

## Alltagsspiele

[Alltagsspiele mit Bewegung](#) Memory, Skat, Puzzle und Stadt-Land-Fluss in der Sporthalle

**Zeit:** 45 Minuten, **TN:** 9–21 Erwachsene, **Ort:** Sporthalle

Die Förderung/Schulung der koordinativen und konditionellen Fähigkeiten in der Sporthalle wird häufig von den Teilnehmenden als monoton erlebt. Übungen in spielerischer Form sorgen für Abwechslung. Die folgende Unterrichtsstunde verbindet altbekannte Alltagsspiele wie Skat, Memory und Puzzeln vornehmlich mit Ausdauerübungen.

August 2010

---

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

**Zeit:** 90 Minuten, **TN:** 25–30 Kinder im Alter von 8–10 Jahre, **Ort:** In der Nähe der Sporthalle

Immer mehr Sportvereine stellen sich dieser Aufgabe und geben Jungen und Mädchen vielfältige Wegweisungen, wie sie in ihrem Alltag wieder mehr Bewegung finden und realisieren können. Eine Möglichkeit bietet sich durch die Berücksichtigung von Bewegungszeiten im Sportverein an, die im Wohnumfeld der Kinder stattfinden. Diese tragen dazu bei, dass Kinder sich wieder öfter in ihrem Lebensumfeld bewegen und spielen, weil sie erfahren haben, wo, wie und was sie spielen können.

Januar 2007