

Unser Tipp für die Feiertage: rausgehen, bewegen, Spaß haben!

geschrieben von Redakteur | Dezember 20, 2022



Statt auf dem Sofa zu liegen, Plätzchen zu essen und Filme zu schauen oder digitale Spielchen zu spielen, wäre ein Ausflug in die Natur an den Feiertagen die richtige Aktivität. Denn leider bewegen sich Kinder und Jugendliche viel zu wenig und bei den Erwachsenen sieht es nicht besser aus. Es gibt aber auch Förderprogramme.

Wir müssen die Kinder in Bewegung bringen

geschrieben von Redakteur | Dezember 20, 2022



Der Bewegungsmangel von Kindern hat wohl einen neuen Höhepunkt erreicht. Das hat unlängst auch der Kindergesundheitsbericht der Stiftung Kindergesundheit gezeigt. Die Stiftung hat mit „Tigerkids“ ein Programm geschaffen, das Kindertageseinrichtungen helfen soll, Kinder in Bewegung zu bringen.

Deutsches Kinderhilfswerk fördert Anschaffung von Bewegungsbaustellen

geschrieben von Redakteur | Dezember 20, 2022



Unsere Kinder bewegen sich hierzulande immer weniger. Das fördert Krankheiten, behindert die geistige Entwicklung und vergrößert die Unfallgefahr. Das Kinderhilfswerk fördert nun die Anschaffung von Bewegungsbaustellen. Schulen können sich

jetzt bewerben.

Gesundheitsprogramm für Kita und Schulen

geschrieben von Redakteur | Dezember 20, 2022



Nachhaltig eine gesunde Lebenswelt schaffen, darum geht es beim Gesundheitspräventionsprogramm fit4future. Für das zweijährige Programm können sich Kitas und Schulen jetzt bewerben.

Mehr Bewegung hilft Kinderunfälle zu vermeiden

geschrieben von Redakteur | Dezember 20, 2022



Über eine Million Kinder verletzen sich jedes Jahr bei Sport und Bewegung so sehr, dass sie ärztlich behandelt werden müssen. Die Ursache besteht oft in einem Mangel an Bewegung. Die kostenlose Broschüre der Bundesarbeitsgemeinschaft (BAG) Mehr Sicherheit für Kinder e.V. hilft Eltern und pädagogischen Fachkräften, Unfälle zu vermeiden.

Körperliche Fitness verbessert Konzentration und Lebensqualität

geschrieben von Redakteur | Dezember 20, 2022



Körperlich fitte Grundschulkinder fühlen sich besser und können sich besser konzentrieren. Sie schaffen eher den Sprung aufs Gymnasium als Kinder, die sportlich weniger leistungsfähig sind. Erstmals belegt dies eine Studie der

Gefühl bis in die Fingerspitzen

geschrieben von Redakteur | Dezember 20, 2022



Kinder lernen über ihre fünf Sinne. Damit dies gelingen kann, bedarf es körperlicher Aktivitäten. Darum und um einige praktische Beispiele zum Thema „Gleichgewicht“ geht es im folgenden Beitrag von Dr. Gabriela Falkenberg-Gurges.

Das rhythmische Prinzip von Ruhe und Kraft

geschrieben von Redakteur | Dezember 20, 2022



Bewegung ist ein Grundbedürfnis eines jeden Kindes. Doch in der heutigen Zeit werden wir dem nur noch selten gerecht. Dr. Charmaine Liebertz, Heilpädagogin, Lehrerin und Gründerin der Gesellschaft für ganzheitliches Lernen hat eine Spielekartei mit Spielen zu Bewegung und Rhythmus geschaffen. Hier sind drei Spiele daraus.