



„SpoSpiTo- bringt Kinder in Bewegung“

Es gibt nichts Schöneres, als in strahlende Kinderaugen zu sehen. Besonders wenn Kinder spielen und toben strahlen die Augen. So ist es wichtig, den Kindern genügend Raum für Bewegung zu schaffen.

Eine Untersuchung des Robert-Koch-Instituts im Auftrag der Bundesregierung in Deutschland zeigte bei Kinder und Jugendlichen eine Zunahme an Übergewicht, Haltungsschwächen und ernsthaften gesundheitlichen Störungen. Gegenwärtig kommt Bewegung bei Kindern zu kurz, da viele Kinder oft ihre freie Zeit vor dem Computer oder dem Fernseher verbringen und die Räumlichkeiten, in denen sie spontan und gefahrlos spielen können fehlen. Deshalb ist es wichtig, den Kindern eine Möglichkeit zu bieten sich zu bewegen.

Kinder wollen und sollen sich bewegen. Für die gesunde Entwicklung der Mädchen und Buben ist regelmäßige und vielseitige Bewegung enorm wichtig. Besonders in der Entwicklungsphase hilft Bewegung gesundheitliche Beschwerden vorzubeugen. Der Turnverein Memmingen organisiert für Kinder zwischen vier und zehn Jahren den Kinderaktionstag „SpoSpiTo – bringt Kinder in Bewegung“. In der Sporthalle wird an diesem Tag mit den unterschiedlichsten Großgeräten ein Bewegungs- und Spielparcours aufgebaut, sodass eine attraktive Abenteuerlandschaft entsteht. Dort werden den Kindern Bewegungsmöglichkeiten aller Art, wie Klettern, Springen, Schaukeln, angeboten.

Während des Bewegungstrainings sammeln die Kinder vielseitige Erfahrungen. Sie lernen unter anderem, sich für sportliche Aktivitäten zu begeistern. Durch Erfolge werden das Selbstwertgefühl und das Selbstbewusstsein gesteigert. Ein weiterer wichtiger Aspekt ist, dass die Kinder soziale Kompetenzen, wie zum Beispiel Teamfähigkeit, erlernen. Ziel dieses Aktionstages ist die Kinder möglichst frühzeitig für ein regelmäßiges und gesundes Bewegungsverhalten zu sensibilisieren. Ergänzend dazu werden Geschicklichkeit und Bewegungsfähigkeit des Körpers trainiert.

Ich wünsche allen Teilnehmerinnen und Teilnehmer am „SpoSpiTo-Tag 2015“ viel Spaß und Freude und bedanke mich schon jetzt bei den verantwortlichen Organisatoren des TVM, die diesen Aktionstag überhaupt erst möglich gemacht haben.

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Dr. D. Holzinger".

Dr. Holzinger
Oberbürgermeister