

**Thema:**

**Bewegung im Schulalltag –  
praktische Anregungen für eine bewegungsfreudige  
Schule**

# **Materialien für die Grundschule**

von  
Sigrid Dordel  
Christine Graf  
Benjamin Koch  
Sabine Schindler-Marlow  
Torsten Schülert

4. überarbeitete Auflage 2010

Herausgegeben von der  
Ärztammer Nordrhein, Düsseldorf  
Ärztammer Hamburg, Hamburg  
AOK Rheinland/Hamburg, Düsseldorf

# Inhalt

<b>1. Das Thema „Bewegung und Entspannung“ im Schulalltag</b>	Seite 2
<b>2. Vom Straßenkind zum Stubenhocker? – Analysen und Befunde zur veränderten Bewegungswelt</b>	Seite 4
2.1 Veränderung von Umweltfaktoren	Seite 4
2.2 Grundschüler heute – aus Sicht der Erwachsenen	Seite 6
2.3 Wie sich Kinder ihre Schule vorstellen	Seite 7
2.4 Veränderte Kindheit – veränderte Grundschule?	Seite 9
<b>3. Anregungen für die praktische Umsetzung im Schulalltag</b>	
3.1 Bewegungsorientierter Unterricht in den Lernbereichen	Seite 10
3.1.1 Sachunterricht	Seite 10
3.1.2 Mathematik	Seite 11
3.1.3 Sprache	Seite 11
3.1.4 Sport	Seite 11
3.2 Materialteil	Seite 13
3.2.1 Spielideen für den Mathematikunterricht	Seite 14
3.2.2 Spielideen für den Sprachunterricht	Seite 16
3.2.3 Spielideen für den Sportunterricht	Seite 18
3.2.4 Bewegungspausen/Entspannungspausen	Seite 27
3.2.5 Der Rollbrettführerschein – ein fächerübergreifendes Projekt	Seite 34
3.2.6 Sportmotorischer Test	Seite 40
3.2.7 Sportstundenbilder	Seite 49
3.2.8 Spiele für den Pausenhof / Schulhofgestaltung	Seite 64
<b>4. Ideenmarkt – Sport- und Spielgeräte zum Selbermachen</b>	Seite 69
<b>5. Spiele aus der Erlebnispädagogik</b>	Seite 76
<b>6. Literatur</b>	Seite 79
<b>7. Kontaktadressen</b>	Seite 81