

Fußballtraining fürs Leben

Die teilnehmenden Schülerinnen und Schüler der SMS-Initiative nahmen an einem eintägigen Fußballcamp mit der Fußballfabrik teil.

(Düsseldorf, 22.05.2019) Nach den aktuellen Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) sollten Kinder und Jugendliche im Alter zwischen fünf und 17 Jahren mindestens 60 Minuten pro Tag körperlich aktiv sein. Die aktuellen Ergebnisse der Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland (KiGGS) zeigen, dass diese Empfehlung von mehr als drei Viertel der Mädchen und zwei Drittel der Jungen im Alter zwischen sieben und zehn Jahren in Deutschland nicht erreicht wird. Um diesem Trend entgegenzuwirken, setzt sich die Initiative „SMS. Sei schlau. Mach mit. Sei fit.“ dafür ein, Kinder schon frühzeitig für mehr Bewegung und eine ausgewogene Ernährung zu begeistern. Dabei erhält die SMS-Initiative Unterstützung von zahlreichen Partnern, so auch von der Fußballfabrik von Ingo Anderbrügge. Die Fußballfabrik ist eine Fußballschule für Kinder zwischen fünf und 15 Jahren. Getreu der Philosophie Training. Lernen. Leben. legt die Fußballfabrik neben dem spielerischen Aspekt, besonderen Wert auf die Themen Wertevermittlung, Selbstständigkeit, Persönlichkeitsbildung und Disziplin ebenso wie Ernährung und den Umgang mit Mobbing.

Am 21. Mai 2019 fand zum dritten Mal ein Fußballcamp mit dem Team der Fußballfabrik im Rahmen der SMS-Initiative statt. Zwei Schulklassen der St. Rochus Schule durften einen Tag lang auf dem Kunstrasenplatz des Ballspielvereins 04 e.V. unter der Leitung von professionellen Fußballtrainerinnen und -trainern trainieren. Dabei lernten die Kinder verschiedene Dribbling-Übungen, Zweikämpfe und mehrere Tricks, die sie anschließend in Trainingsspielen anwenden konnten. Neben dem Fußballtraining erarbeiteten die Kinder im Rahmen eines Seminars gemeinsam die Kompetenzen, die zum sportlichen Erfolg beitragen, aber auch in anderen Lebensbereichen entscheidend sind. Als besonders wichtig empfanden die Kinder folgende Eigenschaften: Teamgeist, Fairplay, Motivation, Selbstvertrauen und Spaß.

„In unseren Fußballcamps möchten wir Kinder in ihrem fußballerischen Können sowie auch in ihrem Umgang mit anderen Kindern stärken und motivieren. Zusätzlich fördert Bewegung die Aufnahmefähigkeit und stärkt die Sozialkompetenz.“, betont SMS-Pate Ingo Anderbrügge,



UEFA-Cup-Sieger und Gründer der Fußballfabrik. „Was gibt es schöneres, als gemeinsam mit seinen Freunden beim Fußball Zeit zu verbringen und sich vom stressigen Alltag zu erholen.“, unterstreicht SMS-Projektleiter Prof. Dr. Karsten Müssig.

Das Fußballcamp wurde unterstützt von der Bahn BKK und dem Ballspielverein 04 e.V..

Die von Prof. Dr. Karsten Müssig geleitete Initiative „SMS. Sei schlau. Mach mit. Sei fit.“ an Düsseldorfer und Neusser Grundschulen möchte Übergewicht und anderen Lebensstilbedingten Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter entgegenwirken. Die SMS-Initiative wird getragen vom Verein Düsseldorfer Kids mit PFIFF e.V. und wissenschaftlich begleitet vom Deutschen Diabetes-Zentrum (DDZ). Die teilnehmenden Kinder absolvieren den Ernährungsführerschein in Kooperation mit der Schule für Diätassistenten der Kaiserswerther Diakonie und das von der Sportwissenschaftlerin Prof. Dr. Kerstin Ketelhut für Grundschulen entwickelte Bewegungsprogramm „Fitness für Kids“. Zusätzlich erhalten die Schülerinnen und Schüler eine Anleitung zur Stressregulation im Rahmen eines Sinnesklassenzimmers des Weiterbildungsganges Motopädie der Präha Weber-Schule sowie Entspannungsübungen in Kooperation mit der Initiative „Die bewegte Schulpause“ der Dietrich Grönemeyer Stiftung und dem Unternehmen Deichmann. Des Weiteren wird in den teilnehmenden Schulklassen in Kooperation mit der Techniker Krankenkasse der Kurs „Bleib locker! – Stressbewältigung für Kinder“ durchgeführt.

Die beiden Krankenkassen IKK classic und KKH, diabetesDE - Deutsche Diabetes-Hilfe, das Sportamt Düsseldorf sowie weitere namhafte Partner und Persönlichkeiten unterstützen die Initiative und ermöglichen den teilnehmenden Schülern weitere attraktive außerschulische Lernorte. Schirmherr ist Thomas Geisel, Oberbürgermeister der Landeshauptstadt Düsseldorf. Die SMS-Initiative wurde mit dem Unterstützerlogo von IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung, und mit dem GUT DRAUF-Label der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) ausgezeichnet.

Weitere Informationen zu der Initiative erhalten Sie unter: www.sms-mach-mit.de