

Casa Feliz und Casa Vivida in Bewegung



Die Vorschulkids liefen was das Zeug hielt!

Die Landesinitiative „Rheinland-Pfalz - Land in Bewegung“ rief zu einem landesweiten Bewegungsaktionstag für Kitas und Schulen auf. Alle teilnehmenden Institutionen in Rheinland-Pfalz sollten an diesem Tag innerhalb der Klassenverbände oder in Kleingruppen eine Meile (1,6 km) oder 15 Minuten laufen.

„Land in Bewegung“ ist eine inklusive, soziale und körperliche Aktivität, bei der Kinder in ihrem eigenen Tempo an der frischen Luft mit anderen rennen oder joggen. Die Kinder können, falls nötig, gelegentlich gehen, um die Belastungsintensität zu verringern, sollten jedoch versuchen, die vollen 15 Minuten durchzulaufen.

Die Teilnahme ist einfach. Ohne großen organisatorischen oder zeitlichen Aufwand, sollen an diesem Tag Kinder und Jugendliche mit Spaß in Bewegung kommen. Die Institutionen sind frei in der Einbindung der 15-minütigen Bewegungseinheit. Alle Kinder, die am Aktionstag teilnehmen, erhalten ein Bewegungsband der Landesinitiative sowie eine Urkunde.

Bei dieser Aktion machten auch die Kitas „Casa Vivida“ und „Casa Feliz“ vom Kindergarten-zweckverband der VG Bad Hönningen mit. Unter der Anleitung der Erzieherinnen wurde mit den künftigen Schulkindern schon im Vorfeld fleißig trainiert. Gemeinsam starteten sie die Aktion mit einer Zumba Einheit zum Aufwärmen; dann gingen die Läufer/innen an den Start. Die Kinder waren von Anfang an super motiviert und machten regelmäßig beim Training mit. Bewegung ist eben wichtig und jeder machte nach seinem Tempo mit. Manche wollten gar nicht mehr aufhören. Am Bewegungstag war die Motivation dann noch größer! Unter begeisterndem Jubeln der Zuschauer am Rande der Laufbahn drehten die Kinder ihre Runden und sogar die Kleinsten der Kitas ließen sich hiervon mitreißen und liefen mit. Hier zeigte sich wieder ganz eindrucksvoll, dass Bewegung nicht nur wichtig ist, sondern richtig viel Spaß macht.

Zur Stärkung gab es im Anschluss für alle Getränke und einen gesunden Snack.

Das Fazit dieses Angebotes: Die positive Stimmung, das Engagement der Kinder und auch der Zuschauer war beeindruckend. In dem Moment war klar, dass es auch zukünftig nicht nur einmal im Jahr, sondern jede Woche einen Bewegungstag in den Kitas geben wird.

[Grundsatzerklärung LkSG \(https://www.wittich.de/grundsatzerklaerung-lksg\)](https://www.wittich.de/grundsatzerklaerung-lksg) | [Impressum \(https://www.wittich.de/impressum\)](https://www.wittich.de/impressum) | [Initiativ-Bewerbung \(https://www.wittich.de/bewerbung\)](https://www.wittich.de/bewerbung) | [Kontakt \(https://www.wittich.de/kontakt\)](https://www.wittich.de/kontakt) | [AGB \(https://www.wittich.de/agb\)](https://www.wittich.de/agb) | [Gender-Hinweis \(https://www.wittich.de/gender-hinweis\)](https://www.wittich.de/gender-hinweis) | [Netiquette \(https://www.wittich.de/netiquette\)](https://www.wittich.de/netiquette) | [Datenschutz \(https://www.wittich.de/datenschutz\)](https://www.wittich.de/datenschutz) | [Streitschlichtung \(https://www.wittich.de/streitschlichtung\)](https://www.wittich.de/streitschlichtung) | [Seitenübersicht \(https://www.wittich.de/seitenuebersicht\)](https://www.wittich.de/seitenuebersicht) | [Erklärung zur Barrierefreiheit \(https://www.wittich.de/erklaerung-zur-barrierefreiheit\)](https://www.wittich.de/erklaerung-zur-barrierefreiheit) | [Barriere melden \(https://www.wittich.de/barriere-melden\)](https://www.wittich.de/barriere-melden)