

# Wie man Kinder zur Bewegung bringt

## Teil von Erasmus+ HC Den Bosch

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Ein Vortrag über das Leben von Rinske Preijde zeigt uns einige Möglichkeiten auf, Kinder zur Bewegung zu bringen. Während ihres Sportstudiums konnte Rinske einige Praktikum-Projekte im Bereich Urban-Hockey und Street-Hockey begleiten. Die 24-jährige war nach ihrem Studium einige Monate in Uganda, wo sie im Projekt „From Coach to Coach“ Kinder und Jugendliche bei sportlichen Aktivitäten unterstützen konnte.

Was braucht es nun, um Kinder zur Bewegung zu bringen?  
Welche Tricks kann man anwenden, um Kids zu begeistern?

### Fünf Tipps:

1. Kinder lieben Wettkämpfe
2. Mach selbst mit
3. Neues ausprobieren
4. Kids selbst entscheiden lassen
5. Loben – aber mit Maß



„Eltern müssen ihren Kindern ein Vorbild sein und sie mit einer Art ‚Bewegungsvirus‘ infizieren. Nur so kann man kleine Faulpelze zu mehr Sport und Bewegung animieren.“  
Lässt sich das auch mit Hockeybezug umsetzen?

### Rinske gab uns Einblick in einige coole Aktivitäten:

1. Streethockey Tournament in Amsterdam
2. Urban Hockey Training in Amsterdam
3. Urban Hockey City Amsterdam
4. Uganda: From Coach to Coach



Urban Hockey City Amsterdam

Mehr darüber findet ihr in der kommenden Präsentation.

Hier ein Vorgeschmack auf Urban Hockey: <https://youtu.be/7Ptkqu7Gpgk>

