Liebe Eltern!

Bewegung ist von Anfang an ein wichtiger Teil einer gesunden Entwicklung. Wenn Kinder laufen, springen, klettern, balancieren und spielen, entdecken sie ihren Körper und ihre Umgebung. Gleichzeitig werden Selbstvertrauen, soziales Miteinander und das allgemeine Wohlbefinden gestärkt.

Genau hier setzt die **Tägliche Bewegungseinheit (TBE)** an: Gemeinsam mit **Bewegungscoaches und Pädagog:innen** wird Bewegung noch stärker in den Kindergartenalltag integriert. Durch abwechslungsreiche Spiele und Bewegungsformen können die Kinder ausprobieren, entdecken und vor allem eines: **Freude an der Bewegung erleben.**

Dabei sind **Vorbilder besonders wichtig**. Kinder orientieren sich daran, was ihnen vorgelebt wird. Bewegungscoaches, Pädagog:innen und Eltern können ihnen zeigen, dass Bewegung Freude macht und gut tut. Auch Sie als Eltern können dazu beitragen: Ein gemeinsamer Spaziergang, eine Runde mit dem Fahrrad oder eine aktive Pause sind oft schon kleine Schritte mit großer Wirkung.

Auch außerhalb des Kindergartens bieten die Vereine der **Sportdachverbände ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION** sowie die Vereine der **Sportfachverbände** vielfältige Möglichkeiten, Bewegung und Sport regelmäßig in den Alltag zu integrieren. Besonders empfehlenswert sind Angebote mit dem **Fit Sport Austria-Qualitätssiegel**, die für qualitätsvolle, sichere und freudvolle Bewegung stehen.

Gemeinsam schaffen wir ein Umfeld, in dem Kinder Bewegung mit Freude erleben und sie ganz selbstverständlich als Teil ihres Alltags kennenlernen.

Mehr Informationen zur Täglichen Bewegungseinheit und Einblicke in die Umsetzung in ganz Österreich finden Sie unter www.bewegungseinheit.gv.at.

Bundesministerium Wohnen, Kunst, Kultur, Medien und Sport
Bundesministerium Bildung
SPORT AUSTRIA BUNDES-SPORTORGANISATION
Bundes-Sport GmbH
ASKÖ
ASVÖ
SPORT union