

Gertrud Teusen

Mit Kindern turnen

Vom Baby- bis zum Kindergartenalter

mit Zeichnungen von
Mario Esposito

BELFZ

Inhalt

VORWORT.

MEHR SPASS AN DER BEWEGUNG.....10

FITNESS FÜR KINDER

Warum Bewegung für Kinder so wichtig ist.....13

Die Krankengymnastin: „Bewegung ist immer gut -
sie darf nur niemals erzwungen werden".....14

Der Kinderarzt: „Kinder müssen ihren natürlichen
Bewegungsdrang ausleben".....24

FRÜH-SPORT

*Die richtige Bewegung für Babys
bis zum ersten Lebensjahr*.....33

Die Entwicklung des Babys im ersten Lebensjahr.....34

Schoßgymnastik.....45

Zeit für Zärtlichkeit.....55

Den Körper erleben.....71

Fitneß für alle Sinne.....88

Babys in ihrem Element.....98

ENTDECKUNGSREISE INS LAND DER BEWEGUNG

*Toben, Turnen und Bewegungsspiele für Kleinkinder
bis zum dritten Lebensjahr*.....103

Die Entwicklung des Kindes im zweiten
und dritten Lebensjahr.....104

Mal richtig toben!.....106

Bewegung - eine Spielerei	.117
Kindergymnastik.....	.127

DAS MACHT KINDER FIT!

Toben, Spielen und Turnen mit Kindern

<i>ab dem dritten Lebensjahr.....</i>	<i>135</i>
---------------------------------------	------------

Ein starkes Doppel! Herumtoben mit Mutter oder Vater.....	136
---	-----

Fit & Fun - Gymnastik mit Zubehör.....	144
--	-----

So macht Gymnastik Spaß.....	159
------------------------------	-----

MEHR SPASS DURCH SPORT

<i>Sportarten, die Kindern Freude machen.....</i>	<i>183</i>
---	------------

Sport - Kinderherzen zwischen Lust und Frust.....	184
---	-----

Spaß am Sport - welche Sportart für Ihr Kind?.....	189
--	-----