



BildungsCent e.V.

Der nachfolgende Beitrag zum Wettbewerb

**„Aufstehen! Weniger Sitzen – mehr Bewegung im Schulalltag“**

wurde eingereicht von

Frau Gabriele Radke-Kluge

im Namen der

Grundschule Obersüßbach

Schulstraße 3

84101 Obersüßbach

radke-kluge@gs-obersuessbach.de

Konzept der Grundschule Obersüßbach zum Thema

## „Aufstehen! Weniger Sitzen – mehr Bewegung im Schulalltag“

Die Grundschule Obersüßbach ist eine ländlich gelegene sogenannte „kleine“ Schule mit unter 100 Schülern. Die meisten Schüler/innen sind es gewohnt, sich viel zu bewegen und benötigen auch im Unterricht ausreichend ausgleichende Bewegung.

Aufgrund kleiner Klassenstärken wird teilweise jahrgangskombiniert unterrichtet. Das bedarf besonderer Organisationsformen, die oft eine zusätzliche Bewegung im Unterricht erfordern.

### Nutzung der Räumlichkeiten:



Bei uns sitzen die Kinder nicht nur im Klassenzimmer an ihrem Platz, sondern nutzen die vielfältigen Ecken des Raumes, aber auch des Flures davor: ein großer Teppich ermöglicht Sitzkreise oder Arbeit mehrerer Kinder am Boden, Arbeitsecken auf dem Flur ermöglichen Kleingruppenarbeit in ruhigerer Atmosphäre oder mit mehr Bewegung ohne andere zu stören, zum eigenen Fach im Klassenzimmer gehen die Kinder im Laufe des Vormittags mehrmals, die Kinder gehen für z.B. grobmotorischere Schreibübungen an die Tafel, sie nutzen Gruppen- bzw. Leseecken des Klassenzimmers.

(Bild: Arbeitsmöglichkeit auf dem Flur)

### Pausenhofgestaltung:

In der Pause sollen sich alle Schüler austoben können, um im Unterricht zu mehr Ruhe und Konzentration zu finden. Da unser Schulhof eher klein ist, steht ein Klettergerüst zur Verfügung, außerdem ein Spielehaus mit z.B. Springseilen, Balancespielen, Bällen.



(Bilder: Spielehaus und Klettergerüst auf dem Pausenhof)

### Bewegungsphasen im Unterricht:

Insbesondere im „Grundlegenden Unterricht“ der ersten beiden Jahrgänge wechseln sich Arbeitsphasen regelmäßig mit Bewegungsphasen ab. Hierfür werden insbesondere Spiele, Spiellieder und Bewegungsübungen eingesetzt. Die Bewegungen werden möglichst in den Unterricht integriert, wenn z.B. zum Thema „Wald“ ein „Waldspaziergang“ unternommen wird, bei dem jeweils hinter dem eigenen Stuhl über Baumstämme gesprungen wird, durch morastigen Boden gewatet wird oder ein Sprint zum Jägerhochstuhl gestartet wird.

### Bewegungsunterstütztes Lernen:

Wir setzen Lernformen ein, bei denen sich die Schüler/innen vom Platz weg bewegen müssen, z.B. Schleichdiktate, Lesespaziergänge, „Museumsrundgänge“, Lerntheken mit vielfältigen Aufgaben und deren Selbstkontrollmöglichkeiten, Lernstationen, Lernwege, Silben abgehen (Jg. 1/2), Klassenmemory oder verschiedene Helfersysteme.

Außerdem unterstützen wir Gelerntes, indem wir den Lernkanal der Bewegung und des Haptischen nutzen, z.B. mit sinnunterstützenden Gesten beim Erlernen von Buchstaben, Gedichten oder Liedern, auch mit Musikinstrumenten wie Orff-Instrumentarium oder Boomwhackers.

### Regelmäßige Arbeit mit dem Wochenplan:



Zu Beginn der Woche bekommt jedes Kind einen Plan und Arbeitsmaterial, das es im Laufe der Woche bearbeiten muss. Zur Organisation des Materials besitzt dafür jedes Kind ein eigenes Fach und eine Ablage, zu der es immer wieder hingehen muss. Die Kinder arbeiten außerdem in diesen offeneren Unterrichtsphasen nicht nur an Tischen, sondern dürfen sich auch auf Teppiche setzen oder die Fensterbank als Stehpult nutzen. Es gibt nicht nur spezielle Zeiten für die Wochenplanarbeit, in der die Kinder immer

wieder zu ihrem Fach gehen oder sich zu unterschiedlichen Lernpartnern hinsetzen. Auch wenn einzelne Kinder ihre Übungen schneller als andere geschafft haben, können sie ihr Material holen und bearbeiten. Das schafft nicht nur zusätzliche Bewegung, sondern schult auch das rücksichtsvolle Miteinander, wenn die anderen in ihrer Arbeit nicht gestört werden dürfen.

### Sportunterricht:

Viel Wert legen wir auch darauf, die 2-3 Sportstunden pro Woche und Klasse zu nutzen, die Kinder sollen jedes Mal ins Schwitzen kommen. Zusätzlich organisieren wir wenn möglich jedes Jahr ein Sportfest (Bundesjugendspiele mit weiteren Bewegungsspielen), einen Schwimmtag im Freibad des Ortes für die ganze Schule, mindestens einen gemeinsamen Wandertag der Schule zu einem Ziel in der Nähe (Schuljahr 2013/14: Besuch einer Streuobstwiese), Schlittschuhlaufen auf den überschwemmten Wiesen der Gemeinde oder Schlitten fahren. Wir nutzen den Spielplatz der Gemeinde in z.B. Vertretungsstunden und unternehmen vielfältige Unterrichtsgänge z.B. in den Wald oder zur Kläranlage des Ortes. Bei den letzten olympischen Winterspielen 2010 organisierten

wir einen „Olympia-Tag“ und dieses Jahr ist ein Thementag zur Fußballweltmeisterschaft geplant.

Unsere Schüler/innen haben so viel Bewegung, dass es so manchem schwer fällt, längere **Zeit still zu sitzen...**