

Bewegungstipps für Kinder: Mit Alltagsgegenständen

Alltagsgegenstände lassen sich bestens als Sportgeräte einsetzen. Sowohl Lehrpersonen als auch Eltern von kleineren und grösseren Kindern erhalten mit diesen Bewegungstipps spannende Herausforderungen für ihre Schützlinge.



mobilesport.ch bietet Hilfestellungen mit gezielten Übungsvorschlägen, die gut im Familienkreis oder in sehr kleinen Gruppen durchgeführt werden können und Kinder weiter zu abwechslungsreicher Bewegung animieren.

Den Anfang machen wir mit Spielen und Übungen, die mit Alltagsgegenständen wie Zeitungen, Kartondeckeln oder Flaschendeckeln durchgeführt werden können. Wählen Sie eine sinnvolle Zusammensetzung aus unseren Vorschlägen aus, die möglichst vielfältige Anregungen geben.

Unsere Vorschläge

- [Mit Zeitungen](#)
- [Mit Kartondeckeln](#) (Bierdeckel)
- [Mit Flaschendeckeln](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO