

Arbeitsmaterialien für Lehrkräfte

Kreative Ideen und Konzepte inkl. fertig ausgearbeiteter Materialien und Kopiervorlagen für einen lehrplangemäßen und innovativen Unterricht

Thema: Sport

Titel: Besser lernen durch Bewegung (1.-2. Klasse) (23 S.)

Produkthinweis zur »Kreativen Ideenbörse Grundschule«

Dieser Beitrag ist Teil einer Print-Ausgabe aus der »Kreativen Ideenbörse Grundschule« der Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG*. Den Verweis auf die jeweilige Originalquelle finden Sie in der Fußzeile des Beitrags.

- ▶ Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie [hier](#).

Seit über 15 Jahren entwickeln erfahrene Pädagoginnen und Pädagogen neue Unterrichtsideen zu aktuellen Themen – abgestimmt auf die neuesten Lehr- bzw. Bildungspläne und Rahmenrichtlinien – für verschiedene Reihen der Ideenbörse.

Die Kreativen Ideenbörsen Grundschule bieten Ihnen praxiserprobte Unterrichtsideen für Jahrgangsstufe 1 bis 4 mit vielfältigen Materialien und Kopiervorlagen: z.B. Arbeitsblätter, Bastelanleitungen, Liedern, Farbvorlagen u.v.m.

- ▶ Informationen zu den Print-Ausgaben finden Sie [hier](#).

* Ausgaben bis zum Jahr 2015 erschienen bei OLZOG Verlag GmbH, München

Beitrag bestellen

- ▶ Klicken Sie auf die Schaltfläche **Dokument bestellen** am oberen Seitenrand.
- ▶ Alternativ finden Sie eine Volltextsuche unter www.edidact.de/grundschule.

Piktogramme

In den Beiträgen werden – je nach Fachbereich und Thema – unterschiedliche Piktogramme verwendet. Eine Übersicht der verwendeten Piktogramme finden Sie [hier](#).

Nutzungsbedingungen

Die Arbeitsmaterialien dürfen nur persönlich für Ihre eigenen Zwecke genutzt und nicht an Dritte weitergegeben bzw. Dritten zugänglich gemacht werden. Sie sind berechtigt, für Ihren eigenen Bedarf Fotokopien in Klassensatzstärke zu ziehen bzw. Ausdrucke zu erstellen. Jede gewerbliche Weitergabe oder Veröffentlichung der Arbeitsmaterialien ist unzulässig.

- ▶ Die vollständigen Nutzungsbedingungen finden Sie [hier](#).

Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

[Kontaktformular](#) | ✉ Mail: service@edidact.de

✉ Post: Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG
E.-C.-Baumann-Straße 5 | 95326 Kulmbach

☎ Tel.: +49 (0)9221 / 949-204 | 📠 Fax: +49 (0)9221 / 949-377

www.edidact.de | www.mgo-fachverlage.de



Besser lernen durch Bewegung

Jahrgangsstufen 1+2

Doris Höller

Kompetenzen und Inhalte

- | | |
|-----------------------------|--|
| Sachkompetenz: | <ul style="list-style-type: none"> • erfahren, dass das Verhalten Auswirkungen auf das Lernergebnis hat • spüren, dass bestimmte Bewegungsrituale die Zusammenarbeit fördern • Lernstrategien kennenlernen |
| Methodenkompetenz: | <ul style="list-style-type: none"> • einzelne Übungen einer Lernsituation zuordnen • persönliches Verhalten reflektieren • die Klassensituation deuten • bessere Körperbeherrschung und Gleichgewicht erlangen • bewusst hören und sehen • Rituale als Hilfe zur Strukturierung erkennen |
| Sozialkompetenz: | <ul style="list-style-type: none"> • durch gemeinsame Lernstrategien die Klassengemeinschaft fördern • Auswirkungen persönlichen Verhaltens auf die Klasse erkennen |
| personale Kompetenz: | <ul style="list-style-type: none"> • die persönliche Aufmerksamkeitsspanne erkennen • Strategien anwenden können • die Bedeutung von Bewegung erkennen und umsetzen • Erkenntnistransfer in den Alltag vollziehen |

Erarbeitung

- Einführung der Übungen
- Übungen einzelnen Lernsituationen zuordnen
- Regeln für die Durchführung aufstellen
- Pausenbox zusammenstellen

Fächerverbindende Übungen

- Tätigkeiten ordnen
- Silben zusammensetzen
- Bilder nach Anweisungen ausmalen
- Sätze zu Bildern schreiben

Materialien

- Übungskarten mit Übungen zur Gehirnaktivierung, zur Lockerung und mit isometrischen Übungen
- Arbeitsblätter für Partner- und Einzelarbeit



OnlinePLUS: Bonusmaterialien

- Hintergrundinformationen für die Lehrkraft
- Klatschspiele





I. Hinführung

Die Lehrkraft überlegt mit den Schülern, wann man besonders gut lernen kann und bei welchen Gelegenheiten Lernen schwerfällt.

II. Erarbeitung

Die Schüler lernen einzelne Übungen kennen und suchen eine aus, die zu Beginn der Stunde durchgeführt werden soll.

Die Lehrkraft stellt den Schülern Übungen zur „Gehirn-Gymnastik“ vor, die sich für bestimmte Lernsituationen eignen. Auf einem Plakat werden diese Übungen zusammengefasst.

→ **M1.1 bis 1.8**

Hinweis: Hintergrundinformationen zu unterschiedlichen Übungsformen findet die Lehrkraft als Bonusmaterial in der digitalen Version des Beitrags.

→ ***M7.1 bis 7.3**

Darüber hinaus kann die Lehrkraft den Schülern weitere Lockerungsübungen sowie isometrische Übungen zeigen.

→ **M2.1 bis 2.4**

Die Klasse überlegt sich ein Zeichen, mit dem eine Bewegungspause angezeigt werden kann. Auch die Schüler achten z.B. auf die Lautstärke oder schlechte Luft und signalisieren ihre Feststellung. Anschließend werden gemeinsam Pausenaktivitäten überlegt.

Fixierung:

Die Lehrkraft stelle eine „Pausenbox“ zur Verfügung, in welche die Schüler geeignetes Spielmaterial legen können. Auch die Übungskarten können – auf festes Papier kopiert und/oder laminiert – darin aufbewahrt werden.

III. Fächerverbindende Umsetzung



- Tätigkeiten ordnen
- Silben zusammensetzen
- Bilder nach Anweisungen ausmalen
- Sätze zu Bildern schreiben

→ **M3**

→ **M4**

→ **M5**

→ **M6**



Klatschspiele:

Lustige Klatschspiele sind als Bonusmaterial in der digitalen Version des Beitrags erhältlich.

→ ***M8.1 und 8.2**

☞ Die digitale Version zum Beitrag inklusive Bonusmaterial finden Sie auf www.edidact.de unter Grundschule → Sport und Bewegung → Sport und Bewegung allgemein.

☞ Weitere Ideen zur Gestaltung einer aktiven Pause bietet der Beitrag „Pausenspiele“, den Sie ebenfalls über www.edidact.de herunterladen können.



Gehirn-Gymnastik – Übungen 1 bis 3

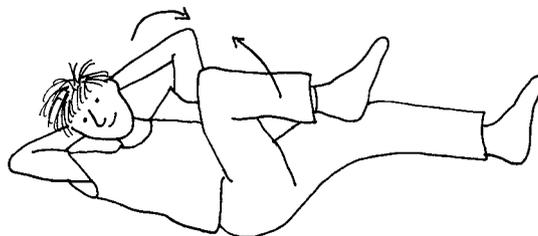
Überkreuzbewegungen

- Bewege gleichzeitig den rechten Arm und das linke Bein, dann den linken Arm und das rechte Bein gleichzeitig.
- So marschierst, hüpfst oder tanzt du zur Musik. Dabei bewegst du dich mal vorwärts, mal seitwärts und mal rückwärts.
- Zwischendurch berührst du abwechselnd mit den Händen oder mit dem Ellbogen das gegenüberliegende Knie.
- Du kannst auch den gegenüberliegenden Fuß oder das Ohrläppchen auf der anderen Seite berühren.



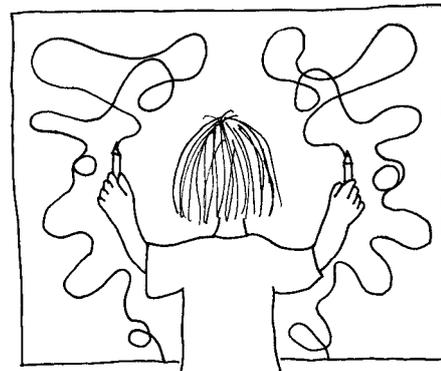
Überkreuzbewegungen im Liegen

- Lege dich auf den Rücken und verschränke die Hände hinter dem Kopf.
- Berühre mit einem Ellbogen das gegenüberliegende Knie und mache anschließend das Gleiche mit der anderen Seite.
- Der Nacken bleibt entspannt. Atme dabei tief durch.



Simultanzeichnen

- Du kannst mit dem beidhändigen Zeichnen in der Luft beginnen. Später versuchst du es an der Tafel oder auf großen Blättern an der Wand.
- Stelle dich vor die Malfläche und zeichne mit der linken und der rechten Hand gleichzeitig die gleichen Figuren spiegelbildlich.
- Richte deine Augen so aus, dass du zugleich sehen kannst, was du links und was du rechts zeichnest.

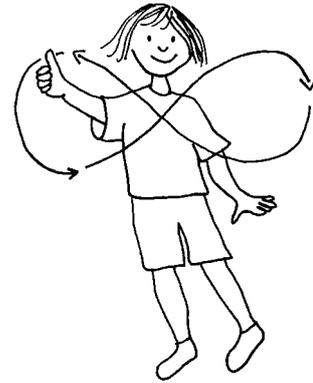




Gehirn-Gymnastik – Übungen 4 bis 6

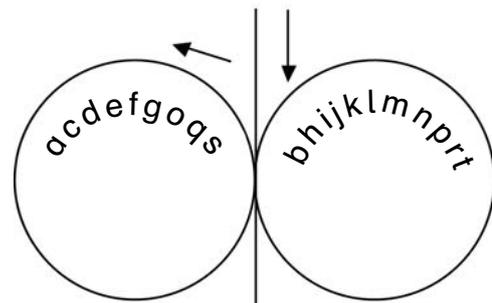
Liegende Acht

- Zeichne mit ausgestrecktem Arm eine liegende Acht vor deinem Körper in die Luft.
- Beginne mit der linken Hand und fahre vom Mittelpunkt der Acht aus nach links oben. Folge mit deinen Augen der Bewegung deiner Hand. Der Kopf bleibt aber nach vorne gerichtet.
- Zeichne die Acht mit jeder Hand 3 x, dann 3 x mit beiden Händen zusammen.
- Versuche auch, die Acht mit der rechten Hand im Uhrzeigersinn und mit der linken Hand gegen den Uhrzeigersinn zu zeichnen.



Buchstaben-Acht

- Male zwei Kreise so auf ein Blatt, wie du es hier sehen kannst.
- Schreibe in den linken Kreis alle Buchstaben, die mit einem Bogen nach links oben beginnen.
- In den rechten Kreis schreibst du alle Buchstaben, die mit einem senkrechten Strich beginnen.



Elefantastische Acht

- Beuge leicht die Knie. Stelle dir vor, du bist ein Elefant, der seinen Rüssel hin- und herbewegt.
- Beuge dich leicht nach vorne. Lege dein Ohr ganz eng an deine Schulter. Der Arm ist ausgestreckt und dient als Rüssel. Er ist wie fest an deinem Ohr angewachsen.
- Male jetzt mit deiner Hand eine liegende Acht in die Luft. Bewege den ganzen Oberkörper mit. Schauge dabei über die Hand hinweg in die Ferne.
- Mache diese Übung mit jedem Arm 10 x.
- Versuche auch, die Acht einmal in die andere Richtung zu malen.