

# Schule in Bewegung\*

\* Gesunde Ernährung und Bewegung  
Purzelbaum für Primarschulen

Praxissammlung Bewegtes Lernen, 1. Projektstaffel,  
Kanton Thurgau



## Inhalt

1. Mathematik.....	3
1.1 Zahlensalat.....	3
1.2 Einmaleins Muster .....	4
2. Deutsch / Sprache.....	5
2.1 Bewegtes Lesen.....	5
2.2 Lesetraining.....	6
2.3 Lesepercours .....	7
2.4 Anlaut – Stern.....	8
2.5 Geschichten spielen .....	10
2.6 Buchstaben-Memory .....	11
3 Sachunterricht.....	12
3.1 Zeitgefühl.....	12

## 1. Mathematik

### 1.1 Zahlensalat

<b>Lernziel</b>	Der SuS versteht den Zahlenbereich seines Schuljahrs
<b>Klassenstufe</b>	Ab 1. Klasse
<b>Durchführungsort</b>	Stuhlkreis im Schulzimmer oder ein Kreis im Freien
<b>Sozialform</b> (Klassenunterricht, Partnerarbeit, Gruppenarbeit)	Klassenunterricht oder Halbgruppen
<b>Material</b>	Zahlenkarten (Resultate) und passende Aufgabenkarten
<b>Durchführung (Inhalt der Übung)</b>	Jeder SuS zieht eine Zahlenkarte und setzt sich in den Stuhlkreis, in dem ein Stuhl fehlt. Das Kind, das keinen Platz gefunden hat, bleibt in der Mitte stehen und zieht eine Aufgabenkarte. Diese muss er lösen und das passende Resultat finden.
<b>Variationen</b>	Die Übung kann auch mit Nachbarszahlen, alle Zahlen kleiner als 5, alle ungeraden oder geraden Zahlen, Einmaleins etc. durchgeführt werden. Der SuS kann auch das Resultat ziehen und die Kinder auf den Stühlen haben die Rechnungsaufgabe
<b>Einführung in der Klasse</b>	
<b>Regeln</b>	Flüsterton, nicht drein rufen

## 1.2 Einmaleins Muster

<b>Lernziel</b>	Die Kinder sollen entstehende Muster und die jeweiligen Reihen in Bezug setzen, Zusammenhänge erkennen und Rückschlüsse ziehen.
<b>Klassenstufe</b>	
<b>Durchführungsort</b>	Raumbedarf 4m x 4m (für Kreis)
<b>Sozialform</b> (Klassenunterricht, Partnerarbeit, Gruppenarbeit)	In Zehnergruppen
<b>Material</b>	Wollknäuel oder 10 Springseile, Zahlenkarten 0-9
<b>Durchführung (Inhalt der Übung)</b>	Die Karten werden von 0 bis 9 im Uhrzeigersinn im Kreis auf den Boden gelegt. Hinter jede Karte steht ein Kind. Wir entscheiden uns für eine Einmaleinsreihe und werfen den Wollknäuel bei 0 beginnend der Einerstelle der jeweiligen Reihe entsprechend einem Kind im Kreis zu. Das Kind behält den Faden in der Hand und wirft den Knäuel weiter. Es entsteht ein Muster.
<b>Variationen</b>	Man kann dem Muster entsprechend von Kind zu Kind auch Springseile legen, oder die Kinder auf einem grossen Platz mit zehn beschrifteten Pfosten die Reihen ablaufen lassen. Muster können auch gezeichnet werden.
<b>Einführung in der Klasse</b>	Wir haben diese Übung als Fishpool durchgeführt: Eine Gruppe probiert, die anderen Kinder schauen zu. Probleme werden sofort besprochen. Rollentausch mit einer anderen Reihe.
<b>Regeln</b>	Fehler dürfen vorkommen, werden ruhig besprochen und korrigiert. (Das Muster muss stimmen).

Aus dem Buch: „Mathe mit dem ganzen Körper“, Verlag an der Ruhr

## 2. Deutsch / Sprache

### 2.1 Bewegtes Lesen

<b>Lernziel</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schnelle Worterkennung</li> <li>- Merkfähigkeit verbessern, schulen</li> </ul>
<b>Klassenstufe</b>	1.– 6. Klasse
<b>Durchführungsort</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schulzimmer</li> <li>- Gang</li> <li>- Im Freien</li> <li>- Gruppenraum</li> </ul>
<b>Sozialform</b> (Klassenunterricht, Partnerarbeit, Gruppenarbeit)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gruppenarbeit</li> <li>- Partnerarbeit</li> </ul>
<b>Material</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Übungssätze auf Kärtchen</li> <li>- Sätze als einzelne Wortkärtchen</li> </ul>
<b>Durchführung (Inhalt der Übung)</b>	Ein Kind liest den ganzen Satz auf seinem Kärtchen vor. <i>Oma kauft Marmelade.</i> Die Wortkärtchen liegen verteilt am Boden. Das zweite Kind muss sich den Satz merken und ihn dann auf den Wortkärtchen ablaufen und laut mitsprechen. Das wären also 3 Schritte (Wörter). Je komplexer der Satz desto schwieriger.
<b>Variationen</b>	Mit den Wortkärtchen lassen sich prima Satzbauübungen machen. Wortartenzuordnungen. Selber Sätze erfinden und dann die Wörter auf Post it schreiben lassen.
<b>Einführung in der Klasse</b>	Einmal mit einer kleinen Gruppe vorzeigen, dann in verschiedenen Gruppen selber arbeiten lassen.
<b>Regeln</b>	<p>Geduldig sein und erst helfen, wenn es gar nicht mehr weiter geht!</p> <p>Die Sätze und Wörter laut und deutlich sprechen.</p>

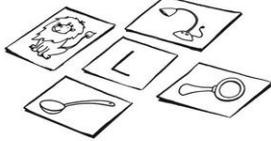
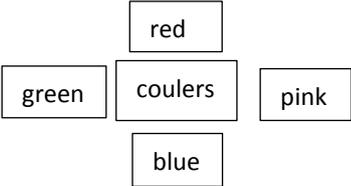
## 2.2 Lesetraining

<b>Lernziel</b>	Die Schüler und Schülerinnen trainieren das Lesen.
<b>Klassenstufe</b>	3. / 4. Klasse
<b>Durchführungsort</b>	Schulzimmer
<b>Sozialform</b> (Klassenunterricht, Partnerarbeit, Gruppenarbeit)	Einzelarbeit
<b>Material</b>	Wackelbrett Lesetext (z.B. Sprachstarken Lesetraining)
<b>Durchführung (Inhalt der Übung)</b>	während dem Lesetraining stehen die Schüler und Schülerinnen auf dem Wackelbrett
<b>Variationen</b>	verschiedene Unterlagen (vereinfachen, erschweren)
<b>Einführung in der Klasse</b>	Wackelbrett zuerst trainieren einfachere Unterlage zuerst → Steigerung
<b>Regeln</b>	im „Murmelton“ lesen nicht nur auf dem Wackelbrett stehen, sondern dabei lesen mit Schuhen oder Barfuss (rutschen mit den Socken)

## 2.3 Leseparcours

<b>Lernziel</b>	Zuordnen der Bildkarten zu den Lautbildwort-streifen (Leseschlau) Die S. sollen möglichst viele Wörter lesen!
<b>Klassenstufe</b>	
<b>Durchführungsort</b>	MZH (Mehrzweckhalle)
<b>Sozialform</b> (Klassenunterricht, Partnerarbeit, Gruppenarbeit)	Partnerarbeit
<b>Material</b>	10 verschiedene Mäppchen mit je 8 Bildkarten und Lautbildwortstreifen; 3 mal 8 Kartons A4; Reifen; grüne Spielbändeli
<b>Durchführung (Inhalt der Übung)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3 Bahnen mit je 8 Kartons auslegen (ca. 50cm Abstand); oben und unten ein Reif mit einem Mäppchen;</li> <li>• S. verteilen sich zu zweit auf die Reifen; sie legen die Bildkarten auf die Kartons ihrer Bahn; dann rennt Kind A mit einem Wortstreifen zum richtigen Bild und legt es ab. B (mit grünem Chefbändeli) kontrolliert und legt den Streifen zurück in den Reifen, falls er falsch abgelegt wurde.</li> <li>• Neues Mäppchen → Rollenwechsel!</li> </ul>
<b>Variationen</b>	Eine Woche später: Keine Chefs mehr; S. sind ein Team und versuchen auf einem Postenplan, möglichst viele Mäppchen abstreichen zu können → das Tempo wird gesteigert!
<b>Einführung in der Klasse</b>	Ich habe diese Trainingsform in der Halbklassse gemacht und dafür die MZH reserviert.
<b>Regeln</b>	Feste Gruppen über beide Wochen; flüstern; sorgfältiger Umgang mit Material; genaues Lesen nicht Raten!

## 2.4 Anlaut – Stern

<b>Lernziel</b>	Laut-Buchstaben-Zuordnung Erkennen von Anlauten Raumorientierung Auditive Wahrnehmung <div style="text-align: right;">  </div>
<b>Klassenstufe</b>	Ab 1. Klasse
<b>Durchführungsort</b>	Klassenzimmer und Gruppenraum Gang Sportplatz Pausenplatz
<b>Sozialform</b> (Klassenunterricht, Partnerarbeit, Gruppenarbeit)	Gruppenunterricht → während der Einführungsphase Ziel ist es, dass die SuS dies selbstständig ausführen können. Ohne Rollbretter können mehrere SuS die Aufgabe parallel lösen.
<b>Material</b>	Anlautkarten Passende Bildkarten (Maximum vier Bilder) 1 kleiner Kasten Rollbretter Matten oder Reifen
<b>Durchführung          (Inhalt der          Übung)</b>	Die Lauter der Anlautkarten werden mit den SuS gemeinsam benannt (lautiert). Jeder Anlaut wird auf ein farbiges Tuch oder in einen Reifen abgelegt. Im Gruppenraum oder an einem Ort. Ein SuS erhält ein Rollbrett und darf im Gruppenraum eine Bildkarte holen. Das Bild und der passende Anlaut werden bestimmt. Auf dem Rollbrett wird das Bild zum passenden Anlaut transportiert und an eine freie Seite angelegt. Ist keine Seite mehr frei, kann hier kein Bild mehr abgelegt werden. Sind alle Bildarten abgelegt, werden die Buchstaben und die jeweiligen Bildkarten sichtbar hochgehalten und gemeinsam kontrolliert.
<b>Variationen</b>	<p><b>Mathematik</b>          &gt; : &gt; / Nachbarzahlen (horizontal und vertikal)          Resultat → passende Rechnung,...          → Orientierung im Zahlenraum</p> <p><b>Deutsch</b>          Nomen, Adjektive, Verben (Grundform als Startkarte)</p> <p><b>Fremdsprachen</b>          Startkarte verlangt z.B. Farben</p> <div style="text-align: center;">  </div>

<b>Einführung in der Klasse</b>	Vertiefung des Themas oder als Repetition
<b>Regeln</b>	Flüsterton oder Stillarbeit Es darf nicht drein gesprochen werden.

## 2.5 Geschichten spielen

<b>Lernziel</b>	Die Kinder hören sinnverstehend zu und drücken Gehörtes durch Bewegung aus
<b>Klassenstufe</b>	
<b>Durchführungsort</b>	frei
<b>Sozialform</b> (Klassenunterricht, Partnerarbeit, Gruppenarbeit)	KU, GU
<b>Material</b>	<p>Geschichte (oder ICON Würfel)</p> <div style="display: flex; align-items: flex-start;">  <div> <p><b>Icon Poet: Alle Geschichten dieser Welt</b>            Autor: <a href="#">Andreas Frei</a>   <a href="#">Lukas Frei</a>   <a href="#">Ueli Frei</a>            Einband: Gebundene Ausgabe            Verlag: <a href="#">Schmidt (Hermann), Mainz</a>            Verschiedenes: 1. Auflage   400 Seiten            Erscheinungsdatum: 01.09.2011            ISBN: 387439817X            EAN/ISBN-13: 9783874398176</p> </div> </div>
<b>Durchführung (Inhalt der Übung)</b>	Jemand liest eine Geschichte vor oder erfindet sie mit den Icon-Würfeln als Vorlage. Die Schüler hören die Geschichte zunächst als Ganzes und erhalten die Aufgabe, sie als Gruppe nachzuspielen
<b>Variationen</b>	Verschiedene Geschichten in mehreren Gruppen spielen. Nach Vorführung erzählen die Zuschauer die Geschichte nach. Stimmt die Geschichte noch?
<b>Einführung in der Klasse</b>	Wir haben gemeinsam eine Geschichte erfunden und nachher nachgespielt.
<b>Regeln</b>	

## 2.6 Buchstaben-Memory

<b>Lernziel</b>	Gross- und Kleinbuchstaben einander zuordnen
<b>Klassenstufe</b>	1./2. Klasse
<b>Durchführungsort</b>	Pausenplatz, Aula, Turnhalle
<b>Sozialform</b> (Klassenunterricht, Partnerarbeit, Gruppenarbeit)	Kleingruppen, ganze Klasse
<b>Material</b>	Karten mit Druckbuchstaben (1 Satz Gross- und 1 Satz Kleinbuchstaben)
<b>Durchführung (Inhalt der Übung)</b>	Buchstabenkarten mit Aufdruck nach unten in einem abgesteckten Feld verteilen. Gruppen bilden und ausserhalb des Feldes aufstellen. 1 S. aus der Gruppe läuft los und deckt zwei Karten auf. Passen die Karten nicht zusammen, werden sie wieder verdeckt und der S. läuft ohne Karten wieder zur Gruppe zurück. Findet ein S. ein Buchstabenpaar, darf er die Karten mitnehmen. Diejenige Gruppe hat gewonnen, welche am meisten Paare gesammelt hat.
<b>Variationen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Das Spiel kann auch mit Gegensatzpaaren, Matheaufgaben etc. gespielt werden</li> <li>– Um das Spiel noch bewegter zu machen, setzen die SuS die Bewegungen selber um. Die SuS legen paarweise Bewegungsabfolgen fest (Bewegungspausen) oder setzen gestellte Aufgaben um (z.B. Matheaufgabe hüpfen). Entweder muss der Memory-Meister durch Antippen auf die Schultern herausfinden, welche Paare zusammengehören oder die SuS haben die Aufgabe, ihr Pendant im Raum selber zu finden.</li> </ul>
<b>Einführung in der Klasse</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Zu Beginn in Runden spielen und mit offen ausgelegten Buchstabenkarten</li> </ul>
<b>Regeln</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Nicht sprechen</li> <li>– Kontrollieren durch Kontrollmeister bzw. nach Spielende</li> </ul>

## 3 Sachunterricht

### 3.1 Zeitgefühl

<b>Lernziel</b>	Die Schüler und Schülerinnen erfahren, dass eine Minute sich nicht immer gleich lang anfühlt.
<b>Klassenstufe</b>	3. / 4. Klasse
<b>Durchführungsort</b>	Pausenplatz auch Schulzimmer möglich
<b>Sozialform</b> (Klassenunterricht, Partnerarbeit, Gruppenarbeit)	Klassenunterricht
<b>Material</b>	Stoppuhr, ev. Bewegungsmaterial
<b>Durchführung (Inhalt der Übung)</b>	die Schüler führen eine Übung eine Minute lang aus sobald sie denken, eine Minute sei vorbei, setzen sie sich mögliche Übungen: Rennen, Arme kreisen, Springseil, Kraftübung, mit Augen zu stehen, Bälle passen...  danach darüber sprechen
<b>Variationen</b>	andere Übungen (anstrengende, leichte, beliebte, unbeliebte...)
<b>Einführung in der Klasse</b>	
<b>Regeln</b>	Zeit stoppt für das Kind erst, wenn es sitzt keine Uhren nicht zählen Übung die ganze Zeit machen