



Wir werden Bewegungshelden.®

WIR SIND

in form

Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung

WOWthemen

	Thema	Inhalt
Tag 1	“Dein Körper & Du.”	Verbesserte Körperwahrnehmung als Basis Der Körper kindgerecht erklärt mit kleinen Übungen.
Tag 2	“Fang den Ball.”	Ballspiele neu entdeckt Trainieren motorischer Fähigkeiten & sozialer Kompetenzen, Förderung des Teamgeistes.
Tag 3	“Rolle vorwärts.”	Gymnastik ganz groß Trainieren elementarischer Fähigkeiten in der Gruppe.
Tag 4	“Bewegende Erlebnisse - selbstgebaut!”	Bewegungsparcours mit vorhandenen Materialien Förderung von Bewegung, Teamgeist und Kreativität.
Tag 5	“Mit allen Sinnen.”	Koordinationstraining für Kinder Altersgerechte Steigerung der Koordinationsfähigkeiten durch gezielte Übungen.
Tag 6	“Häschen in der Grube.”	Alte Bewegungsspiele neu entdeckt Mit den Kindern werden Spiele aus Oma und Opas Zeiten “wiederbelebt” und erprobt.
Tag 7	“Auf die Plätze, fertig, spielen!”	“Natürlicher Spielplatz” Spiele und Übungen in natürlichen Bewegungsräumen (Wald, Wiese, Sand, Steine, ...)
Tag 8	“Ringen und Raufen im pädagogischen Kontext.”	Kontrolliertes Kräftermessen & Grenzen testen Verbesserung sozialer Kompetenzen, Wahrnehmung Nähe/ Distanz.
Tag 9	“Total hipp!”	Neue Bewegungsspiele entdecken Austesten neuer Trendsportarten (z.B. Fußball-Golf, Frisbee-Golf, Trailrunning).
Tag 10	“Bewegung rund um die Welt & ich bin dabei!”	Inklusion & Integration Spiele aus anderen Ländern & Kulturen, Leben & Bewegen mit Einschränkungen.
Tag 11	“Gemeinsam entdecken und Meistern.”	Körperliche Herausforderungen mit “geistiger Bewegung” Kombination aus Wettkampf und Teamsport.
Tag 12	“WOW! - Heldentag.”	Abschlussparkour Siegerehrung aller Bewegungsheld:innen

VOM KLEINEN..



..ZUM GROSSEN HELDEN!

