

„BEWEGTE KINDHEIT“

**SPIELERISCH AKTIV FÜR
EINE GESUNDE ZUKUNFT**



REFERENT*INNEN



Annette Raschdorf

Sport- & Vereinsentwicklung
Leitung Kindersportschule

Sozialpädagogin
Fach Übungsleiterin C



Pierre Precht

Kaufmännischer Leiter

B.A. Sportwissenschaft
Fitnesstrainer A-Lizenz



Johannes Wechsler

Sportwissenschaftler & Trainer

B.A. Sport und Gesundheit in
Prävention und Therapie
DOSB-Trainer Leistungssport C

WARUM IST BEWEGUNG FÜR KINDER SO WICHTIG?



Sensorische Fähigkeiten (Ausdauer & Konzentration)	Die Durchblutung des Gehirns und die Leistungsfähigkeit wird gesteigert. Aufmerksamkeit und Konzentration werden erhöht. Mehr Ausdauer in der Ausführung einer Tätigkeit.
Körperliche Entwicklung	Das Immunsystem wird für eine bessere Gesundheit stabilisiert. Der gesamte Bewegungsapparat wird für mehr Kraft und Ausdauer gestärkt.
Motorische Entwicklung	Koordination und Geschicklichkeit werden trainiert und sorgen für mehr Sicherheit.
Geistige Entwicklung	Abstraktes und vernetztes Denken wird gefördert. Fantasie wird angeregt, die Kreativität verbessert und die Problembewältigung gefördert.
Emotionale Entwicklung	Das Selbstvertrauen wird gestärkt und ein gutes Selbstwertgefühl gefördert.
Sozialverhalten	Hilfsbereitschaft und Rücksichtnahme werden verstärkt. Bereitschaft zur Kooperation und Teamfähigkeit werden gefördert und die Frustrationstoleranz gesteigert.

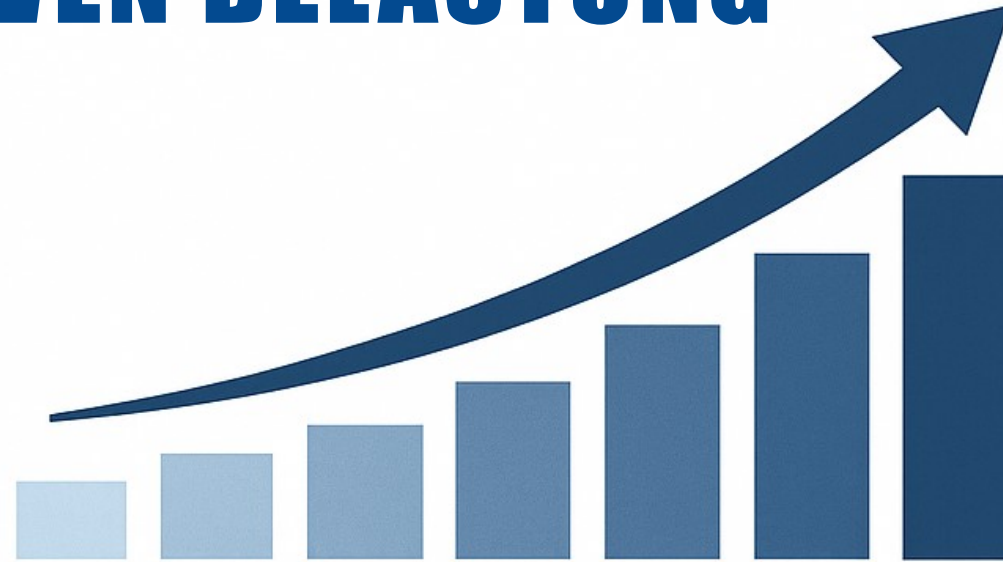
GRUNDPRINZIPIEN DER BEWEGUNGSLEHRE



MOTORISCHE FÄHIGKEITEN



DAS PRINZIP DER PROGRESSIVEN BELASTUNG



Leicht	→	Schwer
Bekannt	→	Unbekannt
Einfach	→	Komplex
Langsam	→	Schnell
Grobform	→	Feinform
Statisch	→	Dynamisch
Einzelübung	→	Partnerübungen
Übungsteile	→	Übungsverbindungen

BEWEGUNG IM ALLTAG INTEGRIEREN



KREATIVE AKTIVITÄTEN UND SPIELE FÜR DEN ALLTAG



SPORTLICHE LAUFBAHN BEIM TV FÜRTH 1860 E.V.



Sportart-
Spezialisierung

Kinder Tanzen
ab 3,5 Jahre

**„Little Athletes“
„Babysport“**
Kursangebote
unter 2 Jahre



BaKiBa
2-4 Jahre



Jugendsportclub
ab 9 Jahre

Sportart-
Spezialisierung

**Mini
Budo**
3,5-9 Jahre

**Rhythmische
Gymnastik**
(Breitensport)
5-10 Jahre

Leichtathletik
(Breitensport)
Ab 8 Jahre

FRAGEN, AUSTAUSCH & DISKUSSION

„BEWEGTE KINDHEIT“

**SPIELERISCH AKTIV FÜR
EINE GESUNDE ZUKUNFT**

**VIELEN DANK FÜR IHRE
AUFMERKSAMKEIT**

