



# PFIFFIX

Gesundheitsförderung an Grundschulen

**mhplus**  
Krankenkasse.

## Auf Trab.

*Die optimale Lösung für alle.*

Die Kindersportoffensive PFIFFIX wurde in Zusammenarbeit mit Experten für Gesundheit und Sport speziell auf die Bedürfnisse von Kindern zugeschnitten. Damit sollen Kinder Bewegung, Sport und Entspannung, aber auch gesunde Ernährung als feste Bestandteile ihres Alltags kennenlernen und später aus eigenem Antrieb weiterverfolgen.

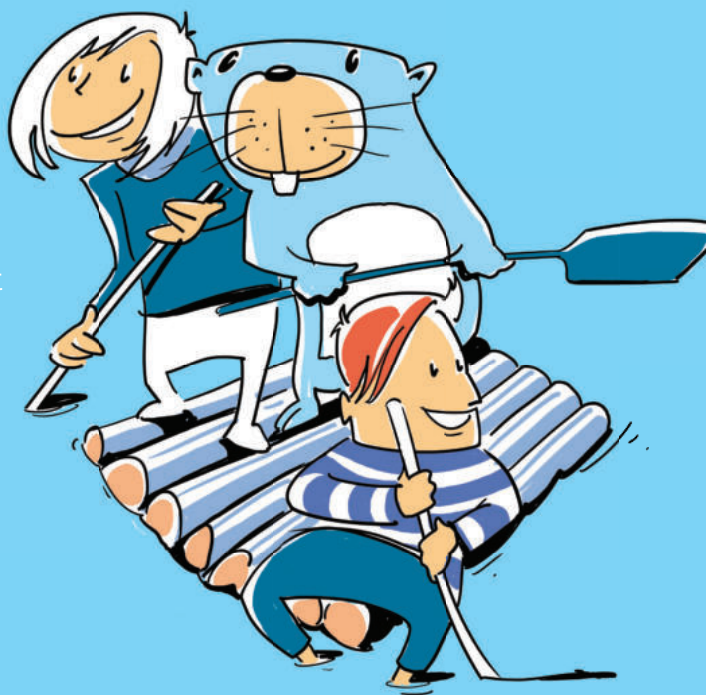
## Immer dabei.

*Das ist PFIFFIX.*

Wie die meisten Kinder ist PFIFFIX ein kleiner Abenteurer, manchmal ein bisschen verträumt und vor allem ziemlich neugierig. Wenn er neue Sachen ausprobiert, klappt nicht immer alles auf Anhieb. Aber das ist gar nicht schlimm und hält ihn nicht davon ab, es erneut zu versuchen.

Eins ist sicher:

Mit PFIFFIX wird es nie langweilig. Mit ihm werden Bewegung, Entspannung und Ernährung ein Spaß – und zum Kinderspiel.



## Die besonderen Merkmale von PFIFFIX:

- + speziell geschulte PFIFFIX-Coaches
- + altersgerechte Programminhalte
- + zertifizierte Kurskonzepte (ZPP)
- + erlebnisorientierte Vermittlung
- + wissenschaftliche Begleitung
- + Nachhaltigkeit durch Erfolgskontrollen
- + die Freude an Bewegung steht im Vordergrund
- + Kinder gestalten einen individuellen Teil nach eigenen Bedürfnissen
- + Vielseitigkeit durch Spiele und Übungen mit Kleingeräten, außergewöhnlichen Materialien, Alltagsmaterialien und Großgeräten

# So funktioniert PFIFFIX.

## *Unterwegs in fünf Freundewelten.*

In der Unterrichtsreihe PFIFFIX reisen die Kinder durch fünf verschiedene Lebenswelten, in denen sie mit dem Protagonisten PFIFFIX viele Abenteuer erleben.

### **PFIFFIX im Land der Freunde**

Erlebnisorientierte Spielformen steigern die **Kommunikations-** und **Kooperationsfähigkeit** und verbessern die **Teamfähigkeit**.

### **PFIFFIX im Abenteuerland**

Im Umgang mit dem eigenen Körper bilden **Kraftausdauer**, die Stärkung des **Selbstvertrauens** und der **Körperwahrnehmung** den Schwerpunkt.

### **PFIFFIX im Zauberwald**

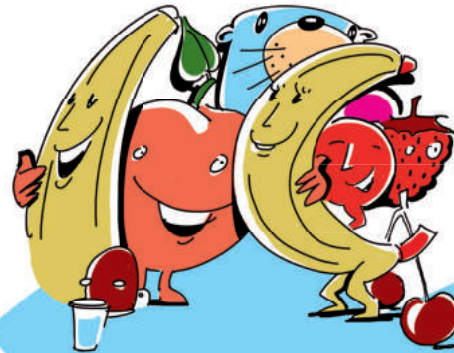
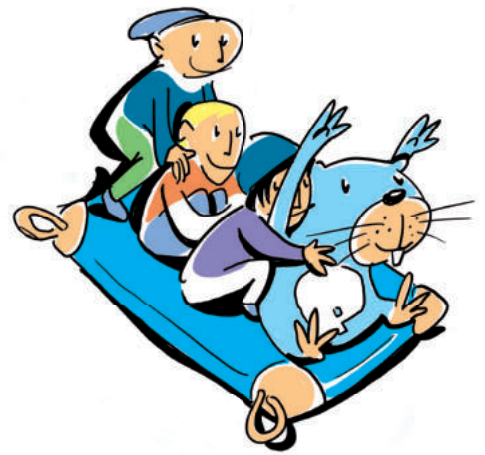
Spielerisch werden Entspannungstechniken erlernt, um die **Konzentrationsfähigkeit** zu fördern und die **Körperwahrnehmung** zu verbessern.

### **PFIFFIX im Schlaraffenland**

Spielerisch erfolgt der Aufbau von einem **gesundheitsfördernden Ernährungs-** und **Bewegungsverhalten**.

### **PFIFFIX am Zaubersee**

Mit der Heranführung an die großen Sportspiele werden **Teamfähigkeit**, **Konfliktverhalten**, **Fairplay** und **Kommunikation** geschult.



#### Weitere Vorteile von PFIFFIX:

- + Förderung von Bewegung und Bewegungssicherheit
- + Befriedigung des kindlichen Bewegungsdrangs
- + Verbesserung der Motorik
- + Vorbeugung von Übergewicht
- + Prävention von Krankheiten

## Für Zuhause.

### *PFIFFIX TV*

Auf unserem YouTube-Kanal PFIFFIX tauchen Kinder auch von Zuhause in die PFIFFIX-Lebenswelten ein. Mit PFIFFIX und seinen Freunden erleben sie spannende Abenteuer.



PFIFFIX TV sorgt für reichlich Spaß und Bewegung im eigenen Wohnzimmer!  
**Herzlich Willkommen!**

Hier sind auch meine **Songs** und **Tänze** zu finden!

