

KiSS-Online-Tipps

Hier finden Sie speziell ausgewählte Online-Tipps für die ganze Familie zum Mitmachen und Spaß haben.

Sportangebote für Kinder und Jugendliche für Zuhause

Damit einem nicht die Decke auf den Kopf fällt, sind Bewegung und Sport eine gute Lösung. Bei IN FORM finden Sie Fachbeiträge, praktische Tipps und Materialien rund um Deutschlands **Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung**.

<https://www.in-form.de/wissen/sportangebote-fuer-kinder-und-jugendliche-zu-hause-nutzen/>

Mach mit und halte dich fit

Ampelinis Sport

Grecco Ampelini bringt Kinder auf eine abenteuerliche Reise zu dem verborgenen Tempel. Dabei machen alle ein kindgerechtes Aerobic-Training mit viel Spaß und guter Laune. Also nichts für Schlafmützen. Aufstehen und mitmachen!

https://www.youtube.com/watch?v=7lb0ml8MxTk&feature=emb_title

Kinderyoga – Ausflug in den Zoo

https://www.youtube.com/watch?v=9r_T5-LGod0&feature=youtu.be

Kinderballett 1 (bereitlegen: 2 bunte Blätter Papier, A5 oder A4)

<https://www.youtube.com/watch?v=uvvVWC1qhrU&feature=youtu.be>

Kinderballett 2 (bereitlegen: ein Tuch, 2 bunte Blätter Papier, A5 oder A4)

<https://www.youtube.com/watch?v=yvom3vd8W7I&feature=youtu.be>



„Beweg dich schlau“ mit Felix Neureuther

Brainfitness für Kinder von 6 bis 12 Jahren

<https://www.bewegdichschlau.com/kinder-und-schule/media/videos>

- **Besonderer Tipp für alle zum Mitmachen: der Song zu „Beweg dich schlau!“**

<https://www.bewegdichschlau.com/kinder-und-schule/media/videos#gallery-2>

We love to „hüpf“ - Übungen auf dem Gartentrampolin

In den heimischen Gärten steigt die Anzahl der „Gartentrampoline“ bereits seit Jahren an. Wie diese als Trainingsmittel genutzt werden können, stellt Ingrid Eislöffel, Talentscout am Trampolinstützpunkt Bad Kreuznach, dar.

<https://www.dtb.de/index.php?id=4152>

Noch mehr Bewegungs- und Motivationsprogramm für unsere Kleinsten

Babys in Bewegung

Der Ratgeber „Babys in Bewegung“ liefert Eltern in 20 Folgen einfache Bewegungsanregungen für zu Hause, mit denen diese den natürlichen Bewegungsdrang ihres Babys unterstützen können. Darüber hinaus wird Wissen rund um die motorische Entwicklung von Kindern zwischen null und zwei Jahren vermittelt.

<https://www.kinderturnstiftung-bw.de/babys-in-bewegung/>

Für die kleinsten KiSS-Kinder:

1 2 3 im Sauseschritt - Singen, Tanzen und Bewegen

<https://www.youtube.com/watch?v=y7Rn8XUEC-M>

Ganz süße Übungen - Trockenschwimmen für unsere SwimStars-Anfänger.

Probiert es mal aus! Bitte Wasserschüssel bereithalten 😊

<https://www.youtube.com/watch?v=Uuc4HYASAL8>



Der Markt an Onlinevideos ist mittlerweile sehr groß geworden. Trotzdem muss man manchmal ewig suchen bis man das Richtige für sich oder sein Kind gefunden hat.

Besonders schöne und geeignete Videos, mit den entsprechenden Links dazu, haben wir für Sie ausgewählt. Da ist sicher auch für die kommenden Ferien was dabei.

Viel Spaß wünscht
Ihre KiSS Winnenden