

Kontakt

Abteilung für Sportmedizin
0641/9925211

oder

Andreas Bingenheimer
(Übungsleiter)

0151/17841094

E-Mail:
Andreas.Bingenheimer@gmx.de



Fördergruppe -Fußball-

Ein integratives Sportprogramm
für übergewichtige und
adipöse Kinder



Das Training wird im Rahmen des -Vereins für Gesundheitssporttherapie und Rehabilitation- durchgeführt und von der Abteilung für Sportmedizin der Universität Giessen begleitet. Das Projekt wird vom -Hessischen Ministerium des Inneren und für Sport- gefördert.

Zeit und Ort

Der Beginn der Fördergruppe -Fußball-, welche sich über die Zeitdauer von einem Jahr erstreckt ist für Mittwoch, den 09. April dieses Jahres (2008) geplant. Der wöchentliche Trainingsumfang beläuft sich auf zwei Trainingseinheiten mit einer Länge von jeweils 90 Minuten. Das Training findet in der Turnhalle am Kugelberg statt.

Zielgruppe

Gesucht werden Übergewichtige in der Altersgruppe von 8 bis 12 Jahren. Die Kinder sollten zum Startpunkt des Programms nicht in einem Fußballverein aktiv sein.

Fußball



Das Sportprogramm

Die Teilnehmer der Gruppe werden (nach einer medizinischen Voruntersuchung) ein sporttherapeutisches Förderprogramm mit dem Schwerpunkt -Fußball- absolvieren. Es sollen grundlegende sportmotorische, konditionelle und technische Fähigkeiten vermittelt werden.

Ziele des Sportprogramms

- ⇒ Verbesserung der sportartspezifischen, konditionellen und motorischen Leistungsfähigkeit
- ⇒ Vermittlung von Spaß und Freude an der Bewegung als Grundvoraussetzung für ein lebenslanges Sporttreiben
- ⇒ Förderung der sozialen Integration innerhalb einer Gruppe
- ⇒ Erhöhung der Alltagsaktivität
- ⇒ Langfristige Einbindung in einem lokalen Fußball- oder Sportverein

Fußball

