



Handlungsfeld "Gesundheitsförderung"



Die Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen zu fördern heißt, sie beim Erwerb und bei der Erweiterung von Fähigkeiten und Kompetenzen zu unterstützen, um ihr alltägliches Leben bewältigen zu können.

Beiträge dazu sind:

- Erhaltung und Verbesserung einer allgemeinen körperlichen, psychischen und sozialen Leistungsfähigkeit
- Vermeidung von Krankheiten im Kindes- und Jugendalter
- Verbesserung der organischen Funktionsfähigkeit und der Lebensqualität
- Entwicklung einer individuellen Gestaltungsfähigkeit von Gesundheit
- Stärkung des Selbstwertgefühls

Kinder und Jugendlichen benötigen außerdem Sachinformationen, um über dieses Wissen ein eigenes Gesundheitsverhalten zu entwickeln.

[Heiltrank für den Weihnachtsmann](#)Eine vorweihnachtliche Bewegungsgeschichte

[„Conni backt Pizza“](#)Spielerische Umsetzung eines Bilderbuches zum Thema Bewegung und Ernährung

[Bewegte Pausen](#) zur Erhaltung der Leistungsfähigkeit und Leistungsbereitschaft

[Reise in den Zauberwald](#)Spielerische Förderung mathematischer Vorläuferkompetenzen

[„Psst! was war das?“](#)Geisterhafte Anregung der auditiven Wahrnehmung

[Waldausflug](#)Eine herbstliche Turnstunde mit alltagsintegrierter Sprachförderung

[„Runterfahren“](#)Entspannung für Kinder

[Körperwahrnehmung für Kinder im Klassenraum](#)Von der Wirbelsäule bis in die Fingerspitzen und zurück

[Schutzenkel](#)Wie dein Schutzenkel dich führt

[Förderung der Aufmerksamkeit](#)Bekannte Spiele für drinnen und draußen

[Ausdauerschulung durch Körperwahrnehmung](#)Herzklopfen, Atmung und Schwitzen als Körpersignale fühlen, erfahren, verstehen

[Sprache und Bewegung - Teil 2](#)Spiele zur Wortschatzerweiterung mit Artikel-Vertiefung

[Sprache und Bewegung - Teil 1](#)Wortschatzerweiterung im Bereich der Adjektive

[Gesundheitsorientiertes Ausdauertraining im Tischtennis](#)Ein spielgemäßes Konzept für alle Alters- und Könnensstufen

[Soziales Lernen im Sport - Folge 2](#)Teamfähigkeit durch Kommunikation

[Soziales Lernen im Sport - Folge 1](#)Interaktions- und Vertrauensspiele für Gruppen

[Dunkel war es ...](#)Eine Stunde mit der Taschenlampe: Spiele mit Licht und Schatten

[Kleine Gespensterschule](#)Bewegungsgeschichte zur Förderung der An- und Entspannungsfähigkeit

[Bewegungs- und Spielangebote im Wohnumfeld von Kindern](#)Mit Freunden aus der Nachbarschaft spielen

[Kompetenzen schützen vor Unfällen](#)Gefahrensituationen durch ausreichende Körpererfahrung meistern

[Robin Hood und seine Gefährten im Sherwood Forrest](#)Eine Sportstunde für Kinder ab Grundschulalter, die zum Kräftemessen einlädt

[Bewegung und Lernen – am Beispiel Mathematik](#)Bewegung unterstützt den Erwerb mathematischer Kompetenzen in der Primarstufe

[Äpfel, Möhren, Nüsse - Bewegt euch!](#)Ernährungswissen spielerisch in Bewegung umsetzen

[Bewegen und Lernen – am Beispiel der Schriftsprache](#)Mit laufenden Buchstaben spielerisch lernen

[Keine Lust auf Lustlosigkeit](#)Lust auf Bewegung, Spiel und Sport

[Bekannte Spiele für draußen und drinnen](#)Spiele ohne Materialien zur Förderung der Aufmerksamkeit

[Heute bin ich Tierpfleger/in](#)Ein bewegungsintensiver Spielparcours besonders für übergewichtige Kinder

[Wir tanzen mit den Schmetterlingen ...](#)Eine frühlingshafte Bewegungsgeschichte mit übergewichtigen Kindern

[Durch Bewegung das Sprechen fördern](#)Wahrnehmungs- und Bewegungsanlässe zur Förderung der Sprechsicherheit

[Davor habe ich keine Angst!](#)Spiel- und Bewegungsideen für ängstliche Kinder

[Den Zappel-Philippen helfen](#)Spiele für überaktive Kinder
