



**Wir werden
Bewegungshelden.**®

WIR SIND

IN FORM

Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung
und mehr Bewegung

WOW- Themen

	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 Training motorischer Fähigkeiten & sozialer Kompetenzen, Förderung des Teamgeistes.
Tag 3	„Mit allen Sinnen.“	Kontrolliertes Kräftemessen & Grenzen testen Verbesserung sozialer Kompetenzen, Wahrnehmung Nähe & Distanz.
Tag 4	„Ringen und Raufen“	Koordinationstraining für Kinder Altersgerechte Steigerung der Koordinationsfähigkeiten durch gezielte Übungen.
Tag 5	„WOW! - Heldenntag“	Abschlussparcours Siegerehrung aller Bewegungsheld:innen

VOM
KLEINEN...



...ZUM
GROSSEN
HELDEN!

