

Wenn die Kinder zu Gorillas werden

Mit Parkourtraining im Kindergarten sollen die Kleinen zu mehr Bewegung verführt werden. Erstmals hat es hier auch zwei Trainingseinheiten in einem Integrations-Kindergarten gegeben.

In hohem Tempo und mit animalischen Bewegungen geht es für die Kinder des „Montessori Kinderhaus Diakonieverein Salzburg“ quer durch den Turnsaal, über eine Bank auf die Sprossenwand, per Purzelbaum über eine dicke Matte und erneut über eine Bank, wo zwei Bälle aus dem imaginären Wasser gefischt werden müssen. „Es ist wichtig, sich viel zu bewegen – und wir Menschen können das richtig gut, wenn wir es auch machen“, erklärt Parkour-Trainer und OneMove-Gründer Chris Bacher. Er ist im „Gesunden Kindergarten“ zu Gast und hat erstmals auch beeinträchtigte Kinder in seiner Gruppe dabei.

Eltern sind in die Entscheidung eingebunden

„Die Idee, das bei uns auszuprobieren, ist im Frühjahr gemeinsam mit den Eltern und AVOS-Gesundheitsreferentin Maud Bukovics entstanden“, erzählt Kinderhaus-Leiterin Iris Schmid. Seit Herbst 2018 ist ihre Einrichtung Teil des „Gesunden Kindergartens“ – einer von AVOS und der BVA umgesetzten und vom Gesundheitsförderungsfonds Salzburg geförderten Initiative, mit aktuell mehr als 70 Kindergärten salzburgweit. Neben „Teamgesundheit“, „Ernährung“, „Umwelt und Sicherheit“ und „Lebenskompetenz“ stellt „Bewegung“ dabei die fünfte Säule dar.

Kinder helfen sich bei Hindernissen gegenseitig

Schon im Vorfeld waren die Kinder sehr gespannt darauf, was am „Parkour-Tag“ passieren wird. In zwei Gruppen aufgeteilt, ist es jeweils 50 Minuten ordentlich zur Sache gegangen. „Vor allem in Kindergärten ist es dabei sehr wichtig, das Level anzupassen und den Kleinen Spaß zu bieten“, betont Bacher. Dass erstmals auch ein Kind mit Beeinträchtigung mit von der Partie war, ist nicht einmal aufgefallen – die Kids haben gegenseitig aufgepasst und sich geholfen. „Es war beeindruckend zu sehen, wie gut ein Kind mit einer Beeinträchtigung in die Gruppe integriert worden ist, selbst in dieser kurzen Zeit deutlich an Mut gewonnen hat und mit großer Konzentration und Freude dabei war“, so Bukovics.

Sprung von der Sprossenwand als Bonus

Zum Start der Einheiten ist es um „Animal Moves“ gegangen, Bewegen wie Tiere. Vom Panther über den Gorilla und den Affen, den Frosch und den Krebs bis hin zum Bären und zur Raupe reicht hier die Palette der Möglichkeiten. „Unglaublich, wie schnell Kinder erraten, welches Tier ihnen vorgezeigt wird. Erwachsene würden hier nie so schnell draufkommen“, ist Bacher erstaunt. Abgerundet wird das Programm durch einen angeleiteten Sprung von der Sprossenwand auf eine dicke Matte und das Spiel „Schlafkönig“, bevor die Kinder mit einem „High five für alle“ wieder entlassen werden.

„Gesunder Kindergarten“ ermöglicht frühen Einstieg

OneMove startet mit den Kindertrainings eigentlich ab einem Alter von sechs, sieben Jahren. Davor ermöglicht der „Gesunde Kindergarten“ bereits ein Hineinschnuppern in diese Sportart. „Wir haben uns

gedacht, Parkour klingt spannend, ist etwas Neues und aus den Medien bekannt“, sagt Schmid. Und auch beim Spielen würden sich die Kinder selbst immer wieder eigene Hindernisläufe aufbauen.

FOTOS:

201907_Parkour_Diakonie_(Manuel_Bukovics) (20).jpg – Auf der Bank haben die Kinder Bälle aus dem „Wasser“ gefischt und sich dabei gegenseitig unterstützt. (Foto: AVOS/Manuel Bukovics)

201907_Parkour_Diakonie_(Manuel_Bukovics) (4).jpg – Die Gorilla-Horde mit Parkour-Trainer und OneMove-Gründer Chris Bacher. (Foto: AVOS/Manuel Bukovics)

201907_Parkour_Diakonie_(Manuel_Bukovics) (1).jpg – Ein Sprung von der Sprossenwand – inklusive Tipps zum richtigen „Abhängen“ und zum korrekten Springen – hat das Programm abgerundet. (Foto: AVOS/Manuel Bukovics)