Wer sich viel bewegt, denkt schneller und besser

geschrieben von Redakteur | Januar 21, 2024



Unser Gehirn ist entstanden, damit wir uns bewegen können. Und wer sich viel bewegt, der denkt nicht nur schneller, sondern auch besser. Das bestätigt nun auch eine Studie aus Portsmouth.

Studie: Was Eltern von der Schule erwarten

geschrieben von Redakteur | Januar 21, 2024



Was erwarten Eltern von der Ganztagsbetreuung für ihre Kinder? Dieser Frage geht eine Studie an der Uni Würzburg nach. Hintergrund ist die Einführung des Rechtsanspruchs auf

Ganztagsbetreuung ab 2026.

Warum sich unsere Kinder viel zu wenig bewegen

geschrieben von Redakteur | Januar 21, 2024



In der Kindheit ist der natürliche Bewegungsdrang am stärksten ausgeprägt. Aber die Kinder unserer Informationsgesellschaft bewegen sich heute nur noch halb so viel wie vor 30 Jahren. Nicht weil ihr Bewegungswunsch nachgelassen hätte, sondern weil wir nachlässig mit diesem ihrem existentiellen Bedürfnis umgehen. Charmaine Liebertz erläutert in folgendem Artikel, warum Bewegung für Kinder so wichtig ist. Dazu gibt es passende Spieletipps.

Wie viel Bewegung Kinder wirklich brauchen

geschrieben von Redakteur | Januar 21, 2024



Kinder haben einen großen Bewegungsdrang. Aber durch Schule und Mediennutzung nehmen sitzende Tätigkeiten stark zu. Bewegt sich mein Kind eigentlich genug? Wie viel Aktivzeit braucht es?

„Wir brauchen mehr Bewegung in der Ganztagsschule!“

geschrieben von Redakteur | Januar 21, 2024



Nur eines von vier Grundschulkindern bewegt sich genug, also mehr als eine Stunde pro Tag. Das hat Folgen für die körperliche und psychische Gesundheit. Deshalb fordert die Sportwissenschaftlerin Prof. Dr. Miriam Kehne mehr Bewegung in der Ganztagsschule.

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

geschrieben von Redakteur | Januar 21, 2024



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 | Januar 21, 2024



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 | Januar 21, 2024



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.