

Rituale im Kindersport – Beruhigung/Pause: Stilles Land

Die Kinder nehmen in dieser Übung Bewegungen nur visuell wahr. Zudem erreicht man eine gute Konzentration, wenn nicht gesprochen werden darf.

Die Kinder dürfen keine Geräusche oder Worte von sich geben. Die Leiterperson zeigt verschiedene Bewegungen und Posen vor. Die Kinder beobachten die Leiterperson und imitieren sie so schnell wie möglich.



Quelle: J+S-Kindersport



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO