

Spielgelüste wecken

Ja, sie nehmen immer mehr zu - in doppelter Hinsicht des Wortes: Die Couch-Potatoes, die Kinder, die nur vor Fernseher und Computer ihre Zeit verbringen und plötzlich übergewichtig sind, weil sie sich wenig bewegen, nur noch Fast Food oder Süßigkeiten in sich hineinstopfen. Seit Jahren mahnen die Kinderärzte und Pädagogen, dass Eltern die visuelle Manie der Kids nicht verharmlosen sollen.

Das Problem ist: mittlerweile sind viele Mütter und Väter nur noch daran interessiert, dass ihr Kind beschäftigt ist - egal, ob vor der Glotze oder mit dem Gameboy. Sie unterstützen die körperliche Trägheit, weil sie selber Ruhe haben wollen. Und es ist ihnen egal, dass ihr Sprössling lieber sein Sitzfleisch pflegt als seine Kondition. Dabei, so beweisen viele Alltagsbeobachtungen, muss bei Kindern nur der körperliche Spieltrieb geweckt werden: Auf dem Weg zum Einkauf kann der kleine Stein auf dem Bürgersteig oder die Limonaden- Büchse im Gebüsch Kicker-Spielgelüste wecken. Am Nachmittag greift der Junior lieber zum Ball als in die PC-Tasten.

Die Tochter findet es nach dem Besuch beim Kindertanzfest des Sportvereins auf einmal schöner, sich selbst bei Musik zu drehen, als die Puppen im Videospiele herum hüpfen zu lassen. Still sitzen, alleine sein - eine Minute kann zur Ewigkeit werden. Aber einen Turm bauen, Purzelbäume schlagen, sich auf den Kopf stellen und mit den Beinen wackeln oder einfach mit anderen herumtoben - da ist die Zeit immer zu kurz. Diese Erfahrung muss man Kindern, die bewegungsfaul sind, einfach bewusst machen. Diese Selbsterfahrung ist mehr wert, als alle Mahnungen Erwachsener.

Und dann sind die Kids meist in ihrer Kreativität und ihrem Bewegungsdrang nicht mehr zu bremsen. Kleine Genies auf der Computertastatur entdecken plötzlich ihre Bewegungstalente Gerade diejenigen, die ihre Fernseh- oder Computeraktionen eigentlich im Lauf der Zeit nur noch langweilen. Erst wenn mancher erfährt, wie toll Basketball oder Fußball, Radfahren, Schwimmen oder einfach nur Laufen, Springen, Werfen sein kann - besonders mit anderen Kindern -, dann merkt er, was er bisher versäumt hat: Viel Spaß und viel Freude.

Gisela Ritter