

Bewegungspausen-Konferenz

Beitrag von „venti“ vom 27. Februar 2006 14:14

Hallo Elaine,

wie viele Elemente du vorstellst, hängt ja auch von der Zeit ab, die du zur Verfügung hast.

Ansonsten würde ich auch da mit Karteikarten arbeiten, (auslegen) dass die KollegInnen je nach Bedarf probieren können.

Was mich als Nicht-Sport-Fachfrau interessieren würde: bei welchen Bewegungsübungen muss ich aufpassen - wo kann sich ein Kind wehtun? Und: welche Übungen sind durchführbar mit "normaler" Kleidung, für welche anderen ist Sportkleidung erforderlich? (Das ist auch der Knackpunkt, warum ich solche Sachen selbst nicht häufiger mitmache 😊 Ich komme eher selten im Jogginganzug - und umziehen für zehn Minuten bringt auch nicht viel.)

Gruß venti 😊