Kindergarten- und Grundschulalter

Mein Bewegungsbogen

Sport, Spiel und Bewegung – gemeinsam macht's mehr Spaß! www.yim-aktuell.de

Jugend in Bewegung – Sport bringt zusammen
www.yim-aktuell.de

Vorname	Name	Geburtsjahr	Woche vom	bis

Das habe ich gemacht im Kindergarten, in der Schule, zu Hause, im Verein

Alltagsbewegungen z.B. Weg in den Kindergarten, in die Schule, in den Verein oder zum Jugendhaus, Treppen steigen, Einkaufen gehen, Rasen mähen, Müll wegbringen … Vorne kannst du deine Bewegung eintragen.	**Bewegungszeit in Minuten**							
	Montag	**Dienstag**	**Mittwoch**	**Donnerstag**	**Freitag**	**Samstag**	**Sonntag**	**insgesamt**
Beispiel: Weg zum Kindergarten/zur Schule zu Fuß	10	10	10	10	10			50
							Summe	

Tipps zum Ausfüllen!
Schreibe deine Bewegungszeit jeden Tag auf. In die linke Spalte trägst du ein, was du machst. Bei den Wochentagen trägst du die Minuten ein, in denen du dich bewegt hast. Am Ende der Woche zählst du die Minuten in jeder Zeile zusammen und schreibst das Ergebnis in die rechte Spalte. Dann addierst du diese Zahlen und schreibst das Ergebnis in das Summenkästchen. Das Ergebnis trägst du auf Blatt 2 ein und zählst die Minuten von Blatt 1 und 2 zusammen.

Kindergarten- und Grundschulalter

Mein Bewegungsbogen

Sport, Spiel und Bewegung – gemeinsam macht's mehr Spaß! www.yim-aktuell.de

Jugend in Bewegung – Sport bringt zusammen
www.yim-aktuell.de

Vorname	Name	Geburtsjahr	Woche vom	bis

Das habe ich gemacht im Kindergarten, in der Schule, zu Hause, im Verein

Sport und Spiel z. B. Fußball-, Basketball spielen, Reiten, Skaten, Schwimmen, Tanzen, Fitness-Training, Dauerlauf, Gummitwist, Nachlaufen … Vorne kannst du deine Bewegung eintragen.	**Bewegungszeit in Minuten**							
	Montag	**Dienstag**	**Mittwoch**	**Donnerstag**	**Freitag**	**Samstag**	**Sonntag**	**insgesamt**

Summe Blatt 2	
+	
Summe Blatt 1	
=	
Meine Bewegungszeit in Minuten	

Wenn du deine Bewegungszeit ausgerechnet hast, kannst du die beiden Bögen abgeben.