

Wahrnehmung und Körperbeherrschung

Die Seiten 42 bis 51 in entsprechender Anzahl kopieren und den Schülerinnen und Schülern bereitlegen. Als Möglichkeit zur Selbstkontrolle können Lösungsseiten erstellt werden.

Station 1 **Bewusstes Sehen und Hören**

Gegenstände für Spiel 1 und 2 bereitstellen. Für Spiel 4 benötigt man ein Auto, in das sich die Kinder hineinsetzen können – möglichst auf einem oder mehreren Kissen, damit sie einen ähnlichen Blickwinkel wie ein Erwachsener haben. Triangel für Spiel 5 bereitstellen.

Station 2 **Geschicklichkeit/Gleichgewicht**

Stoppuhr (Übung 1) und Buch (Übung 2) bereitlegen. Für Übung 3 vorher einen Streifen Klebeband zum Balancieren auf den Boden kleben.

Station 6 **Verschiedene Bewegungsübungen**

Fahrrad, Roller o. Ä. sowie Klebeband, Buchstabenschilder, Verkehrshütchen, Ball und Straßenkreide bereitstellen. Mit dem Klebeband eine Ziellinie und eine enge Fahrbahn (ca. 20 cm breit) kleben, mit der Kreide eine Spur für die Buchstabenübung vorzeichnen.

Unfall – was nun?

Die Seiten 52 bis 59 in entsprechender Anzahl kopieren und den Schülerinnen und Schülern bereitlegen. Als Möglichkeit zur Selbstkontrolle können Lösungsseiten erstellt werden.

Station 6 **Unfallverhütung**

Schere und Klebstoff bereitlegen.

Experimentierbox –
Verlage Männchen:



Download
zur Ansicht



Aufgabe:

1. Spielt diese Spiele mit der gesamten Klasse im Klassenraum.

Spiel 1:

Stelle dich mit fest geschlossenen Augen an deinen Platz.



Sei ganz leise und höre genau hin.

Deine Lehrerin oder dein Lehrer lässt gleich einen kleinen Gegenstand auf den Boden fallen.

Lass die Augen geschlossen und zeige mit der Hand in die Richtung, aus der das Geräusch kam.

Spiel 2:

Verschiedene Dinge werden ausgesucht und auf dem Lehrerpult aufgebaut.

Drehe dich mit dem Rücken zum Pult und schließe die Augen.

Deine Lehrerin oder dein Lehrer lässt nun einen der Gegenstände auf den Boden fallen.

Welcher Gegenstand war es?

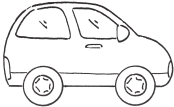
Melde dich und sage deine Vermutung.

Download zur Ansicht



2. Spielt diese Spiele mit der gesamten Klasse auf dem Schulhof.

Spiel 4: Deine Lehrerin oder dein Lehrer hat bereits ein Auto bereitgestellt.



Die anderen Kinder stellen sich nun irgendwo in der Nähe des Autos auf. Sie dürfen sich auch davorhocken oder dahintersetzen.

Du bist nun dran und darfst dich in das Auto setzen.

Welche Kinder kannst du sehen?

Schreibe die Namen hier auf:

Download zur Ansicht

Wie viele Kinder hast du nicht gesehen? _____



Aufgabe:

Suche dir einen Partner.

Er bekommt die Stoppuhr.

Mache die Übungen und trage deine Zeiten ein.

Wechselt euch ab.

Übung 1: Stelle dich auf ein Bein.



linkes Bein	rechtes Bein
_____ Sekunden	_____ Sekunden

Übung 2: Lege dir ein Buch auf den Kopf.

Wie viele Schritte kannst du damit laufen?



Ich bin _____ Schritte gelaufen.

Download zur Ansicht

**Aufgabe:**

1 Schau genau und male an.

- 1) Male den größten Kreis rot an.
- 2) Male das kleinste Viereck grün an.
- 3) Male alle Figuren mit acht Ecken blau an.





2 Male in den Rahmen

- drei gelbe Dreiecke
- vier grüne Punkte
- fünf blaue Linien
- sechs rote Vierecke
- einen schwarzen Kreis

**Download
zur Ansicht**



Oft weiß man als Fußgänger oder Radfahrer nicht, ob man von den Autofahrern gesehen wird.

Augenkontakt kann da helfen.

Auch an Handzeichen oder Blinkern erkennst du, was der andere vorhat.

Aufgabe:

1. Sieh dir das Bild genau an. Suche dir einen Partner und sprecht darüber, was die einzelnen Personen vorhaben.

Zeichne dann ein, wo sie hinwollen.





2. Diese Spiele könnt ihr mit der gesamten Klasse im Klassenraum spielen.

Spiel 1: Alle laufen langsam durch die Klasse.

Ein Kind wird heimlich von der Lehrerin oder dem Lehrer bestimmt.

Dieses Kind ist der Eismann. Es „vereist“ die anderen Kinder durch Zublinzeln. Die vereisten Kinder müssen ganz still stehen bleiben und dürfen nicht verraten, wer der Eismann ist.

Wer den Eismann zuerst erkennt, ohne vereist worden zu sein, hat gewonnen.



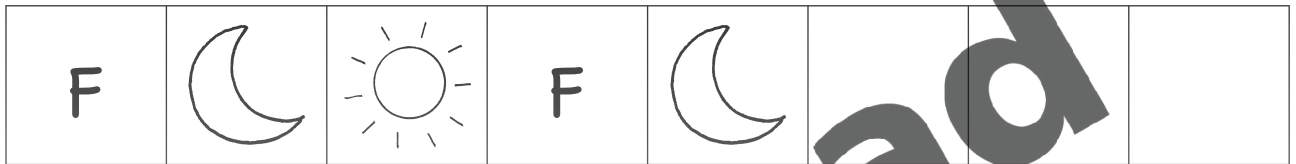
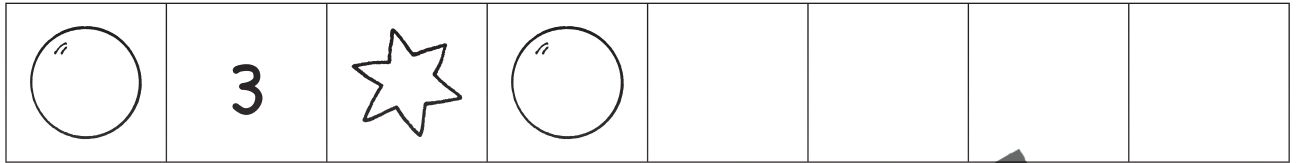
Spiel 2: Alle Kinder sitzen im Kreis.

Ein Kind beginnt, mit den Händen auf die Oberschenkel zu klatschen. Es zwinkert einem anderen Kind zu, das mitmachen darf. Das geht so lange, bis alle Kinder mitklatschen.



Aufgabe:

1. Setze die Reihen fort.



2. Welche sehen gleich aus? Male sie an.



Download zur Ansicht

**Aufgabe:**

Für einige der folgenden Übungen braucht ihr ein Fahrrad oder einen Roller.

Natürlich könnt ihr sie auch erst mal zu Fuß ausprobieren.

Ihr führt die Übungen am besten mit der gesamten Klasse auf dem Schulhof durch.

1. „Stoppen“:

Sucht euch eine „Rennstrecke“.

Markiert eine Ziellinie mit einem Klebestreifen.

Rennt los und versucht, genau an der Ziellinie zu stoppen.

Schwieriger wird es, wenn ihr auf ein bestimmtes Signal stoppen müsst, z. B. das Klatschen eines Mitschülers.

Versucht, sofort stehen zu bleiben, sobald ihr das Signal hört.



2. „Spur halten“:

Fahre mit dem Fahrrad eine vorgegebene Spur entlang.

Ein Mitschüler oder Lehrer steht an der Seite und hält Buchstabenschilder hoch.

Dreht euch um und lies die Schilder. Rufe den Buchstaben laut.



Download
zur Ansicht



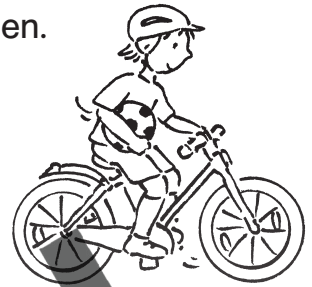
4. „Ballbote“:

Du sollst einen Ball von einem Kind zum nächsten Kind bringen.

Du darfst aber nicht anhalten.

Fahre also am ersten Kind vorbei und nimm dabei den Ball entgegen.

Fahre dann zum zweiten Kind und gib ihm den Ball.



5. „Schnecke“:

Diesmal macht ihr ein Wettrennen, bei dem der Langsamste gewinnt.

Zwei von euch treten gegeneinander an und versuchen, so langsam wie möglich zu fahren.

Ihr dürft aber nicht stehen bleiben und den Boden berühren.



6. „Krokodil“:

Ihr müsst mit dem Fahrrad über eine ganz enge Brücke fahren.

Unter der Brücke sind viele Krokodile, die nur darauf warten, dass du abrutschst.

Nicht auf die Krokodile achten, sondern du fährst über

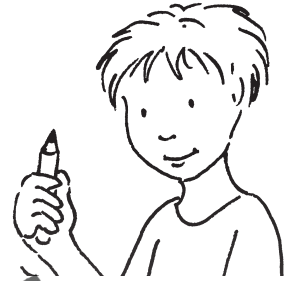


Download
zur Ansicht

Laufzettel



für _____



PFLICHTSTATIONEN

Stationsnummer	Erledigt am	Kontrolliert am
Nummer _____		
Nummer _____		
Nummer _____		
Nummer _____		
Nummer _____		
Nummer _____		
Nummer _____		
Nummer _____		

Download zur Ansicht

1.



- Die Bremse ist meistens am linken Schuh.
- Die Bremse ist meistens am rechten Schuh.
- Beim Bremsen hältst du dich einfach an jemandem fest.
- Beim Bremsen schiebst du den rechten Fuß vor und lässt die Bremse auf dem Boden schleifen.
- Am besten geht das, wenn man ganz gerade steht.
- Am besten geht das, wenn man etwas in die Knie geht.

1.



2.



Download zur Ansicht