Medientipp: Einfach umsetzbare Bewegungstipps

Auch im zweiten Corona bedingten Lockdown dürfte die Nachfrage nach angemessenen Bewegungsangeboten für zu Hause oder an der frischen Luft gross sein. Mit mobilesport.ch verschafft das Bundesamt für Sport BASPO einen nach Ziel- und Anspruchsgruppen geordneten Überblick zu frei zugänglichen und geprüften Angeboten.



Ob Kartensets für Kinder, ein Medizinball-Training für Jugendliche und Erwachsene, auf den Lehrplan bezogene Angebote für den Fernunterricht oder sport@home-Bewegungsangebote für die ältere Generation: Unsere Zusammenstellung in Form eines Padlets verschafft einen strukturierten Überblick zu nützlichen und fundierten Bewegungsangeboten im Internet.

Der Fokus liegt dabei immer auf frei zugänglichen Web-Inhalten, welche die Leserinnen und Leser zu zielgruppengerecht aufbereiteten und zu Hause einfach umsetzbaren Bewegungstipps führen. Diese Seite kann durch einen Link mit Bekannten, Kolleginnen und Kollegen sowie auf Social Media geteilt werden. Sie wird ständig mit neuen Angeboten ergänzt.

Recherchiert und geprüft wurden die Verlinkungen von Lehr-/Lernmedien-Expertinnen und -Experten des Bundesamts für Sport BASPO.

Zum Überblick



Bundesamt für Sport BASPO