

# Kitas machen Sport

Unsere Sportangebote für Mülheimer Klein- und Kita-Kinder





Unter der Schirmherrschaft von:

#### Wilfried Cleven

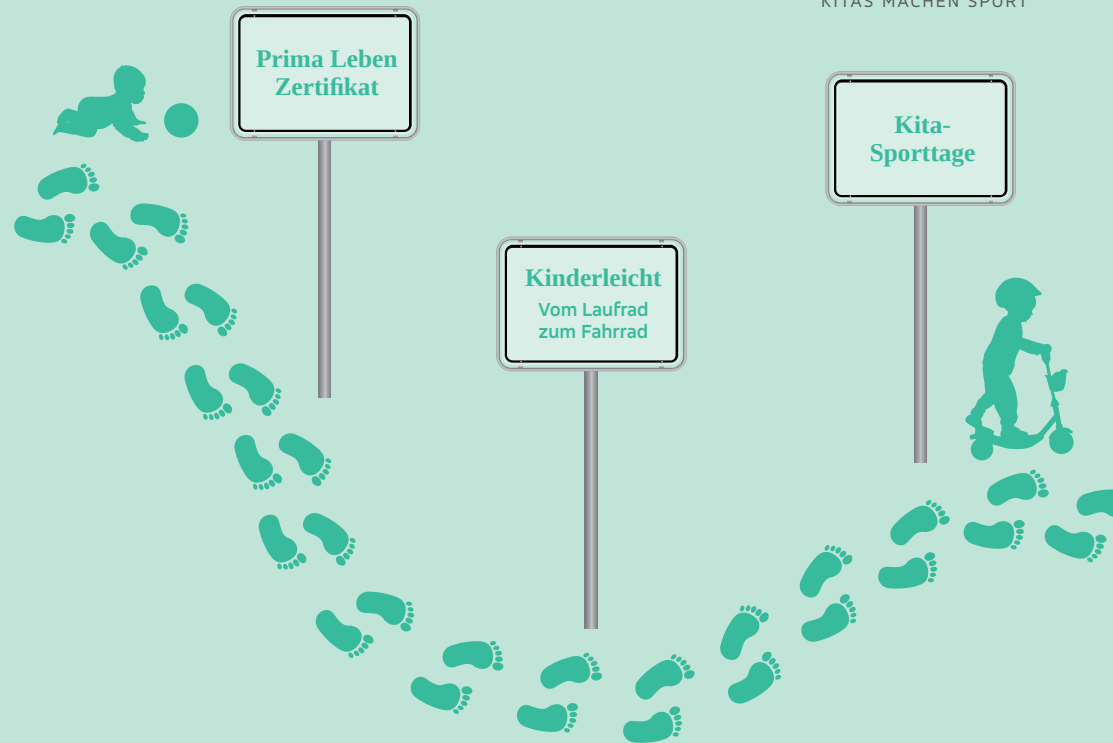
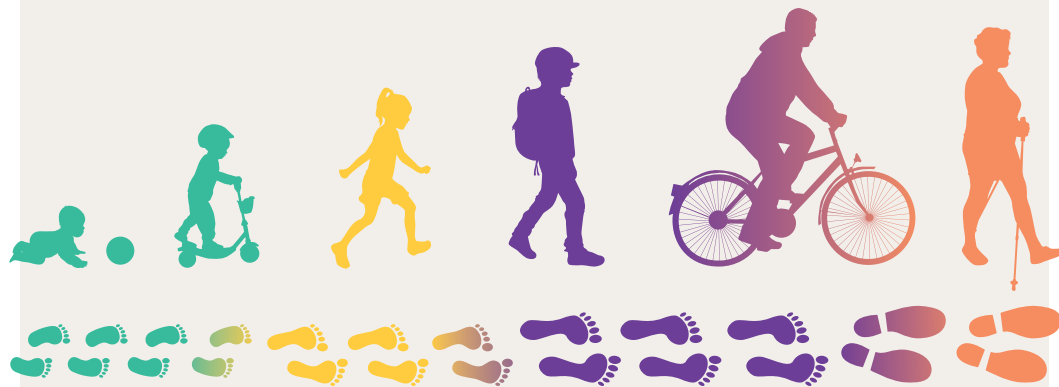
Vorsitzender  
des Mülheimer Sportbundes

#### Ulrich Ernst

Beigeordneter der Stadt  
Mülheim an der Ruhr

### Mülheim macht Sport – von der Kita bis ins hohe Alter.

Denn regelmäßiger Sport und Bewegung fördert die Gesundheit und ganzheitliche Entwicklung von Kindern.



## Bewegung tut gut

Kinder brauchen Bewegung, damit sie sich gesund entwickeln und wohl fühlen können. Sie bewegen sich ohne besonderes Ziel, sondern einfach, weil sie Freude und Spaß dabei erleben. 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
- regelmäßige Bewegungsangebote in Kitas mit internen und externen Kräften als Tandem
- mehr passende Sportangebote in Sportvereinen.

## Kinder und Eltern

### Sport- und Spielfeste der Sportjugend Mülheim

Die Sportjugend Mülheim des Mülheimer Sportbundes (MSB) 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 an einem Sonntag-Nachmittag in einer Turnhalle statt. Die Kinder dürfen sich immer auf einen abwechslungsreichen Nachmittag freuen: Traditionell werden die Sportvereine mit ihren zahlreichen ehrenamtlichen Helfern Klettergärten und „Gletscherspalten“ errichten, Trampoline aufbauen, den Nachwuchssportlern beim Balancieren helfen und ihnen 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: Alle Grundschul- und Kinder aus den Vorschulgruppen der Kitas 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 ermöglichen, dass Kinder und Jugendliche in der Kindertageseinrichtung, in der Schule und in der Freizeit ohne Einschränkungen mitmachen, mitleisten und teilnehmen können. Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren erhalten somit zehn Euro monatlich für Vereins-, Kultur- oder Ferienangebote, um z.B. beim Musikunterricht, beim Sport, bei Spiel und Geselligkeit oder bei Freizeiten mitmachen zu können. Die Gutscheine müssen rechtzeitig bei der Sozialagentur beantragt werden.



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 unter <https://geo.muelheimer-ruhr.de/vereine/angebote/sport> zu finden.

Freizeitsportorte: Alle frei zugänglichen Sportorte wie Bolzplätze, Skateanlagen, Basketballkörbe, Parkourmöglichkeiten und vieles mehr mit Foto, Adresse und Zustandsbeschreibung sind unter <https://geo.muelheimer-ruhr.de/sportorte> aufgelistet.

### Schwimmen

Für Kinder jeder Altersgruppe ist der Umgang mit Wasser ein Vergnügen! Bereits im Säuglingsalter beginnt die Wassergewöhnung mit dem Planschen in der Badewanne und setzt sich über alle Altersgruppen bis zum sicheren Schwimmen fort. Das Kita-Alter ist optimal, um den Kindern die Scheu vor dem Wasser zu nehmen und den Übergang zum sicheren Schwimmen zu beginnen. Durch Schwimmunterricht kann außerdem das Selbstbewusstsein und das Vertrauen in die eigenen Kräfte des Kindes gefördert werden. Gerne können unsere Mülheimer Schwimmvereine, die eine Vielzahl von Angeboten im Wasser bieten, kontaktiert werden.

Mülheimer Schwimmvereine sind im Vereinsfinder unter <https://geo.muelheimer-ruhr.de/vereine/angebote/sport> aufgelistet.

## Kita

### Verleih von Sport- und Spielgeräten

Wir haben unser Angebot erweitert! Kitas, Schulen oder Vereine können aus einer Vielzahl an Spiel-, Sport- und Fitnessgeräten auswählen und diese kostenlos ausleihen.

**Kontakt:**  
[sportgeraete.verleih@muelheim-ruhr.de](mailto:sportgeraete.verleih@muelheim-ruhr.de)



### Anerkannter Bewegungskindergarten

Der Landessportbund NRW und die Sportjugend NRW möchten mit dem Konzept „anerkannter Bewegungskindergarten“ Kindertagesstätten und Sportvereine zu Kooperationen ermutigen. Mit einer Kooperation kann die Persönlichkeitsentwicklung der Kinder unterstützt und der Bewegungsarmut und Bewegungslosigkeit entgegengewirkt werden. Das pädagogische Konzept der Kindertagesstätte wird durch vielfältige und qualifizierte Bewegungsangebote bereichert und der Verein hat die Möglichkeit, interessierte neue Mitglieder zu gewinnen. Durch gemeinsames Handeln können personelle und fachliche Ressourcen (insbesondere Räume und Geräte) intensiver genutzt und so ergänzende Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote geschaffen werden.

In Mülheim an der Ruhr gibt es derzeit einen anerkannten Bewegungskindergarten: das „Haus der kleinen Leute“ in Kooperation mit der Mülheimer Turngemeinde e.V.



### Prima Leben Zertifikat

Ernährung, Entspannung und Bewegung sind wichtige Elemente einer gesunden und ganzheitlichen Entwicklung von Kindern. An diesen Punkten setzt das „Prima Leben Zertifikat“ an. Das Zertifikat wird an Kindertageseinrichtungen verliehen, welche Ernährung, Bewegung und Entspannung in ihren Einrichtungen leben und vermitteln. Dazu müssen verschiedene Qualitätskriterien, wie z.B. die Ausbildung einer Bewegungsfachkraft, regelmäßige Bewegungs- und Entspannungsangebote und Angebote eines gesunden Frühstücks, erfüllt werden.

Vorteile einer Zertifizierung sind:

- Unterstützung bei der Umsetzung und Ausgestaltung durch das Prima Leben Team
- medl Springmäuse (externes Bewegungsangebot in der Kita)
- Handreichungen und gesunde Rezepte

### Kita-Bewegungsstunde

Durch einen qualifizierten Übungsleiter aus Mülheimer Vereinen wird eine regelmäßige Bewegungsstunde mit Kindern aus teilnehmenden Kitas durchgeführt. Auf spielerische Weise soll den Kindern eine bestimmte Sportart näher gebracht werden. Im Vordergrund steht aber der Spaß an der Bewegung im Allgemeinen. Verschiedene Übungen und Bewegungsspiele trainieren unterschiedlichste Fähigkeiten der Kinder. Die Kita-Bewegungsstunde findet auf der Platzanlage bzw. in der Turnhalle des Vereins oder in der Kita statt.



## Kibaz

Mit dem Kinderbewegungsabzeichen „Kibaz“ der Sportjugend NRW soll das Heranführen an sportliche Bewegungsabläufe sowie die Freude und Erfahrung von persönlichen Erfolgen im Mittelpunkt stehen.

Kinder im Alter zwischen drei und sechs Jahren können an zehn verschiedenen Bewegungsstationen ohne Zeitlimit kindgerechte und altersdifferenzierte Bewegungsaufgaben meistern. Die Aufgaben entsprechen den fünf Bereichen der kindlichen Persönlichkeitsentwicklung:

- Motorische Entwicklung
- Wahrnehmungsentwicklung
- Psychisch-emotionale Entwicklung
- Soziale Entwicklung
- Kognitive Entwicklung

Das Kibaz kann nur durch einen Sportverein und gegebenenfalls in Zusammenarbeit mit einer Kindertagesstätte angeboten werden.

Einige Fachverbände haben ihr eigenes, sportartspezifisches Kibaz entwickelt. Das Rollende Kibaz der Radsportjugend NRW umfasst z.B. Bewegungsstationen, die mit dem Fahrrad, Laufrad oder Roller durchlaufen werden, und wird in Mülheim im Rahmen des Radsportfests-Kinderleicht in Kooperation mit den Mülheimer Radsportvereinen durchgeführt.



## Kinderleicht – vom Laufrad zum Fahrrad

In Kooperation mit Mülheimer Vereinen bekommen Kita-Kinder die Möglichkeit, in drei Einheiten auf kindgerechte Weise einiges rund ums Thema „Fahrrad“ zu lernen. Wie funktioniert mein Fahrrad? Wie sitzt eigentlich der Helm richtig? Wie bremsen ich mit meinem Laufrad? Diese und viele weitere Fragen sollen beantwortet werden.

Im Vordergrund steht natürlich das Fahren – ob Laufrad oder Fahrrad, alles ist erwünscht. Durch verschiedene Übungen und Parcours sollen die Kinder ihre Geschicklichkeit auf dem Laufrad oder dem Fahrrad trainieren. Das Fahrtraining findet auf einem geeigneten Außengelände der Kita statt und umfasst pro Gruppe drei mal 45 bis 60 Minuten.

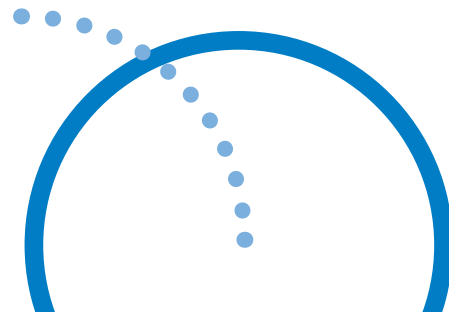
## Kita-Sporttage im Projekt „Sportgutscheine“

Im Rahmen des Projektes werden stadtteilbezogene Kita-Sporttage organisiert. An diesem Tag können Vereine aus dem Projekt und dem Stadtteil ihre Sportarten den zukünftigen Grundschulkindern vorstellen. Alle Kinder, die zu diesem Zeitpunkt noch kein Mitglied in einem Mülheimer Verein sind, erhalten einen Sportgutschein.

## Stadtweit

### Sport als Netzwerkpartner – Sportforen

Die Sportforen haben sich mittlerweile als sinnvolles Instrument für die Arbeit in den Sozialräumen Heißen, Styrum und Dümpten erwiesen. Bei den Treffen sind Vertreter und Vertreterinnen aller Institutionen des Stadtteils anwesend, die mit Sport zu tun haben (Schulen, Vereine, Kitas, Jugendzentren). Die Foren werden in Absprache mit dem Mülheimer Sport-Service und dem Mülheimer Sportbund organisiert. Themen bei den Treffen sind vor allem Neuigkeiten aus dem Sport, Neuigkeiten und Fördermöglichkeiten seitens des Mülheimer Sportbundes bzw. des Mülheimer SportServices sowie der Austausch mit den anderen Institutionen. Zudem wird die Kooperation der Teilnehmenden in vielen kleineren und größeren Projekten angestrebt.



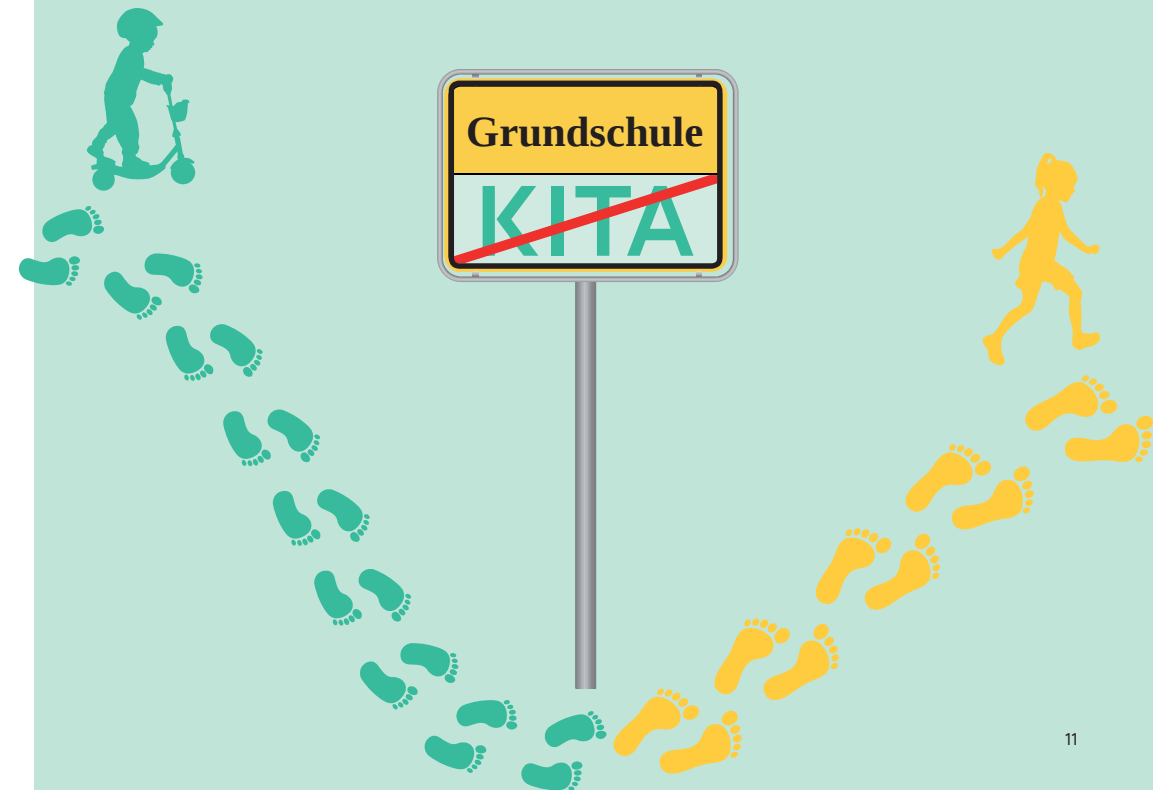
## Ausblick

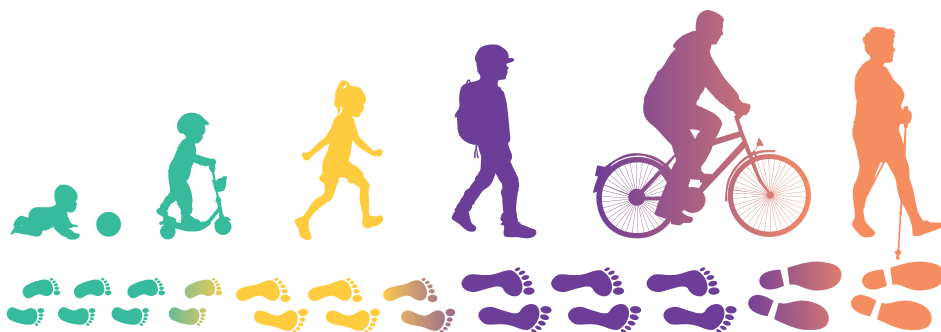
### Erster Elternabend der Grundschulen

Am ersten Elternabend in der Grundschule werden die Eltern im Bereich Sport in der Grundschule unter anderem über die Sportgutscheine informiert.

### Sportmotorische Testung

Die Kinder der zweiten Klassen werden durch acht altersgerechte Übungen sportmotorisch getestet. Mit den objektiven Ergebnissen können die Fähigkeiten der Kinder individuell gefördert werden.





## Ihre Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner

**Sportgutscheine, anerkannter Bewegungskindergarten, Kita-Sporttage, Kibaz, Kinderleicht – vom Laufrad zum Fahrrad, Prima Leben Zertifikat und Kita-Bewegungsstunde**  
Jana Hartwich, jana.hartwich@msb-mh.de, 0208 / 308 50 44

### Sportentwicklung und Sportforen

Johannes Michels, johannes.michels@muelheim-ruhr.de, 0208 / 455 52 03

### Sportangebote-, Sportorte-Finder, Sport- und Spielgeräte-Verleih

Jonas Höhmann, jonas.hoehmann@muelheim-ruhr.de, 0208 / 455 52 16

### Spiel- und Sportfeste

Stephan Damberger und Nicole Ritter, sportjugend@msb-mh.de

## 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:** PR-Fotografie Köhring © MSB (S. 2 li.) | Simon Bierwald © Ruhr Futur gGmbH (S. 2 re.) | Claudia Pauli © MSB (alle anderen), **Grafiken:** © fotolia.com

**2. Auflage 2018**