

## SPORT UND BEWEGUNG

*„Bewegte“ Kinder sind ausgeglichener und oft sogar schlauer!*

### **Bewegung ein Grundbedürfnis für Kinder**

Kinder haben ein natürliches und individuelles Bewegungsbedürfnis: Sie bewegen sich gern, sie sind wagemutig und sie probieren gerne aus. Dies ist in den ersten Lebensjahren besonders stark ausgeprägt und von großer Bedeutung für ihre gesamte Entwicklung. Ausreichende Bewegung fordert die Gesundheit und beugt Fehlentwicklungen vor. Kinder brauchen Bewegung, um sich ihre materielle und soziale Umwelt anzueignen, sie zu erkunden und zu erschließen. Kinder lernen ihren eigenen Körper kennen, erproben ihn, bauen sich ihr eigenes Körperbild auf und werden dadurch selbstbewusster.

### **Motorische Entwicklung**

Kinder erobern sich ihre Umwelt über Bewegung und Wahrnehmung. Besonders im Kleinkind- und Vorschulalter ist die motorische Entwicklung eng mit der Entwicklung der emotionalen, geistigen und sozialen Fähigkeiten verknüpft. Die Motorik ist von besonderer Bedeutung in der menschlichen Entwicklung. Sie ist ein kontinuierlicher Prozess. Dieser beinhaltet in den ersten Lebensjahren die Ausbildung grundlegender Fertigkeiten wie Greifen sowie aufrechtes Gehen bis hin zur Aneignung und Vervollkommnung der verschiedensten Bewegungsformen sowie Bewegungskombinationen.

### **Wahrnehmung**

Kinder sind neugierig. Durch die aktive und sinnliche Auseinandersetzung mit der Umwelt sammeln Kinder grundlegende Erfahrungen, die für die Entwicklung ihrer gesamten Persönlichkeit von Bedeutung sind. Kinder erfassen ihre Umwelt mit ihren sieben Sinnen: Sie riechen, sie schmecken, sie hören, sie sehen, sie fassen. Sie erfahren somit aktiv ihren eigenen Körper und ihre Umwelt. Kinder haben ihre eigene Art und Weise, ihre Umwelt zu entdecken, neue Erfahrungen zu sammeln und so die eigene Entwicklung voranzutreiben. Bewegungserlebnisse, Wahrnehmung und das eigene Tun und Handeln sind unerlässlich für eine selbstständige und selbstbewusste Entwicklung. Die körperlichen Fähigkeiten und das Selbstwertgefühl sind ganz eng miteinander verbunden. Eigene erfolgreiche Bewegungserlebnisse fördern ganz wesentlich ein größeres Zutrauen in die eigenen Fähigkeiten und machen Kinder stark.

### **Bewegung**

Bewegung, Spiel und Spaß sind wichtig für die gesamte Familie. Ein „bewegtes“ Familienleben fordert und unterstützt ganz wesentlich die gesunde Entwicklung der Kinder (-> Freizeit). Anlässe für Bewegung finden sich Tag für Tag, oft ohne großen Aufwand. Die Spiele sind da, wo die Kinder auch sind. Es gilt nur, die Gelegenheiten, die sich bieten, zu erkennen und zu nutzen.

## INFO

### zu Sport und Bewegung

Das Präventions-Netzwerk KIKS UP hat eine Internetplattform erstellt, auf der sich alle Vereine, Verbände und Institutionen darstellen, die neben ihren fachlichen Angeboten auch auf eine qualitativ hochwertige Pädagogik achten:

#### **KIKS UP-familie.net**

Adresse: Am Goldstein 9; 61231 Bad Nauheim  
Telefon: (0 60 32) 938 7965  
Internet: [www.kiksup-familie.net](http://www.kiksup-familie.net)  
Email: [info@kiksup.de](mailto:info@kiksup.de)

Eine Übersicht über alle Sportvereine, Sportstätten und Spielplätze in Bad Nauheim finden Sie auf der Homepage der unter:

#### **Fachbereich Soziales, Gesundheit, Kultur und Sport**

Adresse: Parkstraße 36-38; 61231 Bad Nauheim  
Telefon: (0 60 32) 343 364  
Internet: [www.bad-nauheim.de](http://www.bad-nauheim.de)  
Email: [matthias.baumann@bad-nauheim.de](mailto:matthias.baumann@bad-nauheim.de)

Zwei besondere Sportstätten seine hier erwähnt:

**Usa-Wellenbad:** In der Au 2; 61231 Bad Nauheim; Telefon: 06032 – 91 93 – 0  
Email: [info@usa-wellenbad.de](mailto:info@usa-wellenbad.de)  
Internet: [www.usa-wellenbad.de](http://www.usa-wellenbad.de)

**Eisstadion:** nördlicher Park 25; 61231 Bad Nauheim; Telefon: 06032 – 2669  
Email: [saskia.fokidis@bad-nauheim.de](mailto:saskia.fokidis@bad-nauheim.de)  
Internet: [www.bad-nauheim.de](http://www.bad-nauheim.de)

Alle Spielplätze im Stadtgebiet Bad Nauheim finden Sie im E.v.A. Elternbegleitbuch und auf der Homepage der Stadt Bad Nauheim.

#### **Elternbegleitung von Anfang an**

Sprechzeiten: Mo. - Do. 9:00 bis 16:00 Uhr  
Fr. 9:00 bis 12:00 Uhr

Adresse: Johannisstraße 5; 61231 Bad Nauheim  
Telefon: (0 60 32) 938 7965  
Internet: [www.eva-bn.de](http://www.eva-bn.de)  
Email: [eva@bad-nauheim.de](mailto:eva@bad-nauheim.de)