

02. Juni 2026

Kinder und Bewegung

Bewegung spielt eine entscheidende Rolle für die motorische Entwicklung von Kindern, ihre Gesundheit sowie ihre geistige und soziale Entwicklung. Kinder, die regelmässig körperlich aktiv sind, spüren sich besser und profitieren von einer höheren Resilienz, von gesteigertem Wohlbefinden und mehr Selbstsicherheit.



Kursinhalt

- Bewegung und ihre zentrale Bedeutung für die motorische Entwicklung
- Gesundheitliche Vorteile von körperlicher Betätigung
- Wie steht es um körperliche Aktivität der Kinder in der Schweiz
- Bewegungsempfehlungen für Kinder aller Altersgruppen
- Tipps für mehr Bewegung im Alltag von Kindern

Kursziel

Die Teilnehmenden

- verstehen die Auswirkung von Bewegung auf die motorische Entwicklung
- erkennen weitere Vorteile von körperlicher Aktivität für Kinder
- wissen, wie häufig sich Kinder bewegen sollen
- kennen Ideen und Übungen für mehr Bewegung im Alltag von Kindern

ONLINE-KURS

Dozentin

Laetitia Godenzi

Kursinfo

Online-Kurs

3 Kursstunden | max. 30 Teilnehmende

Voraussetzung

Interessierte Fachpersonen und Laien

📅 Dienstag, 02. Juni 2026

⌚ 9.00 – 12.00 Uhr

📍 Wo immer Sie möchten, mit Ihrem Computer oder Laptop

👉 vdms-asmm-Mitglieder CHF 90.00

👉 Nichtmitglieder CHF 150.00

Der Online-Kurs wird über das Programm Zoom durchgeführt.

Sie erhalten vor Kursbeginn den Zugangslink per E-Mail zugestellt.