

## **Bewegungspausen im Unterricht**

### **Beitrag von „\*Stella\*“ vom 21. Februar 2010 11:37**

Mich würde mal interessieren, was Ihr so alles an Bewegungspausen in den Unterricht einbaut. Bin gerade dabei, mein 2.Schulhalbjahr zu planen und möchte diesbezüglich nun mit meiner 3.Klasse einfach mehr machen.

Meine Kinder lieben Stopp-Tanz oder das Eckenspiel, weiß nicht, ob Ihr das kennt, aber ein wenig Abwechslung kann ja nicht schaden.

Nun wollte ich mal fragen, was Eure Kinder gerne an kurzen Bewegungseinheiten mögen bzw. was sich in Eurer Klasse bewährt hat.

Ich freue mich auf Ideen. 

---

### **Beitrag von „fairytale“ vom 21. Februar 2010 11:53**

Ich kann mich leider nicht erinnern, woher ich die CD's (gratis) habe, liegen in der Schule. Da sind jede Menge Sequenzen für Kurzübungen. Konnte man im Netz bestellen. Werd dir die Tage nachgucken:-)

---

### **Beitrag von „pepe“ vom 21. Februar 2010 12:01**

Hier gibt's Vorschläge:

<http://www.mehr-bewegung-in-die-schule.de/05000.htm>

---

### **Beitrag von „Grille“ vom 21. Februar 2010 12:53**

Dazu gibt es im Forum vom Zaubereinmaleins einen Thread :  
<http://www.zaubereinmaleins.net/forum/phpBB3/v...gungstankstelle>

Vielelleicht hilft dir das!!!  
Grille

---

### **Beitrag von „Nuki“ vom 21. Februar 2010 14:00**

Ich mache dann immer gerne etwas aus dem Englischunterricht. Meine Kinder lieben "Ten little monkeys" oder "Simons says".

Ab und an schicke ich sie auch einfach auf den Hof eine Runde rennen.

Cool fanden sie auch das Pferderennen, aber dazu muss man ja im Kreis sitzen (idealerweise) und wir machen kaum einen Stuhlkreis.

Hm. Mal überlegen. Meine machen auch gerne- das ist aber kaum Bewegung- so Massageübungen wie "Besuch im Zoo" oder "Pizza backen", "Wetterbericht".

---

### **Beitrag von „\*Stella\*“ vom 21. Februar 2010 15:44**

Super, das waren schon tolle Anregungen, freue mich auf weitere, wenn jemand noch was beitragen will. 

---

### **Beitrag von „Mareni“ vom 21. Februar 2010 17:21**

Hallo,

hier findest du auch viele Ideen: [http://cdl.niedersachsen.de/blob/images/C4192318\\_L20.pdf](http://cdl.niedersachsen.de/blob/images/C4192318_L20.pdf)  
Da gibt es auch einen guten Karteikasten zu, den man bestellen kann:  
[http://www.service.niedersachsen.de/master/C498761...\\_c15484211.html](http://www.service.niedersachsen.de/master/C498761..._c15484211.html)

LG

---

**Beitrag von „\*Stella\*“ vom 24. Februar 2010 17:28**

Ich danke Euch noch mal für Eure Tipps und Anregungen.

Was mich noch interessieren würde, kennt ihr noch Spiele, die Eure Kinder gerne machen, die keine Vorbereitung brauchen, keine Anleitung des Lehrers und ohne Hilfsmittel auskommen, sprich, die völlig spontan in einem Klassenzimmer gespielt werden können?

---

**Beitrag von „Elaine“ vom 24. Februar 2010 17:37**

gelöscht

---

**Beitrag von „Traumfee“ vom 24. Februar 2010 20:53**

Hallo!

Es gibt eine tolle Bewegungs-CD vom Projekt **Klasse 2000** mit 5minütigen tollen und abwechslungsreichen Bewegungsformen. Schau mal im Netz unter <http://www.Klasse2000> nach, vielleicht findest du die Bezugsadresse!

Viel Spaß beim Bewegen  
wünscht diir Traumfee

---

**Beitrag von „Schmeili“ vom 24. Februar 2010 21:41**

Ich habe eine Cd vom verlag an der Ruhr "Bewegen und entspannen zu Musik" - super genial!  
Da sind kleine Bewegungsmachgeschichten drauf, superklasse! Cd rein Fenster auf und Spaß haben 😊

---

**Beitrag von „\*Stella\*“ vom 24. Februar 2010 21:52**

Stimmt, die Klasse 2000-CD müsste ich auch noch irgendwo haben, gute Idee.. 

Auch an die anderen vielen Dank!

---

**Beitrag von „Mayine“ vom 25. Februar 2010 14:38**

Ich habe die Bewegungskarten von Zaubereinmaleins. Täglich dürfen zwei Kinder eine ziehen.

---

**Beitrag von „DWE“ vom 6. März 2010 20:10**

Hello Stella,

es gibt da eine CD mit dem Titel "Bewegungsspaß für Groß und Klein" beim MILDENBERGER-Verlag.....

Die habe ich extra für Kindergarten und Grundschule entworfen:Übungsansagen, dann folgt die Musik zur Ausführung...

Gruß

DWE