

## Bewegungs- und Sportstunden mit Kindern

### Für vielfältige und lebendige Sport- und Bewegungsangebote

Auf den folgenden Seiten finden Sie Praxismaterialien, Hilfen und Tipps für die Gestaltung von Bewegungs- und Sportstunden mit Kindern.

#### [Ausdauerförderung mit Kindern](#)

Vor dem Hintergrund der aktuellen Bewegungswelt der Kinder und der daraus resultierenden Bewegungsreduktion im Alltag ist es wichtig, Kindern ausdauernde Belastungsmomente in spielerischer Form anzubieten.

---

#### [Bewegungserfahrung für unter 3-Jährige](#)

Die Neugier des Kleinkindes ist groß. Kinder brauchen eine Umwelt, die man anfassen, fühlen, hören, riechen, in der man sich bewegen und Erfahrungen sammeln kann. Im Folgenden werden Beispiele vorgestellt, wie Sinneserfahrungen und Körpererlebnisse aktiv gefördert werden können.

---

#### [Bewegungsgeschichten](#)

Kinder lieben es, sich in eine Geschichte hineinzuversetzen und sich mit den jeweiligen Rollen zu identifizieren. Bewegungsgeschichten gehören deshalb zum bevorzugten Repertoire einer Übungsleitung von Kindergruppen. 21 Bewegungsgeschichten erwarten Sie...

---

#### [Bewegungslandschaften](#)

Bewegungslandschaften haben für Kinder aller Altersgruppen einen hohen Aufforderungscharakter.

Beim Klettern, Rutschen, Rollen, Krabbeln, Blancieren, Springen und vielem mehr haben die Kinder die Möglichkeit für eigenständige Entscheidungen und lernen so ihre Fähigkeiten einzuschätzen und zuerweitern. Hier erwarten Sie vielfältige Bewegungslandschaften für Kinder unterschiedlicher Altersstufen ...

---

### [Bewegungsspiele rund um die Ernährung](#)

Das Konzept „Wenn das Essen laufen lernt“ soll alle Übungsleiter/-innen im Sport und andere Erziehende dabei unterstützen, Ernährungsthemen spielerisch in ihre „bewegte Arbeit“ mit Kindern und Jugendlichen einzubauen. 48 Spielideen erwarten Sie...

---

### [Bewegung und Erlebnisse in der Natur](#)

Die musiche Erziehung ist eine der wichtigsten Erziehungsgebiete in der Entwicklung des Kindes. Singen, Rhythmik, Tanz, sich bewegen auf Musik sind Ausdruck elementarer Lebensfreude.....

---

### [Erlebnisturnen](#)

Bewegungslandschaften haben für Kinder aller Altersgruppen einen hohen Aufforderungscharakter. Beim Klettern, Rutschen, Rollen, Krabbeln, Blancieren, Springen und vielem mehr haben die Kinder die Möglichkeit für eigenständige Entscheidungen und lernen so ihre Fähigkeiten einzuschätzen und zuerweitern. Hier erwarten Sie vielfältige Bewegungslandschaften für Kinder unterschiedlicher Altersstufen ...

---

### [Fitte Kids](#)

Attraktive Fitnessübungen und –aufgaben für Kinder sollten deshalb dem Grundsatz folgen, vielseitige und altersgemäße Herausforderungen zu bieten, die spielerisch konditionelle Fähigkeiten wie Ausdauer, Geschicklichkeit, Schnelligkeit und Körperspannung fördern. 3 Zirkelstationsprogramme erwarten Sie...

---

### [Füße in Bewegung](#)

So viel wie möglich barfuß laufen! Regelmäßige Fußgymnastik und Barfußlaufen ist eine ebenso einfache wie wirkungsvolle Maßnahme zur Gesundheitsvorsorge. Den Füßen wird leider von Anfang an zu wenig Aufmerksamkeit gewidmet....

---

### [Integration durch Sport](#)

Das übergreifende Ziel dieser Praxishilfe ist es, Kinder im Grundschulalter bei der Entwicklung von sozialen, personalen und sachbezogenen Kompetenzen zu unterstützen und damit soziale und interkulturelle Lernprozesse innerhalb der Gruppen zu fördern. 55 Spielideen erwarten Sie...

---

---

## Gesundheitstraining für Kinder

Für die Übungsleiterinnen und Übungsleiter ist es notwendig, die möglichen Hintergründe und Ursachen von Mängeln im körperlichen Bewegungsbereich zu kennen. Diese Ziele verfolgen die vier Broschüren der Sportjugend NRW

---

### Zirkus, Clowns und kleine Akrobatinnen

Im Zirkusspiel können Kinder entdecken, was in ihnen steckt und wie viel Spaß es machen kann gemeinsam ein Ziel zu erreichen. Das Thema kann in ein oder mehreren Übungsstunden aufgegriffen werden, jedes in sich abgeschlossen.....

---