

AG Gesundheit und Sport der Bilderstöckchen Konferenz Pilotprojekt „Sportabenteurer FitKids 2025: Das innovative Sportkarussell für starke Kids in Bilderstöckchen!“

Projektkonzept, Weiterentwicklung (Stand 26.01.2025)

Laufzeit Pilotprojekt: 1 Jahr, 2025

Hallenzeit und -ort (Dr. Sascha Luetkens/Körbe für Köln e.V.):

Ort: Turnhalle der GHS Bilderstöckchen, Reutlinger Str. 49, 50739 Köln

Zeit: Mittwochs, 16 bis 18 Uhr

1 Stunde Sport, 1 Stunde für evtl. Ernährungsprojekt des SkF e.V. oder andere Beratungen der Eltern (z.B. Antragstellung Kids in die Clubs o.ä.).

Zielgruppen und -Akquise:

Im Fokus adipöse/ übergewichtige Kinder im Grundschulalter, andere können ebenfalls teilnehmen (also integrativ), sollten aber in der Minderheit sein. Steuern durch gezielte Bewerbung der Kinderärztin, SkF e.V., Schulsozialarbeiterinnen der GS, Kellerladen etc. Auch Familien im Blick (Teilnahme z.B. gesunde Ernährung ...).

Maximale Anzahl der Kinder: ca. 15-20 (noch zu klären, auch in Abhängigkeit von Schulung und den Empfehlungen der Expert*innen und teilnehmenden Vereine).

Ablauf:

Verschiedene Vereine des Bezirks Nippes (möglichst mit bereits bestehenden Angeboten für Kids in den verschiedenen Hallen Bilderstöckchens) bieten zur gesetzten Hallenzeit in der GHS nacheinander über einen festgelegten Zeitraum verschiedene Sportarten an, als niedrigschwellige Schnupper- und Kennenlern-Kurse. Im Fokus sollten dabei nicht nur die Sportarten selbst stehen, sondern insbesondere auch das Wecken von Begeisterung für Bewegung und Sport, die Neugier auf verschiedene Sportarten und das Abbauen von Hemmschwellen.

Körbe für Köln e.V. übernimmt die dauerhafte Begleitung und die Betreuung der Kinder über 1 Jahr Laufzeit mit einer festen Trainerin (wichtig für Bindungsaufbau, kontinuierliche Ansprechpartnerin bei wechselnden Kontakten der rotierenden Sportvereine).

Ziele:

Hauptziel: Steigern der physischen und psychischen Gesundheit der teilnehmenden Kinder, Stärken der Sozialkontakte, Stärken der Familien.

Kinder können in entspannter Atmosphäre, ohne Druck und kostenfrei bis zu 1 Jahr lang verschiedene Sportangebote ausprobieren, Barrieren und Hemmschwellen abbauen, mit dem langfristigen Ziel, ihre Sportart zu finden und in einen der vor Ort tätigen Vereine einzutreten. Und nicht zuletzt die Möglichkeit neuer und stärkender Sozialkontakte, neue Freundschaften zu schließen. Auch der Weg ist das Ziel: 1 Jahr lang Bewegung und Sport und Freu(n)de!

Partizipative Entwicklung:

Kinder sollten (a) mitbestimmen, welche Sportart sie gerne testen würden, bzw. wie ggf. die nächste Trainingseinheit aussehen sollte, (b) die Sportarten bewerten (quasi als Tester*innen) mit jeweiligem Feedback am Ende des Trainings (z.B. Tennisbälle zusortieren ‚gut gefallen‘ oder ‚nicht gefallen‘ etc., Ansprechpartnerin ist hier die Trainerin von Körbe für Köln). Also eine partizipative Gestaltung des Pilotprojekts! Als Basis für die ersten Planungen sollte auf die im Rahmen der AG-Arbeit bereits erfolgten Bedarfserhebungen zurück gegriffen werden (Fragebögen Kinder U6 und Grundschulalter), später dann die Beteiligung der aktiv teilnehmenden Kinder erfolgen.

Sportvereine – Anforderungen, Voraussetzungen und Chancen:

- Fokus liegt auf Förderung von insbesondere adipösen/ übergewichtigen o.a. benachteiligten Kindern, Interesse und Spaß wecken an Sport und Bewegung allgemein, Hemmschwellen ablegen, ggf. fittere Kinder sollten nur ‚mitlaufen‘.
- Vereine erhalten zu Beginn ein kostenfreies Schulungsangebot zum Thema Adipositas und Sport bei Kindern (wichtige gesundheitsrelevante und pädagogische/ psychologische Informationen als Voraussetzung zur verantwortungsvollen Realisierung, Gelenke, Herz/Kreislauf u.a.). Referent*innen: Sportjugend/ Stadtsportbund, ggf. Sporthochschule Köln, ggf. Kinderärztin.
- Vereine erhalten bestimmtes Zeitfenster von 1 bis 3 Monaten (je nach Anzahl interessierter Vereine), in denen sie (ihre) verschiedenen Sportangebote vorstellen können, die sie in Bilderstöckchen (in den Hallen vor Ort) bereits realisieren (ggf. weitere Angebote, die sie in ihr Programm aufnehmen könnten, falls großes Interesse).
- Langfristiges Ziel und auch Vorteil für die Vereine ist die Mitgliedsanwerbung bzw. positive Öffentlichkeitsarbeit durch Projektteilnahme!
- Übungsleiterhonorar: 25,- /60 Minuten.

Anbindung der Sportjugend:

Evtl. Lücken im Zeitplan oder auch besonders exotische Sportarten könnten durch Übungsleiter*innen der Sportjugend gefüllt werden. Auch sie erhalten das o.g. Honorar.

Finanzierung der Trainingseinheiten:

Topf aus aufgelöstem Förderverein einer Grundschule aus Bilderstöckchen (3.300,- €), plus Sozialräumliche Mittel 2024 (500,- € auf Antrag, Bilderstöckchen Konferenz, 23.11.2022, bewilligt).

Bei rd. 40 Trainingseinheiten/Jahr (Urlaube, Feiertage berücksichtigt) und einer Trainingszeit von 1,5 Std. (2 Std. Hallenzeit zur Verfügung, 1 Trainingsstunde mit ggf. Infos/Einheiten zur Gesunden Ernährung, also max. 1,5 Std.) können zwei Personen finanziert werden, eine feste Trainerin von Körbe für Köln e.V. (2 Std./Termin, inkl.- Auf-, Abbau, Schließen etc.) und eine weitere Person aus den jeweiligen Vereinen bzw. der Sportjugend (1,5 Std./Einheit).

Rechnung: 40 Termine 2025 x 3,5 Std. (Körbe für Köln + Verein) x 25 Euro (Vergütung pro Stunde) = 3.500 € Gesamt Honorarkosten. Zzgl. Flyerdruck u.a.

Finanzierung der Adipositas-Schulung:

Über Sportjugend/Stadtsportbund, SpoHo Köln (?). Ggf. Co-Finanzierung auf Antrag durch BV-Nippes (?).

Versicherung:

Über Körbe für Köln e.V., die Sportvereine bzw. die Sportjugend!

Potentielle Anbindung Ernährungsprojekt:

Grundsätzlich wäre es möglich, ein Ernährungsprojekt in der zweiten Stunde der Hallenzeit einzubinden (pot. Küchennutzung der GHS müsste noch geklärt werden). Ernährungsrelevante Punkte werden aber auch ohne besondere Projektanbindung thematisiert. Hier könnte auch die Verbraucherzentrale NRW für eine entsprechende einmalige Schulung der Eltern angefragt werden (Gesundes Essen auch bei kleinem Geldbeutel).

Potentielles Anschlussprojekt:

Weiterentwickeltes Projekt der Sportjugend und des Vereins REHA-Kids-Köln e.V., „Starke Familien in Bewegung“, sobald Ausweitung auf Sportvereine vor Ort erfolgt ist. Recherche aktuellerer Projektmöglichkeiten nach Haushaltsbeschluss 2025/26.

Zeitschiene:

- 01.2025:** Konzepterstellung (erweiterte Version), Flyer-Erstellung und Anschreiben Vereine. Start Akquise der Vereine und Kinder/Familien.
- 02.2025:** Start mit Körbe für Köln e.V., Recherchen Adipositas und Sport, Vorbereitung der Adipositas-Schulung.
- 03.2025 (nach Karneval):** Beginn der ersten Trainingsstunden mit Körbe für Köln e.V., Durchführung Adipositas-Schulung der Vereine. Entwickeln des Vereinsplans (welche Vereine wann zu welchen Sportarten). Überarbeitung Flyer (mit Nennung Sportvereinen und der weiteren Kooperationspartner*innen).
- 04.2025:** Start der Vereinseinbindung und Rotieren nach Plan, im weiteren Verlauf partizipative Berücksichtigung der Reflexion der Kinder.
- 12.2025:** Abschluss der Praxisphase (ggf. noch Januar).
- 01.2025:** Reflexion, ggf. Entwicklung einer Anschlussperspektive.

Anlage: [Projektflyer!](#)



Bilderstöckchen Konferenz

Gemeinwesenarbeit für Köln-Bilderstöckchen

VEEDEL
Lebenswerte
Bürger- und Sozialraumorientierung in Köln
Sozialraumkoordination Bilderstöckchen