in der Freizeit zu erleben.

Unser Ziel

Mehr Kinder in Bewegung bringen durch:

- einen besseren Wissensstand zum Thema Bewegung und Gesundheit bei allen Beteiligten
- die Unterstützung und Weiterentwicklung der bestehenden Bewegungsangebote in Schulen und Sportvereinen
- die Reduzierung der Anzahl der Nichtschwimmenden



Kinder und Eltern

Sport- und Spielfeste der Mülheimer Sportjugend

Die Sportjugend im Mülheimer Sportbund richtet mit verschiedenen Mülheimer Sportvereinen in regelmäßigen Abständen Spiel- und Sportfeste für Kinder aus. Die Veranstaltungen für den drei- bis zwölfjährigen Nachwuchs finden in der Regel am Wochenende in einer Turnhalle statt. Die Kinder dürfen sich immer auf einen abwechslungsreichen Nachmittag freuen: Traditionell werden die Sportvereine mit ihren zahlreichen Ehrenamtlichen Klettergärten und „Gletscherspalten“ errichten, Trampoline aufbauen, dem sporttreibenden Nachwuchs beim Balancieren helfen und ihm vielfältige Erfahrungen im Umgang mit verschiedenen Sportgeräten ermöglichen. Mit den Sport- und Spielfesten möchte die Sportjugend mit den Sportvereinen die Kinder spielerisch an den Sport heranführen.



Sportgutscheine

Ein Jahr kostenlose Mitgliedschaft im Verein: Kinder ab drei Jahren bis zum Ende der Grundschulzeit haben die Möglichkeit, einen Gutschein für eine kostenlose Mitgliedschaft in einem Sportverein zu bekommen. Einzige Voraussetzung ist, dass das Kind bisher noch nicht in einem Mülheimer Sportverein angemeldet ist. Auf der Internetseite des Mülheimer Sportbundes sind teilnehmende Vereine und deren Angebote zu finden. Den Gutschein sowie eine Broschüre zu diesem Thema gibt es ebenfalls beim Mülheimer Sportbund im Haus des Sports.

<http://www.muelheimer-sportbund.de/angebote/sportgutscheine/>



Bildungs- und Teilhabegutschein (BuT)

Das Bildungspaket soll Kindern und Jugendlichen in der Kindertageseinrichtung, in der Schule und in der Freizeit eine Teilnahme an vielen Angeboten ermöglichen. Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren erhalten 15 Euro monatlich für Vereins-, Kultur- oder Ferienangebote, um z. B. beim Musikunterricht, beim Sport oder bei sonstigen Freizeitangeboten mitmachen zu können. Die Gutscheine müssen rechtzeitig bei der Sozialagentur beantragt werden.*

<https://www.muelheim-ruhr.de/cms/bildungspaket.html>



*Quelle: MAIS (2013), Arbeitshilfe: Bildungs- und Teilhabepaket (5. Auflage), S. 58 ff.

Sportangebote und Freizeitsportorte finden

Vereinsangebote: Alle Sportangebote für Kinder in Mülheim an der Ruhr sind sortiert nach Angeboten und Altersklassen hier zu finden:

<https://geo.muelheim-ruhr.de/vereine/angebote/sport>

Freizeitsportorte: Alle frei zugänglichen Sportorte wie Bolzplätze, Skateanlagen, Basketballkörbe, Parkourmöglichkeiten und vieles mehr mit Foto, Adresse und Zustandsbeschreibung sind hier aufgelistet:

<https://geo.muelheim-ruhr.de/sportorte>

Schule

Check - Sportmotorische Testung

Seit 2015 führen der Mülheimer Sportbund und der Mülheimer SportService an den Mülheimer Grundschulen einen sportmotorischen Test durch. Die Testungen finden jährlich in den 2. Schulklassen statt. Im 4. Schuljahr findet ein Re-Check statt, der die motorische Entwicklung aufzeigen soll. Seit dem Start im Jahr 2015 haben über 7.000 Grundschulkindern an der Testung teilgenommen. Die Förderung der motorischen Fähigkeiten ist für Kinder sehr wichtig, um körperlich und geistig fit zu bleiben.



Die sportmotorischen Tests Check (Klasse 2) und Re-Check (Klasse 4) bilden die Grundlage für Beratungen, Sportartempfehlungen und Fördermaßnahmen. Die Datenerhebung und Testauswertung erfolgen nach den aktuellen Datenschutzbestimmungen. Es findet kein Vergleich der Kinder oder Schulen statt. Der Check wird von einem Testteam des Mülheimer Sportbundes im Sportunterricht durchgeführt. Der Test überprüft mittels acht altersgerechter Übungen die fünf sportmotorischen Grundfähigkeiten Schnelligkeit, Koordination, Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit.

Die Schulen erhalten eine Auswertung für jede Klasse. Mit den objektiven Ergebnissen können die Schüler und Schülerinnen individuell gefördert werden. Die Förderung zielt auf drei Schwerpunkte ab: Allgemeine Bewegungsförderung, Sportförderung und Talentförderung. Projekte des Mülheimer Sportbundes und des Mülheimer SportServices können gezielt an den Schulen eingesetzt werden.

Die einzelnen Bausteine der kompensatorischen Maßnahmen, die sich der Testung anschließen, erfahren an den Grundschulen großen Anklang.

Alle Kinder mit entsprechendem Einverständnis der Erziehungsberechtigten erhalten Auswertungen, Empfehlungen und Fördermaßnahmen. Die Auswertung gibt eine zuverlässige Einschätzung über die sportmotorischen Fähigkeiten der Kinder. Die Ergebnisse sind nicht mit der Schulsportnote vergleichbar und beeinflussen diese nicht.



Local Hero macht Schule

Wir haben tolle Sportlerinnen und Sportler in Mülheim. Einige haben das Talent und den Willen, nach ganz oben zu kommen. Sie trainieren hart und geben alles, um ihr Ziel zu erreichen. Das sind unsere Local Heroes. Jedes Jahr wird den Mülheimer Grundschulkindern ein Local Hero vorgestellt, der den Sportunterricht zu einem ganz besonderen Erlebnis macht.

Sportförderunterricht

Kinder mit besonders großem Bedarf erhalten in Kleingruppen eine individuelle Förderung. Durch eine geschulte Motopädin verbessern die Kinder ihre motorischen Fähigkeiten. Die ganzheitliche Förderung der Kinder hat das Ziel, einen Beitrag zur Unterstützung, Stabilisierung und Harmonisierung ihrer Persönlichkeit zu leisten.

Diese Inhalte werden spielerisch vermittelt und machen Spaß, denn Sport soll die Kinder lebenslang begleiten.

Pausenhof-Challenge

Diese ermöglicht, die motorischen Fähigkeiten der Grundschulkindern spielerisch herauszufordern. Dazu wird vor der Pause ein kleiner Hindernislauf zu den Grundfähigkeiten auf dem Schulhof aufgebaut. Dieser lädt dann in der Pause alle Schüler und Schülerinnen zum Mitmachen ein. Man kann sogar gegen andere Schulen antreten.

„Big Day For Big Kids“

Für Kinder und Jugendliche sind Bewegung und der Austausch mit Gleichaltrigen besonders wichtig. Beim Sport im Verein lassen sich diese beiden Dinge optimal verbinden. Die Sportart Football bietet für alle Spielerinnen und Spieler die Möglichkeit, eine geeignete Position im Team zu finden unabhängig von der körperlichen Statur.

In Mülheim gibt es einen American Football Verein, den 1. AFC Mülheim Shamrocks. Dieser wächst seit einigen Jahren stetig und unterhält mittlerweile, neben einer Damen- und Herrenmannschaft, drei Jugendmannschaften. Ab acht Jahren können Jungen und Mädchen bei den Shamrocks Football spielen lernen.



Sport- und Spielgeräte-Verleih

Es gibt einen großen Sport- und Spielgeräteverleih im Haus des Sports. Kitas, Schulen oder Vereine können aus einer Vielzahl an Spiel-, Sport- und Fitnessgeräten auswählen und diese kostenlos ausleihen.

sportgeraete.verleih@muehlheim-ruhr.de

OGS-Sport

Seit vielen Jahren kümmert sich der Mülheimer Sportbund erfolgreich um den Sport im Ganzttag. Er ist Schnittstelle zwischen Trägern, Schulen und Sportvereinen bei der sportlichen Betreuung von Kindern im offenen Ganzttag. Er begleitet und unterstützt die Vereine in der Mitarbeit und informiert über Rahmenbedingungen im Sport der „Offenen Ganzttagsschule“.

Die wöchentlichen Bewegungsstunden werden an vielen Grundschulen angeboten. Im Vordergrund steht allgemeine Bewegung, Sport und Spiel, aber auch spezielle Sportarten wie z. B. Fußball, Badminton oder Hockey werden angeboten.

Laufschule

Die Ausdauer ist aus sportmedizinischer Sicht noch vor der Kraft die wichtigste motorische Fähigkeit. Denn eine gut entwickelte Ausdauer stellt ein Leben lang nicht nur einen gewissen Schutz vor Herz-Kreislauf-Krankheiten dar, sie ist auch Voraussetzung für Erfolg in vielen Sportarten. Und wer ausdauernd ist, kommt auch im Alltag besser und länger gut zurecht. Der Laufsport bietet sich ideal zur Verbesserung der Ausdauer an, denn Laufen ist einfach zu lernen und es wird nicht viel Equipment benötigt. In Zusammenarbeit mit der Laufschule Bunert haben die Mülheimer Grundschul Kinder die Möglichkeit, ihre Ausdauer zu verbessern.

Stadtmeisterschaften der Grundschulen

Die Mülheimer Grundschul Kinder können jedes Jahr an verschiedenen Wettkämpfen teilnehmen. Neben den klassischen Stadtmeisterschaften im Fußball, Schwimmen und in der Leichtathletik richtet der Arbeitskreis Grundschulsport zum Beispiel auch den „lustigen Schwimmwettbewerb“, ein Brennballturnier oder ein Tanzfest – ganz ohne Wettbewerbscharakter – aus.





Sport vor Ort

Sport vor Ort ist ein Sportangebot, das zusätzlich zum Schulsport stattfindet. Das Angebot wird einmal pro Woche (außerhalb der Schulferien) in gewohntem Umfeld, nämlich der schuleigenen Sporthalle oder in einem Mehrzweckraum der Schule von einer qualifizierten Übungsleiterin oder einem qualifizierten Übungsleiter aus Mülheimer Vereinen angeleitet. Das Angebot wird außerhalb der Unterrichts- und Betreuungszeiten angeboten, also unter der Woche nach 16 Uhr oder am Wochenende. Die Kinder können zwischen verschiedenen Angeboten (z.B. Tanzen, Fußball oder Judo) wählen.

Durch bestehende Kontakte (z.B. zur Übungsleitung) wird für die Kinder das Eintreten in Sportvereine erleichtert und mitwirkende Vereine können neue Mitglieder gewinnen.

Einmal im Jahr wird ein „Sport vor Ort“-Cup durchgeführt, beim dem ein Fußball-Cup und ein „Team gewinnt!“-Cup angeboten wird. Alle Kinder, die an den „Sport vor Ort“-Angeboten teilnehmen, können sich mit ihrer Gruppe für den „Sport vor Ort“-Cup anmelden. Der „Team gewinnt!“-Cup ist offen für alle „Sport vor Ort“-Teilnehmenden, egal welcher Sportart. Er steht im Zeichen der Kooperation und Teamfähigkeit und stellt damit die sozialen Kompetenzen in den Vordergrund. Am Fußball-Cup nehmen die Kinder teil, die auch im Rahmen des Programms Fußball spielen.

Flotte Flosse

Mit ihrem Gemeinschaftsprojekt „Flotte Flosse“ unterstützen Mülheimer Wohnungsbau eG (MWB) und Mülheimer SportService seit 2014 den Schwimmunterricht an allen 22 Mülheimer Grundschulen. Im Schwimmunterricht wird den Sportlehrkräften eine erfahrene Übungsleitung der Schwimmsportvereine zur Seite gestellt, die sie bei der Ausbildung der Nichtschwimmenden gezielt unterstützen.

Zum Schuljahr 2019/2020 wurde das „Flotte Flosse-Schwimmabzeichen“ eingeführt. Hier müssen die Kinder ins tiefe Wasser springen und anschließend 100 Meter schwimmen – ohne Unterbrechung in einer beliebigen Schwimmarart. Dieses Abzeichen soll als Zwischenschritt zum Jugendschwimmabzeichen Bronze dienen. Ziel des gemeinsamen Schwimmprojektes vom MWB und Mülheimer SportService ist es, dass jedes Mülheimer Grundschulkind beim Wechsel auf die weiterführende Schule sicher schwimmen kann!

Dass Mülheim auf einem sehr guten Weg ist, belegen diese Zahlen:

Rund 93% der Grundschul Kinder verließen mit einem Schwimmabzeichen die Grundschule (mindestens „Seepferdchen-Abzeichen“), 62% der Kinder legten zusätzlich Jugendschwimmabzeichen Bronze, Silber oder Gold ab.

Im Vergleich dazu hat eine von der DLRG in Auftrag gegebene forsa-Umfrage ergeben, dass 59% der Zehnjährigen keine sicheren Schwimmer und Schwimmerinnen sind, also nicht mindestens die Anforderungen an das Jugendschwimmabzeichen Bronze erfüllen. Im Durchschnitt besitzen nur 40% der Sechs- bis Zehnjährigen ein Jugendschwimmabzeichen.



Stadtweit

Sportaktionstage

Einige Aktionen werden zentral für mehrere Schulen geplant. Dies erleichtert zum einen die Organisationen und zum anderen haben möglichst viele Kinder die Möglichkeit, von diesem Tag zu profitieren.

Großer Styruer Sporttag

Der Styruer Sporttag findet alle zwei Jahre als verpflichtende Schulsportveranstaltung während der Unterrichtszeit statt. Rund 1.700 Schüler und Schülerinnen aus dem Stadtteil Styrum dürfen an unterschiedlichen Stationen der mehr als zehn Sportvereine vielfältige Sportangebote wie beispielsweise Le Parkour, American Football oder Boxen ausprobieren.

Schwimmcamps in Oster- und Herbstferien

Im Rahmen von Schwimmcamps in den Oster- und Herbstferien können Mülheimer Grundschul Kinder an einem zusätzlichen Schwimmkurs teilnehmen. Diese zweiwöchigen Angebote richten sich an alle nichtschwimmenden Kinder. Die Kurse werden von qualifizierten Übungsleitern und Übungsleiterinnen der Sportvereine Wassersportfreunde 1912 e.V. und ASC Mülheim e.V. durchgeführt.

Sport als Netzwerkpartner – Sportforen

Bei den Treffen sind Beauftragte aller Institutionen des Stadtteils anwesend, die mit Sport zu tun haben (Schulen, Vereine, Kitas, Jugendzentren). Die Foren werden in Absprache mit dem Mülheimer SportService und dem Mülheimer Sportbund organisiert.

Es geht vor allem um die Vernetzung und den Austausch zu sportlichen Themen. Zudem entstehen viele kleine und größere Kooperationsprojekte.

Tag des Sports

Am Tag des Mülheimer Sports haben Kinder die Möglichkeit, die unterschiedlichsten Mülheimer Vereine kennenzulernen.

Für jeden besuchten Vereinsstand erhält die Teilnehmerin oder der Teilnehmer einen Vermerk auf der Karte am jeweiligen Stand. Diejenigen, die mit der Rallye fertig sind (es müssen nicht alle Stände besucht worden sein), können sich beim „Mülheim macht Sport“-Stand eine kleine Belohnung abholen. War ein passender Verein dabei? Wenn nicht: wird der Vereinsfinder aktiviert und/oder Sportgutscheine werden ausgegeben.



Tag der Talente

Damit auch die sportlichen Schulkinder von der Check-Testung profitieren, wird einmal im Jahr ein Tag der Talente durchgeführt. Zu diesem Tag werden die 150 überdurchschnittlich sportbegabten Kinder des zweiten Schuljahres eingeladen. Bis zu acht Sportvereine mit Leistungssport bauen Stationen auf, an denen die jeweilige Sportart ausprobiert werden kann. Vielleicht ist etwas Neues dabei, was später noch intensiviert wird? Vielleicht ist ein Bewegungstalent dabei, das unbedingt noch entdeckt werden müsste? Auf jeden Fall bekommen die Schulkinder eine positive Bestätigung für ihre Sportlichkeit und haben einen tollen Tag.



TrendSport Mülheim

Das Programm soll die Sport- und Freizeitmöglichkeiten für Kinder und Jugendliche in Mülheim verbessern und dadurch das Sporttreiben junger Menschen fördern. Die Projekte werden bevorzugt mit Partnern, wie Schulen, Vereinen oder Jugendzentren aus den Stadtteilen umgesetzt.

Das Programm ist in drei Themenbereiche aufgeteilt. Die Sportkurse sollen Kindern und Jugendlichen die Möglichkeit bieten, neue Sportarten auszuprobieren. Im Handlungsfeld „TrendSport Events“ wurden neben den bereits etablierten Veranstaltungen (z.B. Parkour Camp, Let's Dance) auch neue Projekte wie ein BMX Camp und die Sportwoche in Heißen durchgeführt. Durch den Bau neuer oder die Aufwertung bereits bestehender Sportorte sollen die Möglichkeiten zum Ausüben verschiedener Trendsportarten und das Sporttreiben junger Menschen gefördert werden.



Ausblick

Weiterführende Schulen mit Sportprofil

In Mülheim haben einige weiterführende Schulen ein sportorientiertes Schulprofil. Weitere Informationen zu allen weiterführenden Schulen in Mülheim sind unter folgendem Link zu finden: https://www.muelheim-ruhr.de/cms/weiterfuehrende_schulen2.html

Im Jahr 2016 wurde die Luisenschule zur „Sportschule NRW“ ernannt. Ziel der „Sportschule NRW“ ist eine besondere Förderung der sportlichen Ausbildung von Talenten, z. B. im Rahmen eines ca. fünfstündigen Sportunterrichts, durch ein umfassendes AG-Angebot und die Kooperation mit Vereinen und Verbänden etc.

Ihre Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner

Check und OGS

Karoline Kügler
karoline.kuegler@msb-mh.de
T +49 (0)208 308 50 37

Schwimmcamps und Flotte Flosse

Annette Michels
annette.michels@msb-mh.de
T +49 (0)208 308 50 21

Sportentwicklung und Sportforen

Johannes Michels
johannes.michels@muellheim-ruhr.de
T +49 (0)208 455 52 03

TrendSport

Jonas Höhmann
jonas.hoehmann@muellheim-ruhr.de
T +49 (0)208 455 52 16

Sport- und Spielfeste

Alina Twelker
sportjugend@msb-mh.de
T +49 (0)208 308 50 48

Sportgutscheine und Sport vor Ort

Jana Hartwich
jana.hartwich@msb-mh.de
T +49 (0)208 308 50 44

Impressum



Mülheimer Sportbund e. V.

Haus des Sports
Südstraße 25
45470 Mülheim an der Ruhr



Stadt Mülheim an der Ruhr Mülheimer SportService

Haus des Sports
Südstraße 23
45470 Mülheim an der Ruhr



Fotos: © MSB (S. 2 li.) | Walter Schernstein © Stadt Mülheim an der Ruhr (S. 2 re.) |
alle anderen: Claudia Pauli © MSB | © MSB | **Grafiken:** © fotolia.com

2. Auflage 2019