

Bewegungs-Kiosk:

Magazin für eine Sinnesreise in die Natur – Durchführung und benötigte Materialien

- Übungen für körperliche und geistige Aktivitäten zur Gesundheitsförderung, wobei die Gesundheitspotenziale von Aktivitäten in der Natur genutzt werden. Neben der geistigen Aktivierung soll die Natur durch unsere Sinne (Fühlen, Sehen, Riechen und Hören) erlebt und wahrgenommen werden. Außerdem werden Aktivitäten zur Entspannung aufgezeigt.
- Der Rucksack enthält:
 - Durchführungskarten

Durchführungsanweisung

1. Durchführung der Aktivitäten mithilfe der Durchführungskarten
2. Das Quiz zu den Themen Natur, Wahrnehmung und Achtsamkeit (S. 24) kann nach Belieben genutzt werden
3. Rückmeldung und Eindrücke geben
 - a. Fragebogen ausfüllen (S. 31)
 - b. Erlebnisse und Bilder auf dem Padlet (Digitale Pinnwand) teilen und mit anderen Teilnehmenden interagieren (S. 31)
4. Bei Interesse zu Werken und Inhalten: „Weiterführenden Informationen“ (S. 32) lesen

Beim Verleih

- Vollständigkeit der Materialien kontrollieren
- Auf Verhaltensregeln in der Natur hinweisen (Praxiskarte S. 5)
- Rückgabe absprechen

Bei der Rückgabe

- Vollständigkeit der Materialien kontrollieren
- Auf Fragebogen und Padlet hinweisen (Praxiskarte S. 31)