

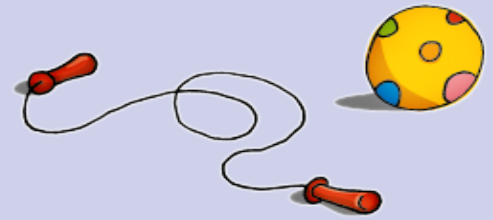
Fit von klein auf

BKK Gesundheitsförderung für Kitas und Grundschulen

Sport allein und im Verein

UNTERRICHTSSTUNDE 1: **Ich turne – Wir turnen**

UNTERRICHTSSTUNDE 2: **Bewegung ist überall**



Kurzinfo: Worum geht es?

Ball spielen, Hüpfekästchen springen und Fahrrad fahren – für diese Bewegungsaktivitäten braucht es eigentlich nur eines: Und zwar ausreichend Platz.

Bei Tennis und Judo, Fußball, Schwimmen & Co. sieht die Sache allerdings schon etwas anders aus. Denn bei diesen Sportarten sind nicht nur geeignete Sportstätten von Vorteil bzw. zum Teil eine Voraussetzung, sondern es werden insbesondere bei den Sportspielen entsprechende MitspielerInnen benötigt.

Wie gut, dass es vor allem in größeren Städten jede Menge Sportvereine gibt, in denen sowohl die notwendigen Voraussetzungen für die Ausübung von einzelnen Sportarten vorzufinden sind als auch zahlreiche weitere kleine und große Mitmenschen mit den gleichen sportlichen Interessen.

Kurzum: Die örtlichen Sportvereine bieten für Jung und Alt, aber auch für die ganze Familie, vielfältige Bewegungsangebote und zahlreiche außersportliche Aktivitäten, die viel Freude und Spaß machen. Hinzu kommt, dass sportlich aktive Mädchen und Jungen in der Regel nicht nur motorisch geschickter sind, sondern oftmals auch eine größere Motivation beim Lernen zeigen.

Gründe genug, um das sportliche Geschehen in der Stadt einmal genauer unter die Lupe zu nehmen und zu erkunden, welche Sport-, Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten vor Ort – auch über den Sportverein hinaus – zu entdecken sind. Festgehalten in einer „Bewegungslandkarte“ können die Ergebnisse zum Beispiel auch den Eltern präsentiert werden...

Während die gemeinsame Erstellung einer solchen „Bewegungslandkarte“ in der **zweiten Unterrichtsstunde** auf dem Programm steht, dreht sich in der **ersten Stunde** alles um die „bewegte“ Freizeitgestaltung Ihrer SchülerInnen.

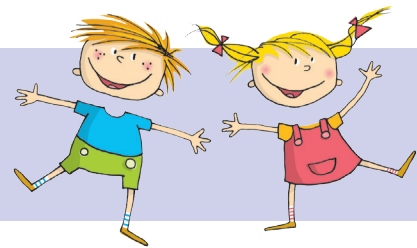


Fit von klein auf

BKK Gesundheitsförderung für Kitas und Grundschulen

Ich turne – Wir turnen

UNTERRICHTSSTUNDE 1



Lernziele

Die SchülerInnen sollen...

- in ihrer Bewegungsfreude gestärkt und für die Vielzahl von Bewegungsmöglichkeiten sensibilisiert werden.
- durch das Kennenlernen von Sportarten, welche die MitschülerInnen betreiben, motiviert werden, neue Bewegungsformen auszuprobieren.

Des Weiteren sollen...

- die Eltern für einen „bewegten“ Familienalltag sensibilisiert werden.

Die Unterrichtsstunde im Überblick

	Inhalte	Methoden / Sozialform	Dauer ca.
Einstieg	Einführungsgeschichte von Florina & Flo „Von Hip Hop und Fußball“	<ul style="list-style-type: none">• Einsatz einer Kurzgeschichte• Anschl. kurzer Austausch in der Klasse	10 Min.
Hauptteil	Erstellung eines Werbeplakates zum Thema „Mein Lieblingssport“	<ul style="list-style-type: none">• Kreative Einzelarbeit/ individuelle Auseinandersetzung	15 Min.
Abschluss	1. Vorstellung der Werbeplakate	<ul style="list-style-type: none">• Gemeinsame Auseinandersetzung in der Klasse	15 Min.
	2. Familienhausaufgabe „Unser Familien-Bewegungstag“	<ul style="list-style-type: none">• Anweisung im Frontalunterricht	5 Min.



Ablauf des Unterrichtsgeschehens

EINSTIEG

Die Geschichte von Florina & Flo: „Von Hip-Hop und Fußball“

Dauer	ca. 10 Min.
Material	evtl. pro SchülerIn eine Kopie der Geschichte von Florina & Flo „Von Hip-Hop und Fußball“
Erfahrungsmöglichkeiten	<ul style="list-style-type: none">• Einstieg in die Unterrichtsstunde zum Thema „Meine Lieblingssportart“

Durchführung

Lesen Sie zum Unterrichtseinstieg die folgende Geschichte vor – bzw. lassen Sie diese, je nach Lernstand, von einer/einem der SchülerInnen vorlesen.

Von Hip-Hop und Fußball

Es ist ein schöner, warmer Sommertag. Florina sitzt auf dem grünen Rasen im Garten und spielt mit ihrer Katze Minka. Auf einmal hört sie ein lautes Rufen: „Florina! Florina! Bist Du zu Hause?“ Es ist Flo, Florinas Schulkamerad und bester Freund. „Ja, Flo. Hier bin ich, im Garten. Das Törchen ist offen.“ Flo kommt durch das Gartentor gelaufen. Er strahlt über das ganze Gesicht. „Hallo Florina“, ruft Flo aufgeregt, „Weißt du, was passiert ist?“ „Nein – was denn? Du bist ja ganz aufgeregt.“, erkundigt sich Florina neugierig.

„Neulich konnten wir uns doch nicht verabreden weil ich zum ersten Mal zum Fußballtraining gegangen bin. Heute hatten wir unser erstes Spiel. Und wir haben 2:1 gewonnen!“, berichtet Flo. „Oh, das ist ja toll!“, freut sich Florina.

„Ja, aber das ist noch nicht alles. Rate mal, wer das entscheidende Tor geschossen hat?“, fragt Flo freudestrahlend. „Also wenn Du so fragst... Du vielleicht?“ „Ja, genau!“, jubelt Flo und hüpfte in die Luft. „Es waren nur noch 5 Minuten zu spielen als Lukas mir den Ball vor dem Tor zugespielt hat. Ich habe ausgeholt, geschossen – und der Ball war drin. Rechts oben in der Ecke!“, erzählt Flo atemlos. „Das ist ja super! Herzlichen Glückwunsch!“ Florina springt auf und umarmt ihren Freund.

„Nächsten Freitag musst Du unbedingt mal mitkommen. Dann haben wir unser nächstes Spiel.“ „Oh. Nächsten Freitag kann ich leider nicht. Da gehe ich mit meiner Freundin Laura in die Tanzschule zum Hip-Hop“, antwortet Florina. „Seit wann tanzt Du denn Hip-Hop?“, fragt Flo erstaunt. „Bisher noch gar nicht. Aber Laura tanzt schon seit einem Jahr in der Tanzschule, die neben unserer Schule liegt. Letztes Wochenende hatte sie mit ihrer Gruppe eine Aufführung. Die habe ich mir angesehen. Das hat mir richtig gut gefallen und macht, glaube ich, ganz viel Spaß.“



Fit von klein auf

BKK Gesundheitsförderung für Kitas und Grundschulen

Die Tanzlehrerin hat mir angeboten, dass ich nächsten Freitag einfach mal mit Laura zum Training mitkomme. Ich bin schon ganz aufgeregt, noch zweimal Schlafen.“

„Dann bin ich ja mal gespannt, ob dir das Hip-Hop-Tanzen gefällt. Erzählst du mir, wie es war?“, fragt Flo. „Aber klar doch! Und ich komme dann einfach zu eurem übernächsten Spiel und feuere euch an.“

Auswertung

Im Anschluss an die Geschichte können folgende Fragenimpulse zu einer ersten vertiefenden Auseinandersetzung mit dem Thema der Stunde „Mein Lieblingssport“ anregen:

- *Worüber haben Florina und Flo in der heutigen Geschichte gesprochen?*
- *Wer von euch spielt ebenfalls Fußball wie Flo? Spielt ihr wie er auch im Verein – oder wo spielt ihr am liebsten Fußball?*
- *Wer von euch tanzt ebenso gerne wie Florina und ihre Freundin? Tanzt ihr auch Hip-Hop oder welchen Tanz mögt ihr am liebsten?*
- *Was ist mit den anderen? Habt ihr auch eine Lieblingssportart?*

HAUPTTEIL - WIE KÖNNTE MAN VORGEHEN?

Erstellung eines Werbeplakates zum Thema „Mein Lieblingssport“

Dauer	ca. 15 Min.
Material	weißes Papier in DIN-A4-Format, Bunt- oder Filzstifte sowie Füllfederhalter der SchülerInnen, Klebefilm oder Reißzwecken zum Aufhängen der Werbeplakate
Erfahrungsmöglichkeiten	<ul style="list-style-type: none">• Bewusstmachung der eigenen Lieblingssportart

Durchführung

Die SchülerInnen bekommen den Auftrag, ein Werbeplakat zum Thema „Mein Lieblingssport“ zu gestalten – wobei der zusätzliche Hinweis an die Klasse hilfreich sein könnte, dass der Titel „Lieblingssport“ nicht bedeuten muss, dass es sich hierbei nur um klassische Sportarten wie Fußball, Turnen oder Schwimmen handeln darf. Denn Bewegungsaktivitäten wie beispielsweise Radfahren, Seilspringen oder Inliner fahren können selbstverständlich ebenso als „Lieblingssport“ bezeichnet werden.



Fit von klein auf

BKK Gesundheitsförderung für Kitas und Grundschulen

Bevor sich die SchülerInnen an ihre Werke machen, überlegen Sie eventuell auch noch gemeinsam mit ihnen, welche Angaben auf einem solchen Werbeplakat interessant sein könnten – wie z. B.:

- Name der Sportart/ Bewegungsaktivität
- Mögliche Orte der Ausübung
- Notwendige Sportgeräte/ Sportkleidung
- Anzahl der Personen, die für die Ausübung benötigt werden
- usw.

Sollten einige der Mädchen und Jungen ihren Lieblingssport in einem Sportverein ausüben, könnte eine zusätzliche Anregung sein, dass neben der Darstellung der Sportart auch dieser etwas näher vorgestellt wird (angefangen vom Vereinsnamen bis hin zu den weiteren Sportmöglichkeiten des Vereins).

Wie die SchülerInnen ihr Werbeplakat gestalten – ob sie sich z. B. selbst beim Ausüben der Sportart malen oder den Sport „nur“ beschreiben wollen – bleibt ihnen frei gestellt.

Abschließend werden die fertig gestalteten Plakate der SchülerInnen an einer Wand im Klassenzimmer aufgehängt.

Auswertung

Siehe Abschluss



Fit von klein auf

BKK Gesundheitsförderung für Kitas und Grundschulen

ABSCHLUSS

1. Vorstellung der Werbeplakate

Dauer	ca. 15 Min.
Material	neben den erstellten Werbeplakaten ist kein Material notwendig
Erfahrungsmöglichkeiten	<ul style="list-style-type: none">• Erfahren von Gemeinsamkeiten und Kennenlernen anderer (Vereins-) Sportarten

Durchführung

Zum Abschluss der Unterrichtsstunde erhalten die Mädchen und Jungen die Gelegenheit, ihren MitschülerInnen ihre Werbeplakate bzw. ihre Lieblingssportarten vorzustellen.

Fragestellungen, die im Rahmen der Vorstellung aufgegriffen werden könnten, sind:

- *Welche Sportart/ Bewegungsaktivität habe ich dargestellt? Was mag ich an ihr ganz besonders? Bin ich in einem Sportverein angemeldet, um diese Sportart zu betreiben?*
- *Welche der von meinen MitschülerInnen vorgestellten Bewegungsaktivitäten/ Sportarten würde ich ebenfalls gerne einmal ausprobieren?*

Vorbereitung der 2. Unterrichtsstunde „Bewegung ist überall“

Falls Sie planen, die zweite Unterrichtsstunde zum Thema „Sport allein und im Verein“ ebenfalls zeitnah durchzuführen, bitten Sie doch Ihre SchülerInnen, Werbematerialien wie Prospekte oder Flyer von ihren Sportvereinen/ Sportstätten mitzubringen.



Fit von klein auf

BKK Gesundheitsförderung für Kitas und Grundschulen

2. Familienhausaufgabe „Unser Familien-Bewegungstag“

Dauer	ca. 5 Min.
Material	pro SchülerIn ein Ausdruck der Familienhausaufgabe „Unser Familien-Bewegungstag“ (siehe nächste Seite)
Erfahrungsmöglichkeiten	<ul style="list-style-type: none">• Eltern und Kindern erhalten die Gelegenheit, ihren Familienalltag „bewegter“ zu gestalten

Durchführung

Teilen Sie zum Abschluss der Stunde die Familienhausaufgabe „Unser Familien-Bewegungstag“ aus und erklären Sie den SchülerInnen kurz die Aufgabe (siehe nächste Seite).

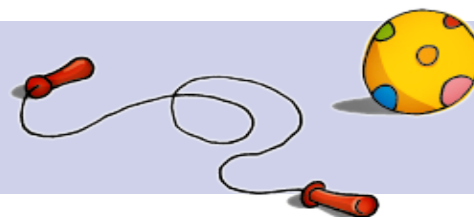


Fit von klein auf

BKK Gesundheitsförderung für Kitas und Grundschulen

Unser Familien-Bewegungstag

FAMILIENHAUSAUFGABE



Liebe Familie

habt ihr sie auch schon mal beobachtet – die *Bewegungsdiebe*? Sie liegen fast überall auf der Lauer und versuchen, uns ganz heimlich die Bewegung zu stehlen. Wie die *Bewegungsdiebe* das machen? Ganz einfach! Sie denken sich immer wieder neue Dinge aus, durch die wir – oft ohne es zu bemerken – immer fauler und bequemer werden.

Eine ihrer Erfindungen sind zum Beispiel die Rolltreppen und Fahrstühle in Kaufhäusern. Denn seit es die gibt, nimmt in großen Läden fast keiner mehr die Treppe und lässt sich, ohne irgendeinen Schritt zu tun, von einer Etage in die nächste fahren.

Ganz besonders stolz sind die *Bewegungsdiebe* übrigens auf den Fernseher, den sie selbstverständlich auch erfunden haben. Mit immer mehr Programmen und vielen spannenden Sendungen für Kinder und Erwachsene wollen sie uns dazu überreden, den Nachmittag lieber sitzend vor dem Bildschirm zu verbringen, anstatt zum Beispiel draußen zusammen mit unseren Freunden Fahrrad zu fahren, verstecken zu spielen oder im Winter auf Schlittentour zu gehen...

Wie ist das bei euch? Haben sich bei euch auch schon einige dieser *Bewegungsdiebe* eingeschlichen? Geht doch mal gemeinsam auf die „Jagd“ und überlegt, welche *Bewegungsdiebe* sich bei euch zu Hause so eingeschmuggelt haben – und vor allem wie ihr diese austricksen könntet?

Ein ganz toller Trick, um diese besonderen Diebe im Familienalltag zu überlisten, ist übrigens ein regelmäßiger **Familien-Bewegungstag**: An einem festen Tag der Woche oder des Monats überlegt ihr gemeinsam in der Familie, wie ihr diesen Tag „bewegt“ gestalten wollt. Ideen fallen euch zusammen bestimmt ganz viele ein. So könntet ihr zum Beispiel:

- euer Auto den ganzen Tag über in der Garage lassen und alles zu Fuß oder mit dem Fahrrad erledigen,
- in einem nahegelegenen Wald auf Schatzsuche gehen,
- im Park einen Drachen steigen lassen,
- im Sommer das Freibad unsicher machen oder eine Runde Mini-Golf spielen,
- im Winter den Schlitten aus dem Keller holen oder in einer Eishalle Schlittschuh laufen,
- usw.

Habt ihr einen Familienkalender? Dann tragt euch diesen Tag doch fest in diesen ein. Oder klebt euch alternativ einen Zettel an den Kühlschrank. Auf diese Weise habt ihr euren Familien-Bewegungstag immer gut im Blick!

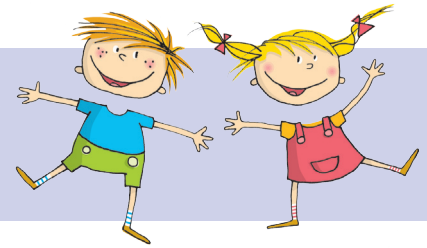


Fit von klein auf

BKK Gesundheitsförderung für Kitas und Grundschulen

Bewegung ist überall

UNTERRICHTSSTUNDE 2



Lernziele

Die SchülerInnen sollen...

- die Sport-, Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten im persönlichen Umfeld bzw. im Stadtteil/ Ort kennen lernen und motiviert werden, diese einmal auszuprobieren.

Darüber hinaus sollen die Eltern...

- für die Vielfalt der Bewegungsmöglichkeiten im Stadtteil/ Ort sensibilisiert werden und motiviert werden, einige von ihnen mit ihren Kindern zu erkunden.

Die Unterrichtsstunde im Überblick

	Inhalte	Methoden / Sozialform	Dauer ca.
Einstieg	Einführungsgeschichte von Florina & Flo „Bewegung ist überall“	<ul style="list-style-type: none">• Einsatz einer Kurzgeschichte• Anschl. kurzer Austausch in der Klasse	10 Min.
Hauptteil	Erstellung einer „Bewegungslandkarte“	<ul style="list-style-type: none">• Gemeinsame Auseinandersetzung	25 Min.
Abschluss	1. Gruppengespräch „Mein liebster Bewegungsort“	<ul style="list-style-type: none">• Abschlussreflexion	5 Min.
	2. Familienhausaufgabe „Auf Spurensuche“	<ul style="list-style-type: none">• Anweisung im Frontalunterricht	5 Min.



Ablauf des Unterrichtsgeschehens

EINSTIEG

Die Geschichte von Florina & Flo: „Bewegung ist überall“

Dauer	ca. 10 Min.
Material	evtl. pro SchülerIn eine Kopie der Geschichte von Florina & Flo „Bewegung ist überall“
Erfahrungsmöglichkeiten	<ul style="list-style-type: none"> • Einstieg in das Thema der Unterrichtsstunde „Sport-, Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten im Stadtteil“

Durchführung

Lesen Sie zum Unterrichtseinstieg die folgende Geschichte vor – bzw. lassen Sie diese, je nach Lernstand, von einer/einem der SchülerInnen vorlesen.

Bewegung und Sport - gleich hier vor Ort

Es ist drei Uhr nachmittags. Flo ist gerade mit seinen Hausaufgaben fertig als es an der Tür klingelt. „Ich gehe schon!“, ruft er seiner Mutter zu, die im Garten sitzt und ein Buch liest.

Vor der Tür steht seine Freundin Florina mit einer Frisbee-Scheibe in der Hand. „Hast Du Lust, dass wir in den Park gehen und ein bisschen Frisbee spielen? Lukas, Sven und Kirsten aus unserer Klasse sind auch da“, fragt Florina. „Aber klar! Ich ziehe nur schnell meine Schuhe an. Warte hier einen Moment.“ Keine fünf Minuten später steht Flo mit Turnschuhen an den Füßen vor Florina.

Und so gehen die beiden los. Zum Park sind es nur zehn Minuten. Am Ende der Straße biegen sie nach rechts ab und kommen an einem großen Tennisverein vorbei. Dort ist ganz schön was los – alle Plätze sind belegt und an den Rändern stehen viele Zuschauer. Florina und Flo bleiben stehen, um den Spielern zuzusehen. „Hast Du auch schon mal Tennis gespielt“, fragt Florina ihren Freund. „Nein. Und Du?“ „Bisher auch nicht. Aber mein Papa spielt Tennis. Auch in einem Verein mit ganz vielen Tennisplätzen. Dort habe ich auch schon mal zugesehen.“

Die beiden gehen weiter. Auf einmal hören sie ein lautes Platschen. „Was ist denn das?“, fragt Florina erstaunt. „Das ist bestimmt das neue Freibad, das letzte Woche eröffnet hat. Ich glaube das ist dort hinten hinter den Büschen“, antwortet Flo. „Ach ja, stimmt. Ich habe neulich ein Plakat gesehen! Da gibt es eine tolle lange Rutsche und einen hohen Sprungturm! Vielleicht können wir am Wochenende ja auch mal dort hingehen?“, überlegt Florina laut. „Oh ja, das wäre super. Ich frage nachher direkt meine Eltern, ob sie mitkommen“, antwortet Flo.



Fit von klein auf

BKK Gesundheitsförderung für Kitas und Grundschulen

Bevor sie den Park erreichen, müssen Florina und Flo noch durch ein kleines Wäldchen. Hier gibt es einen ganz tollen Spielplatz – mit Schaukeln, einer Seilbahn und einem Karussell. Das Beste ist allerdings eine kleine Kletterwand, an der man hochklettern kann.

Als Florina und Flo am Spielplatz vorbei kommen, fängt Florina an zu grübeln: „Sag mal, Flo. Ist dir auch schon mal aufgefallen, dass es in unserer Stadt ziemlich viele Orte gibt, an denen man sich bewegen kann? Allein wir sind schon an drei Möglichkeiten vorbeigekommen.“ Flo überlegt: „Ja, du hast Recht. Und dann gibt es ja auch noch den Bolzplatz in unserer Straße, das Hallenbad gegenüber unserer Schule, die vielen Sportvereine...“ „Und den Park mit seiner großen Wiese zum Frisbee- und Ballspielen“, ergänzt Florina. „Guck mal, Flo. Dort vorne warten schon Lukas und Kirsten auf uns.“

Auswertung

Im Anschluss an die Geschichte können folgende Fragenimpulse helfen, eine erste kurze Auseinandersetzung mit dem Thema „Sport-, Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten im Stadtteil“ anzuregen:

- Welche Sport-, Spiel- und Sportmöglichkeiten haben Florina und Flo auf ihrem Weg zum Bolzplatz entdeckt?
- Kommt ihr auf eurem Weg zur Schule auch an Plätzen oder Gebäuden vorbei, die zum Spielen, Sport treiben und sich Bewegen einladen?

HAUPTTEIL - WIE KÖNNTE MAN VORGEHEN?

Erstellung einer „Bewegungslandkarte“

Dauer	ca. 25 Min.
Material	ein Stadt- bzw. Ortsplan (optimal ist auch ein vergrößerter Ausschnitt des Stadtteils, in der sich die Schule befindet), Klebepunkte in vier verschiedenen Farben (z. B. in Rot, Gelb, Grün und Blau), weißes Papier in DIN-A4-Format, Füllfederhalter der SchülerInnen, Reißzwecken oder Klebefilm
Erfahrungsmöglichkeiten	<ul style="list-style-type: none"> • Eine Vorstellung darüber erhalten, welche Sport-, Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten es im persönlichen Umfeld gibt

Vorbereitung

Nummerieren Sie im Vorfeld der Übung die farblich unterschiedlichen Klebepunkte jeweils mit den Zahlen von 1 bis 10.



Fit von klein auf

BKK Gesundheitsförderung für Kitas und Grundschulen

Durchführung

Breiten Sie den Stadt-/Ortsplan oder den vergrößerten Ausschnitt des Schul-Stadtteils für alle gut sichtbar in die Mitte des Sitzkreises aus.

Die SchülerInnen sollen sich nun im ersten Schritt mit dem Plan vertraut machen. Dazu können die Mädchen und Jungen beispielsweise ihnen bekannte Orte (im Stadtteil der Schule) suchen:

- Wo ist unsere Schule?
- Wo wohnt ihr?
- Wo ist das Gebäude XY?
- Findet ihr die Straße XY?
- usw.

Wenn Sie das Gefühl haben, dass sich die Mädchen und Jungen auf dem Plan zurechtfinden, folgt der zweite Schritt: Überlegen Sie zusammen mit Ihren SchülerInnen, welche Plätze, Stätten und Örtlichkeiten sie im Stadtteil/Ort kennen, an denen sie Sport treiben, sich bewegen und spielen können und markieren Sie diese „Ortsangaben“ gemeinsam mit Hilfe der farblich unterschiedlichen und nummerierten Klebepunkte nach z. B. folgendem Schema:

- Blauer Punkt = Sportverein/Sportplatz
- Gelber Punkt = Spielplatz
- Roter Punkt = Öffentliche Sport- und Spielstätten (z. B. Bolzplatz, Tischtennisplatte)
- Grüner Punkt = Bewegungsmöglichkeit in der Natur (z. B. Park, Wald, See)

Die Ergebnisse der „Recherche“ werden abschließend auf den DIN-A4-Bättern als eine Art Legende festgehalten. So notieren die SchülerInnen z. B. auf dem Papierbogen, den sie mit der Überschrift „Roter Punkt“ versehen, sämtliche gefundenen öffentlichen Sport- und Spielstätten geordnet nach den Nummerierungen:

Roter Punkt (= öffentliche Sport- und Spielstätten)

1. Bolzplatz
2. Tischtennisplatte
3. Mini-Golf-Platz
4. Basketballkorb
5. Eissporthalle
6.

Zu guter Letzt werden der zur „Bewegungslandkarte“ umfunktionierte Stadt-/Ortsplan sowie die Legenden mit Hilfe der Reißzwecken oder des Klebefilms an einer Wand im Klassenzimmer aufgehängt.



Fit von klein auf

BKK Gesundheitsförderung für Kitas und Grundschulen

Hinweis: Die von den SchülerInnen eventuell mitgebrachten Werbematerialien wie Flyer oder Prospekte ihrer Sportvereine können zusätzlich neben der „Bewegungslandkarte“ aufgehängt werden, um den Klassenkameraden jederzeit die Gelegenheit zu geben, diese einzusehen (siehe Abschluss der Unterrichtsstunde 1 „Ich turne – Wir turnen“).

Auswertung

Siehe „Abschluss“

ABSCHLUSS

1. Gesprächsrunde „Mein liebster Bewegungsort“

Dauer	ca. 5 Min.
Material	pro SchülerIn ein kleines Kärtchen z. B. im DIN-A6-Format, Füllfederhalter der Mädchen und Jungen
Erfahrungsmöglichkeiten	<ul style="list-style-type: none">• Herstellung eines direkten Bezugs zwischen der vorangegangenen Übung und der Lebenswirklichkeit der SchülerInnen• Bewusstmachung der eigenen Bewegungsmöglichkeiten im persönlichen Umfeld

Hinweis

Diese abschließende Gesprächsrunde dient auch der Vorbereitung der Familienhausaufgabe. So sind die Kärtchen, auf denen die SchülerInnen notieren sollen, welchen der gefundenen „Spiel-, Sport- und Bewegungsorte“ sie gerne einmal besuchen wollen würden, auch als Erinnerungstütze für die Familienhausaufgabe gedacht.

Durchführung

Den Abschluss der Stunde bildet eine kurze Gesprächsrunde, zu der sich alle noch einmal um die soeben erstellte „Bewegungslandkarte“ herum versammeln. Hier bekommen die SchülerInnen die Aufgabe, reihum zu benennen, welchen der markierten „Sport-, Spiel- und Bewegungsorte“ sie in ihrer Freizeit am liebsten aufsuchen – und darüber hinaus welchen „Ort“ sie gerne einmal kennen lernen würden.

Diesen „Wunschort“ schreiben sie abschließend auf eines der Kärtchen, die sie von Ihnen ausgeteilt bekommen und nehmen die Karte dann zusammen mit der Familienhausaufgabe mit nach Hause.



Fit von klein auf

BKK Gesundheitsförderung für Kitas und Grundschulen

2. Familienhausaufgabe „Auf Spurensuche“

Dauer	ca. 5 Min.
Material	pro SchülerIn ein Ausdruck der Familienhausaufgabe „Auf Spurensuche“ (siehe nächste Seite)
Erfahrungsmöglichkeiten	<ul style="list-style-type: none">• Eltern und Kinder erhalten die Gelegenheit, ihren Familienalltag „bewegter“ zu gestalten

Durchführung

Teilen Sie zum Abschluss der Stunde die Familienhausaufgabe „Auf Spurensuche“ aus und erklären Sie den SchülerInnen kurz die Aufgabe (siehe nächste Seite).

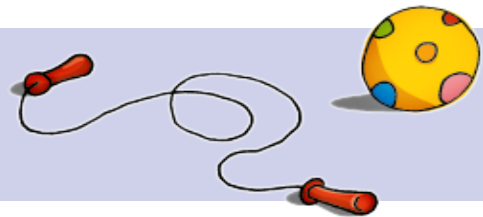


Fit von klein auf

BKK Gesundheitsförderung für Kitas und Grundschulen

Auf Spurensuche

FAMILIENHAUSAUFGABE



Liebe Familie

in der heutigen Unterrichtsstunde sind wir auf Spurensuche gegangen. Wir haben uns mit Hilfe eines Stadtplans auf die Suche nach „Orten“ gemacht, an denen es möglich ist, zu spielen, Sport zu treiben und sich zu bewegen. Auf diese Weise ist eine tolle „Bewegungslandkarte“ entstanden, auf der nun sämtliche Bewegungsmöglichkeiten in der freien Natur, Sport- und Spielstätten sowie Sportvereine in eurer Nähe gekennzeichnet sind.

Diese Sport, Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten eignen sich natürlich auch großartig für einen festen, wöchentlichen oder monatlichen **Familien-Bewegungstag**. Wobei es sicherlich besonders spannend ist, an diesem Tag mal einen ganz neuen „Bewegungsort“ in der Stadt kennen zu lernen...

Daher besteht diese Familienhausaufgabe darin, an eurem nächsten Familien-Bewegungstag einen kleinen Ausflug zu dem Ort zu machen, den ihr – liebe Schülerinnen und Schüler – heute zum Abschluss der Stunde auf euer Kärtchen geschrieben habt. Ihr erinnert euch: Dabei soll es darum gehen, gemeinsam zu erkunden, welche Möglichkeiten zum Spielen, Sport treiben und sich Bewegen dort auf euch warten.

Vielleicht habt ihr ja Lust, ein Foto von „eurem“ Bewegungsort zu machen oder zusammen ein Bild zu malen? Dies können wir dann zum Beispiel in der Klasse neben der Bewegungslandkarte aufhängen...

Viel Spaß!

