

FC 1932 Pfaffenweiler e.V.



Projekt

Dem

Übergewicht gezielt vorbeugen

- eine positive Beeinflussung
des Körpergewichtes, der
Körperkoordination und der

Beweglichkeit

durch Gymnastikkurse

Projektbeschreibung

Adipositas: „Mit Gymnastik, das Übergewicht verhindern.“

Das beschriebene Konzept, stellt eine verhaltens- und verhältnispräventive Maßnahme zur Verhütung von Adipositas im Kindes- und Jungendalter dar.

Konzept: Der FC Pfaffenweiler 1932 e.V. bietet wöchentlich verschiedene Gymnastikkurse für alle Altersklassen im Kindes- und Jungendalter an.

Kinderturnen: ab 3,5 Jahren

Eltern- / Kinderturnen: ab 1,5 Jahren bis 3,5 Jahren

Rhythmische Bandgymnastik: 6-12 Jahren

Voraussetzung: Die Teilnehmer müssen Mitglied im Verein FC Pfaffenweiler e.V. sein und das entsprechende Alter für die verschiedenen Gymnastikkurse haben.

Methode: Kinder und Jugendliche haben einen einfachen Zugang zu diesen Angeboten und die Eltern sind in die Kurse integriert (Verhältnisprävention). Jedes Kind und jeder Jugendliche erfährt durch die Gymnastikangebote, Bewegung für den Körper und welche positiven Einflüsse durch Bewegung entstehen.

Ziel: Das Projekt verfolgt das Ziel, mehrere Settings (andere Sportvereine, Schulen, Kindergärten) von dieser Idee zu begeistern, der FC Pfaffenweiler 1932 e.V. ist der Meinung, dieses Konzept lässt sich einfach und schnell auf andere Standorte übertragen.

Zusammenfassung

Der FC Pfaffenweiler 1932 e.V., vertreten durch unsere Übungsleiterin Frau Angelika Gampp ist der Meinung, dass Kinder und Jugendliche durch Gymnastik (Koordinations- und Bewegungsübungen) in der Gruppe positiv in der Prävention von Adipositas gefördert werden.

Das Konzept ist verhältnispräventiv angelegt und erreicht alle Mitglieder des Vereins in der beschriebenen Altersklasse. Hilfreich ist die Finanzierung des Angebots. Die Mitglieder leisten ihren Mitgliedsbeitrag in Höhe von 10-20,- Euro und können das Angebot wöchentlich nutzen. Zudem gibt es in unserer Region (Pfaffenweiler ist eine eingemeindete Gemeinde von Villingen-Schwenningen im Südschwarzwald) kaum Angebote für die Altersklasse 1,5-12 Jahre die einfach und schnell zu erreichen sind.

Neben dem bestehenden Fach Sport in der ortsansässigen Schule, ist kein weiteres Angebot vorhanden. Jedoch erreicht der Sportunterricht in der Schule erst die Altersklasse ab 6 Jahren. Das hier beschriebene Konzept setzt einiges früher an und ermöglicht der Altersklasse ab 1,5 Jahren sich aktiv und körperlich vor der Adipositas zu schützen. Da eine Altersklasse von 1,5 Jahren bis 12 Jahren in diesem Konzept angesprochen wird, werden viele Kinder und Jugendliche des Ortes Pfaffenweiler angesprochen (Verhältnisprävention). Der Tabelle können Sie die aktuellen Teilnehmerzahlen in den verschiedenen Altersklassen entnehmen.

Altersklasse	Anzahl der Teilnehmer
1,5 – 3,5 Jahre	29
ab 3,5 Jahre	32
6-12 Jahre	10

In dem hier beschriebenen Konzept ist die Verhaltensprävention spannend zu betrachten. Unsere Kinder sind in einem Alter, indem Sie nicht reflektiert wahrnehmen, welche Vorteile Bewegung für Sie hat. Jedoch werden sie mit zunehmendem Alter erleben und profitieren, dass Sie im Kindes- und Jugendalter sich gezielt und unter Anleitung bewegt haben. Jedoch werden auch die Eltern der Kinder positive beeinflusst und bekommen mit, wie sich ihre Kinder durch Bewegung im Verhalten ändern.

Des Weiteren wird das Ziel verfolgt, Bewegung in der Gruppe steckt an und macht Spaß.

Der Verein würde sich über den Förderpreis sehr freuen um das Konzept auf andere Settings übertragen zu können. Der Verein überlegt, wie das Konzept verhältnispräventiv erweitert werden kann um die frühkindliche Bewegung zu fördern um die Adipositas im Kindes- und Jugendalter positiv zu beeinflussen.

Stephan Kohel (Pflegepädagoge B.A.), Sulzbachweg 2 in 78054 VS-Schwenningen