



Videos

Jgst. 1/2

Erklärungskarte

Lerne durch Bewegung – LeBe!



# LeBe

## Lerne durch Bewegung – LeBe!

- Bewegung und Kognition im Schulalltag zu verbinden, fördert die Lernleistung und Konzentration der Kinder.
- Studien zeigen, dass körperliche Aktivität die Durchblutung und den Sauerstoffgehalt im Gehirn steigert. Dadurch werden neuronale Verbindungen gestärkt und kognitive Funktionen wie Aufmerksamkeitsspanne, Gedächtnisleistung und Problemlösefähigkeit verbessert.
- Bewegung aktiviert zudem beide Gehirnhälften, was das ganzheitliche Lernen unterstützt.
- Besonders bei jüngeren Kindern kann dies die Motivation steigern und die Lernumgebung abwechslungsreicher gestalten, was die schulischen Leistungen nachhaltig positiv beeinflussen kann.

Mit dem QR-Code (oben links) geht's zu den Erklärvideos zur Initiative „Lerne durch Bewegung – LeBe!“.

## Aufbau der Karteikarten und Hinweise zur Durchführung:

- Karteikarte:
  - Schülerorientierte Vorderseite mit Übungsbeschreibung und Differenzierungsmöglichkeiten; lehrerorientierte Rückseite mit konkreten Anwendungsbeispielen und Lehrplanbezügen, Möglichkeiten des kognitiven Transfers auf weitere Fächer und QR-Code zur Bewegungsübung als Video
  - Hinweis: Im Sinne einer möglichst übersichtlichen Gestaltung der Karteikarten sowie zur besseren Lesbarkeit und zum leichteren Verständnis wird bei der jeweiligen Übungsbeschreibung das generische Maskulinum als kürzeste Form gewählt. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.
- Raumbedarf: Alle Übungen sind für die Durchführung im Klassenzimmer konzipiert.
- Zeitbedarf: ca. 8-12 Minuten
- Materialanforderung: Einfach und griffbereit je nach Übungsanforderung
- Mögliche Icons:
  - Einzelübung/Partnerübung/Gruppenübung
  - kein Materialbedarf
  - Wurfgegenstand, der sich leicht werfen und fangen lässt (plus Anzahl, z. B. „2x pro Gruppe“)
  - Tuch (plus Anzahl, z. B. „1x pro Kind“)

Fach	Lehrplanbezug	Übung
Deutsch (D)	<b>D 1/2 – Lernbereich 1: Sprechen und Zuhören</b>	
	Lernbereich 1.1: Verstehend zuhören	14, 15
	Lernbereich 1.5: Szenisch spielen	5, 7, 10
	<b>D 1/2 – Lernbereich 4: Sprachgebrauch und Sprache untersuchen und reflektieren</b>	
	Lernbereich 4.1: Sprachliche Verständigung untersuchen	2
	Lernbereich 4.3: Sprachliche Strukturen in Wörtern, Sätzen, Texten untersuchen und verwenden	13
	Lernbereich 4.4: Richtig schreiben	1
Mathematik (M)	<b>M 1/2 – Lernbereich 1: Zahlen und Operationen</b>	
	Lernbereich 1.1: Zahlen strukturiert darstellen und Zahlenbeziehungen formulieren	2, 4
	Lernbereich 1.2: Im Zahlenraum bis Hundert rechnen und Strukturen nutzen	2, 8, 9, 14
	<b>M 1/2 – Lernbereich 2: Raum und Form</b>	
	Lernbereich 2.1: Sich im Raum orientieren	1, 13
	Lernbereich 2.2: Geometrische Figuren benennen und darstellen	11
	Lernbereich 2.3: Geometrische Abbildungen erkennen und darstellen	6
Heimat- und Sachunterricht (HSU)	<b>HSU 1/2 – Lernbereich 3: Natur und Umwelt</b>	
	Lernbereich 3.1: Tiere, Pflanzen, Lebensräume	3, 9
	<b>HSU 1/2 – Lernbereich 4: Zeit und Wandel</b>	
	Lernbereich 4.1: Zeitbewusstsein und Orientierung in der Zeit	8
	<b>HSU 1/2 – Lernbereich 5: Raum und Mobilität</b>	
Lernbereich 5.1: Räume wahrnehmen und sich orientieren	13	
Ethik (Eth)	<b>Eth 1/2 – Lernbereich 1: Menschsein: Sich selbst begegnen</b>	
	Lernbereich 1.1: Die eigene Einmaligkeit erkennen	15
	Lernbereich 1.3: Eigene Gefühle wahrnehmen und unterscheiden	5, 6
	<b>Eth 1/2 – Lernbereich 2: Zusammenleben: Dem anderen begegnen</b>	
Lernbereich 2.4: Sich respektvoll und wertschätzend begegnen	7	
Kunst (Ku)	Ku 1/2 – Lernbereich 5: Fantasiewelten	10
Musik (Mu)	Mu 1/2 – Lernbereich 1: Sprechen – Singen – Musizieren	6
	Mu 1/2 – Lernbereich 3: Bewegung – Tanz – Szene	12