

"Rudis bewegtes Schulhaus" – Bewegungspausen in der Grundschule

"Rudis bewegtes Schulhaus" möchte zu mehr Bewegung im Unterricht und in den Pausen motivieren und damit die motorischen Fähigkeiten fördern.



Durch die Rudi-Aufkleber im eigenen Schulhaus werden die Kinder angeregt, sich in den Bereichen Ausdauer, Beweglichkeit, Schnelligkeit & Reaktion, Kraft und Koordination zu bewegen.

„Rudi spezial“ bietet unterschiedliche Spiel- und Übungsideen aus den Bereichen der Entspannung, der Körperwahrnehmung und der Förderung der exekutiven Funktionen.

Alle Übungen können ohne oder mit nur wenig Material durchgeführt werden und sind somit vielfältig einsetzbar. Die Übungskarten können dabei als Kartei oder als Aushang eingesetzt werden.

"Rudis bewegtes Schulhaus" kann zum Einsatz kommen

- während oder nach intensiven Arbeitsphasen,
- während offener Lernangebote (z. B. im Stationenbetrieb oder während der Wochenplanarbeit),
- während des Bewegungs-, Spiel- und Sportunterrichts,
- als bewegte Pause,
- zur individuellen Förderung einzelner Kinder,
- während Projekttagen