

Bewegung im Alltag

Bewegung ist gesund.



Wann bewegen wir uns im Alltag?

- Treppen steigen
- Wohnung putzen
- Zu Fuß einkaufen
- Mit dem Fahr-Rad einkaufen
- Zu Fuß zum Kinder-Garten
- Mit dem Fahr-Rad zum Kinder-Garten
- Toben
- Spazieren gehen
- Schwimmen gehen
- Spiel-Platz
- Kinder-Turnen
- _____

Bewegung ist gut für mein Kind.

Mein Kind ist zufriedener.

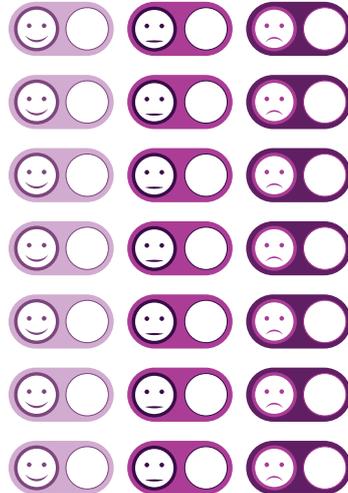
Mein Kind lernt seinen Körper kennen.

Mein Kind entwickelt sich gut.



Spaß mit Bewegung

- Wir spielen Fangen.
- Wir gehen auf Zehen-Spitzen.
- Wir krabbeln durch die Wohnung.
- Wir tanzen.
- Beim Einkaufen machen wir eine Pause:
Wir gehen auf den Spiel-Platz.
- Wir machen einen Spaziergang.
-



Was macht Spaß?
Zum Beispiel:

