



bewegte GESCHICHTEN

Ein Leseprogramm für die Volksschule

- > erlebnis- und handlungsorientiert
- > konzentrationsfördernd
- > bewegtes Üben und Vortragen



Ein Projekt der FACHSTELLE

jumppps

JUNGEN- UND MÄDCHENPÄDAGOGIK
PROJEKTE FÜR SCHULEN

worlddidac
A W A R D 2 0 1 6

ehemals Netzwerk Schulische Bubenarbeit NWSB

drosos (...)

Impressum

Herausgeberin

Fachstelle JUMPPS, Jungen- und Mädchenpädagogik, Projekte für Schulen
(ehemals Netzwerk Schulische Bubenarbeit NWSB)

Zürich, 2016

2. Auflage, 2018

www.jumpps.ch

Projektleitung «bewegte Geschichten»: Reto Pfirter, Urs Urech

www.bewegte-geschichten.ch

Gestaltung Tisato & Sulzer GmbH Communication Design, Heiden

Fotos/Film Remo Hegglin, Zug

Digitale Bearbeitung Christoph Burkhard, Zürich, www.allerhand.ch

Autorinnen und Autoren

Marianne Aepli, Menzingen ZG

Primarlehrerin, Master of Cultural & Gender Studies (MAS).

Tätig als Primarlehrerin, in der Aus- und Weiterbildung von Lehrpersonen,
freiberuflich Projektleitungen und -begleitungen im Bereich Gender
und Bildung, Publikationen in Fachzeitschriften zu Gender und Bildung,
Vorstand JUMPPS

Reto Pfirter, Zürich

Sekundarlehrer, Erlebnispädagoge, Leitung von erlebnis- und handlungsorientierten
Kursen an Hochschulen, Entwicklung Timeout Projekt «Variante», Geschäftsführer
der Firma «Natur als Partnerin» www.naturalspartnerin.ch, Outdoortrainer im Profit-
und Nonprofit-Bereich, Vorstand JUMPPS

Michaela Frigg Sekeröz, Zürich, Primarlehrerin, Quims-Beauftragte,

DaZ-Lehrperson, Hauptautorin DaZ-Schlüsselbund der Stadt Zürich
und Winterthur, Inhaberin www.schatzzeug.ch

Heidi Kämpfer, Thalwil, Psychomotoriktherapie, Performance, Weiterbildungen

Marcel Wattenhofer, Klingnau, Theaterpädagoge, Regisseur, Dozent
für Kommunikation und Auftrittskompetenz

Carlo Magni, Zürich, pensionierter Primarlehrer,
TZT-Leiter (Themenzentriertes Theater), Textschaffen mit
«Meine Geschichte – Deine Geschichte»

Peter Meyer, Schauspiel, Regie, Lehrer Rudolf Steiner Schule,
www.meyer-generalist.de

Jo Eisfeld, Konstanz, Theaterpädagoge, Sprechtrainer, www.stimmbar.de





Inhalt

Impressum	2
Vorwort	4
Was diese Geschichten zu bewegten Geschichten macht	6
Die sieben Elemente	8
Modell-Geschichte «Der Basilisk»	10
 Geschichten	18
 Erlebnisübungen	23
 Konzentrationsübungen	27
 Lesetrainings	31
 Auftrittsübungen	36
 Schreibförderung	39
 Zusatzmaterial	42
Anwendungen	43
Geschlechter-Balance	45
Förderaspekte, Lehrplanbezug	47
Dank, Quellenangaben, Literaturverzeichnis	51



Der Kommentar eines Sechstklässlers lässt aufhorchen:

«Die bewegten Geschichten haben mich dazu gebracht, endlich ein Buch ganz zu lesen.»

Lesen unterstützt das Lernen. Lesen und Schreiben sind wichtig in der Schule. Beides ist wichtig im Leben und kann spannend sein! Wer gerne und motiviert liest hat mehr Lernerfolg.

All diesen Argumenten zum Trotz lesen und schreiben einige Schülerinnen und Schüler möglichst wenig und zudem oft unkonzentriert oder flüchtig. Verschiedene Studien zeigen auf, dass die Lesekompetenz tendenziell abnimmt, und dass es signifikante Unterschiede in der Lesekompetenz von Jungen und Mädchen gibt.

Basierend auf diesen Erkenntnissen wurde **bewegte Geschichten** entwickelt. Aus der Praxis in der schulischen Bubenarbeit ist bekannt, dass viele Jungen und auch Mädchen sich über Bewegung motivieren lassen. Diese Bewegungsfreude wird im vorliegenden Lehrmittel aufgenommen und in Konzentrations- und Erlebnisübungen umgesetzt. Diese Übungen sind aber nicht losgelöst von einem Kontext aufgeführt, sondern in Geschichten aus der Kinder- und Jugendliteratur eingebettet. So werden **bewegte Geschichten** erlebt, das Lesen wird geübt, schreibend verarbeitet und erweitert und das Erlernte kann einem Gastpublikum vorgetragen werden. Daraus folgt ein Unterricht, der innerlich und äusserlich bewegt.

Das vorliegende Material **bewegte Geschichten** ist nicht nur ein Lehrmittel mit einer reichen Auslegeordnung an Geschichten, Arbeitsinstrumenten und Empfehlungen für den Einsatz im Schulalltag. Mit **bewegte Geschichten** ist auch ein Lernprogramm entstanden, das im Unterricht vielfältig eingesetzt werden kann und in den Lernfeldern Deutsch, Bewegung und Sport, Natur-Mensch-Gesellschaft spezielle Lerninhalte umsetzt und Kompetenzen fördert. Viele Übungen bedingen eine kooperative Teamarbeit und das Vertrauen in sich selbst.

Die zweite Auflage des Lehrmittels ist online verfügbar. Dieses Informationsheft gibt einen Überblick über die Inhalte der über 300 Dokumente, die direkt aus dem Internet heruntergeladen werden können. Wir haben zu den dreissig bewegten Geschichten der ersten Auflage weitere fünfzehn zusammengestellt, um mit den Inhalten der neuen Texte Mädchenthemen und auch die Schülerinnen und Schüler des ersten Zyklus' stärker zu berücksichtigen. Somit stehen nun 45 Geschichten zur Durchführung zur Verfügung.

Mittlerweile haben unsere Lesecoaches mit rund hundert Klassen das Programm durchgeführt. Über dreihundert Lehrpersonen arbeiten mit dem Lehrmittel.

Dieses Lehrmittel wurde im Jahr 2016 mit dem **worlddidac award** ausgezeichnet.

Die Methoden von **bewegte Geschichten** wurden durch die pädagogische Hochschule Bern wissenschaftlich evaluiert. Die Ergebnisse zeigen die Wirksamkeit von **bewegte Geschichten** auf:

- > Das Programm erreicht das Ziel, die getestete Lesekompetenz signifikant zu steigern.
- > Die Programmelemente vermögen aus Sicht der Coaches und der Schulmitarbeitenden die Lese- und Lernmotivation der Schülerinnen und Schüler anzuregen.
Durch ihre Vielfalt sprechen sie verschiedene Wahrnehmungskanäle an und bieten für Schülerinnen und Schüler mit unterschiedlichen Lese- und Leistungsniveaus adäquate Lernangebote.
- > Die Rückmeldungen der Schülerinnen und Schüler zeigen, dass die Programmaktivitäten insgesamt grossen Anklang finden.

«Im Projekt hat sich unsere Klasse als Team bewiesen und unser Klassengeist ist nun viel besser.»

Mit diesem abschliessenden Kommentar eines Schülers wünschen wir Ihnen viel Erfolg mit dem vielfältigen Material von **bewegte Geschichten**.



Marianne Aepli *R. Pfirter*

Marianne Aepli

Reto Pfirter

Zürich, September 2018, Projektleitung **bewegte Geschichten**



Was diese Geschichten zu **bewegten Geschichten** macht

Zentraler Teil des Lehrmittels sind 45 Geschichten in Form von Kurzgeschichten, Legenden, Märchen und Ausschnitten aus Romanen für Kinder und Jugendliche vom Kindergarten bis zur Oberstufe. Jede Geschichte ist durchsetzt mit Erlebnis- und Konzentrationsübungen, die thematisch zum Textinhalt passen. Zwischen dem Lesen und Zuhören rhythmisieren diese Bewegungsphasen die Lektionen abwechslungsreich. Da sich die einzelnen Übungen und die jeweilige Geschichte thematisch überschneiden, erfahren und erleben die Schülerinnen und Schüler den Inhalt auf verschiedene Arten: Führt in der einen Geschichte beispielsweise «Mut» zu einer Veränderung oder «Vertrauen auf die Mithilfe anderer» zu einer Lösung, so werden diese Situationen in den einzelnen Übungen nacherlebt. So wird ein Zugang zum Lesen ermöglicht, der innerlich und äusserlich bewegt.

Inhalte und Umsetzung

Die Arbeitsmaterialien und Methoden von **bewegte Geschichten** sind aus sieben Elementen zusammengestellt. Diese Elemente sind aufeinander abgestimmt und ergänzen sich gegenseitig. Wie ausführlich und umfassend **bewegte Geschichten** im Unterricht eingesetzt wird, hängt von den Zielsetzungen und der Unterrichtsplanung ab. Die Umsetzung ist vielfältig möglich.

Durch die Lesetagebücher zu neun bewegten Geschichten können die Inhalte der Geschichten und die Durchführungen der Übungen schreibend und gestaltend reflektiert und vertieft werden.

Nach einem intensiven Arbeiten mit **bewegte Geschichten** in einer Projektwoche oder nach regelmässigem Üben über einen längeren Zeitraum, ist ein Auftritt vor Gastklassen oder an einer Eltern-Veranstaltung ein Motivations-Erlebnis der besonderen Art. Dabei präsentieren die Schülerinnen und Schüler das Erarbeitete und bekommen vielfältige Rückmeldungen, beispielsweise von den jüngeren Kindern aus der Gastklasse oder von Eltern und Bekannten.

Durch die «L-Elemente» (Lesetraining) und «A-Elemente» (Auftrittsübungen) können Schülerinnen und Schüler das Vorlesen und Auftreten trainieren, damit eine erfolgreiche Vorführung möglich wird. Solche Auftritte sind Meilensteine im Lernen mit **bewegte Geschichten** und motivieren zusätzlich.

Etlche Zusatzmaterialien zu Zielformulierung, Planung, Strukturierung, Reflexion und Auswertung stehen bei der Anwendung von **bewegte Geschichten** im täglichen Unter-

richt zur Verfügung. Durch die Anwendung aller Elemente über einen längeren Zeitraum wird **bewegte Geschichten** zum Gesamtprogramm der Lese-, Schreib- und Lernförderung. Die Beschreibung der Unterrichtsstruktur im Ordner «Z-Element» dient als Orientierungshilfe. Darin werden Inhalte, Abläufe und die Organisation mit allem Materialbedarf in einer Planübersicht vorgestellt.

Mit den Lehrplanbezügen wird aufgezeigt, dass **bewegte Geschichten** viele Fachbereiche einbezieht, in erster Linie im Fach Deutsch, darüber hinaus aber auch speziell überfachliche Kompetenzen fördert.

Dieses Heft informiert Sie über die Inhalte, Methoden und Möglichkeiten von **bewegte Geschichten**. Neben Erläuterungen und Übersichtslisten sind zur Veranschaulichung die Modellgeschichte und Übungsbeispiele aus den sieben Elementen aufgeführt. Die entsprechenden Seiten sind jeweils hellblau hinterlegt.

Beim Kauf des Lehrmittels erhalten Sie mit der Rechnung die Login-Angaben für den Lehrmittelbereich. Nach erstmaliger Anmeldung auf der Internetseite gelangen Sie über Ihr persönliches Login zu sämtlichen Unterlagen in digitaler Form.

> **Weiterbildung individuell**

Zu den Arbeitsmethoden mit dem Lehrmittel von **bewegte Geschichten** werden über verschiedene Institutionen Weiterbildungen angeboten.

> **Team- und Weiterbildung**

Zu und mit den Arbeitsmethoden von **bewegte Geschichten** werden für Ihre Schule massgeschneiderte Team- und Weiterbildungen angeboten.

> **Lesecoaches für Klassen**

Lesecoaches von **bewegte Geschichten** kommen auf Anfrage in Schulen, um das Programm in Klassen durchzuführen.

> **Materialtasche BG**

Das Material für die Erlebnisübungen von **bewegte Geschichten** kann online über die Internetseite bestellt werden.

> **Aktuelles**

Neue Geschichten und zusätzliche Programmunterlagen werden fortlaufend im Login-Bereich bereitgestellt.



Die sieben Elemente



Geschichten

- > verschiedene **bewegte Geschichten** erleben, lesen, vortragen und weitergeben
 - > Kurzgeschichten und Textauszüge aus Romanen
 - > Übungen, die thematisch zur Geschichte passen
-



Erlebnisübungen

- > Eigeninitiative und Kooperation in der Gruppe
 - > soziales Lernen: Verantwortung übernehmen und Vertrauen schenken
 - > Spass, Fantasie und Ideen umsetzen
-



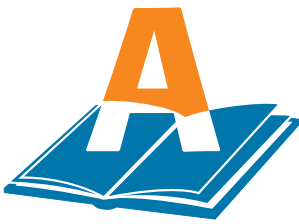
Konzentrationsübungen

- > Konzentrationsfähigkeit steigern
 - > Ausdauer, Kraft und Achtsamkeit trainieren
 - > Entspannung, Sicherheit und personales Lernen
-



Lesetraining

- > Texte schneller lesen und besser verstehen
 - > spannender und deutlicher Vorlesen
 - > Spass und Abwechslung beim Üben von Texten
-



Auftritts-Training

- > Auftrittskompetenzen erweitern: Bühne frei
 - > Stimmbildung: Aussprache und Ausdruck
 - > **bewegte Geschichten** aufführen: vorlesen und Übungen anleiten
 - > Vorbild sein und Jüngeren etwas beibringen
-



Schreibförderung


- > Geschichten anhand der Lesetagebuchaufträge reflektieren und vertiefen
 - > eigene Texte und Geschichten schreiben
 - > eigene **bewegte Geschichten** entwickeln
-



Zusatzmaterial

- > persönliche Ziele formulieren und umsetzen
 - > durch gegenseitige Rückmeldungen das Vorlesen und Auftreten reflektieren
 - > Informationen zu Inhalt und Struktur des Programms
 - > Bezug zur Kompetenzförderung des Lehrplans 21
-

Modellgeschichte **Der Basilisk**

Anhand der Modell-Geschichte ‹Der Basilisk› wird die Verknüpfung von Text und Übungen aufgezeigt (Seiten 11 bis 17). Bei allen Geschichten sind die Überleitungen vom Text zur Übung und zurück direkt im Text festgehalten und durch  gekennzeichnet.

- Autorin** > Verena Jenny
 Der Basilisk, Basler Legende, Mundartfassung von Trudi Gerster,
 BaZ Buch Verlag, Basel, 1998, ISBN: 3-85815-334-6
- Themen**
- > Identität > Bedrohung; Dorfgemeinschaft; Held
 - > Verhalten > Zusammenhalt; gemeinsam handeln; einander helfen
 - > Freizeit > jagen
 - > Werte > Verantwortung; Vertrauen
 - > Gefühle > Angst; Mut
 - > Zukunft > Befreiung; Sicherheit
- Art der Geschichte** > Kurzgeschichte / Legende
- Alter** > 8 – 12 Jahre
- Länge** > 668 Wörter



- > **E⁴** Blatt wenden
- > **E⁶** Engerer Raum
- > **E¹²** Raupenrennen



- > **K⁴** Kranich

Zu dieser Geschichte steht ein Lesetagebuch im S-Element zur Verfügung.



Der Basilisk

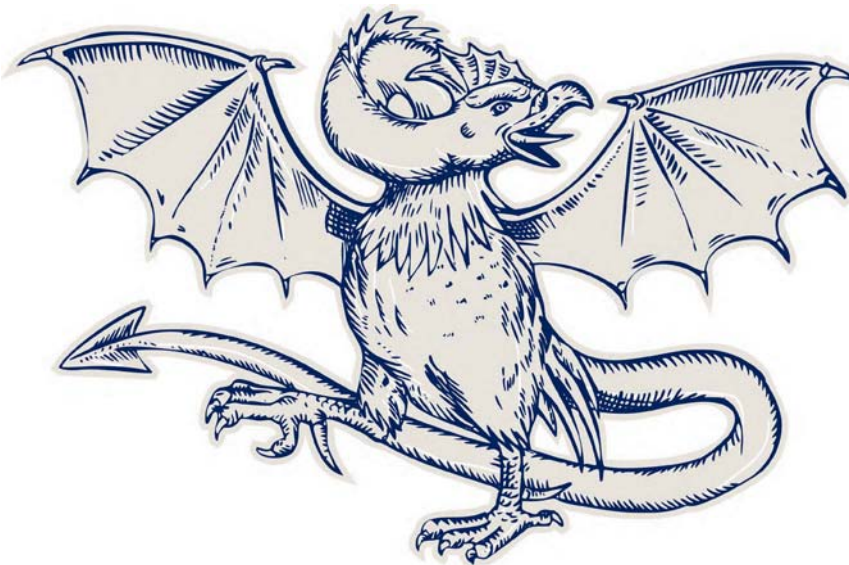
In uralten Zeiten lebten überall auf der Welt noch viele Drachen. Manche waren gutmütig, frassen nur Pflanzen, Früchte und Wurzeln und taten niemandem etwas zuleide. Es gab aber auch gefährliche Drachen und giftige Lindwürmer. Sie raubten schöne Jungfrauen und schleppten sie in ihre Höhlen, spien Feuer, frassen alles, was sie erwischen konnten und verwüsteten ganze Länder.

Einer der gefährlichsten Drachen war der Basilisk. Er war zwar nicht sehr gross, aber ein grässliches Untier. Auf dem Kopf trug er einen Hahnenkamm. Er hatte den geflügelten Leib eines Drachen und einen langen, schlangenartigen Schwanz. Seine dicken, kräftigen Hinterbeine waren mit scharfen, gebogenen Krallen versehen. Auf seinen starken Hinterbeinen konnte der Basilisk schneller rennen als jedes andere Tier. Er flitzte auch über Teiche und Bäche, ohne einzusinken.



Der Basilisk ist viel schneller als alle anderen! Stellt euch vor, ihr müsstet vor diesem gefährlichen Untier davonrennen, obwohl ihr wisst, dass ihr wenig Chancen habt. Dies ist gewiss ein blödes und etwas unangenehmes Gefühl. Wir probieren nun mit der folgenden Übung aus, wie man sich beim Davonrennen mit «Handicap» fühlt. Wer ist am schnellsten? ...

Kommt bitte für die Übung hierher zur Laufstrecke!





Raupenrennen

Beschreibung

Jeweils zwei Teilnehmende stellen sich Rücken an Rücken auf. Jede Person bückt sich nach vorn und fasst nun mit einer Hand zwischen und einer Hand neben den leicht gegrätschten Beinen durch und ergreift die Hände der anderen Person. Nun müssen die Zweiergruppen möglichst schnell eine bestimmte Strecke zurück legen, ohne dabei die Paare aufzulösen.

Variationen

- > Es kann ein Wettrennen über eine festgelegte Strecke gemacht werden.
- > Es kann auch als Verfolgungsjagd gestaltet werden, die Paare starten dann gestaffelt in einem bestimmten Abstand zueinander.



Das habt ihr gut gemacht! (Auswertung nach Bedarf) ...

Wie habt ihr euch gefühlt? Seid ihr gut voran gekommen? Konntet ihr flüchten vor der hinteren Gruppe? So mussten sich die vom Basilisken gejagten Tiere und Menschen wohl gefühlt haben, wenn sie zu fliehen versuchten ...

(Mögliche Zwischenarbeit: Versucht nun, den Basilisken zu zeichnen. Wir lesen euch nochmals vor, wie er aussieht ...)

Setzt euch bitte wieder und hört die Geschichte weiter an ...

Sein Atem war so giftig, dass in seiner Umgebung alle Pflanzen verdorrten.

Sein stechender Blick tötete jeden, der ihm in die Augen sah.

Diese gespenstischen Tiere schlüpften aus schwarzen Eiern, die von schwarzen Hähnen gelegt und auf Schlangen- und Krötenmist ausgebrütet wurden. Alle Leute, die einen schwarzen Hahn hatten, mussten darum sehr gut auf ihn aufpassen. Unweit von Basel, in der Gegend des heutigen Allschwiler Waldes, lebte einst so ein scheusslicher, unheimlicher Basilisk. Immer wieder wurden Jäger, Beerenfrauen, Pilzsammler und Wanderer im Wald tot aufgefunden, und niemand wusste, wie sie umgekommen waren. Es herrschte Angst und Trauer im Lande.



Für die Leute in dieser Gegend wird es nun «langsam eng»! Es muss etwas getan werden, sonst kann die Bevölkerung nicht mehr in Ruhe leben und ganz viele werden sterben. Vielleicht müssen alle mithelfen, damit sie durchkommen. Wie man sich fühlt, wenn es langsam eng wird, erlebt ihr gleich in der folgenden Übung ...



Engerer Raum

Beschreibung

Die ganze Gruppe stellt sich innerhalb eines vorgegebenen Seilkreises auf. Nun wird der Seilkreis von der Lehrperson immer enger gemacht. Die Gruppe muss immer enger zusammenstehen. Kein Körperteil darf den Boden ausserhalb des Seilkreises berühren. Der Seilkreis wird immer enger gelegt, bis es nicht mehr geht.

Die Gruppe muss mindestens drei Sekunden im Kreis stehen können.



Das habt ihr gut gemacht! (Auswertung nach Bedarf) ...

Wenn es eng wird, müssen die Leute zusammenrücken.

Setzt euch bitte wieder und hört die Geschichte weiter an ...

Eines Tages entdeckte eine alte Frau beim Pilze suchen den gefährlichen Basilisken.

Sie beobachtete gerade einen Hasen, wie er am Eingang einer Erdhöhle herum-schnupperte, als plötzlich der Drache aus dem Loch hervorschoss. Er sah dem Hasen mit seinem tödlichen Blick in die Augen. Wie vom Blitz getroffen fiel das arme Tierchen um und war tot.

Die alte Frau erzählte überall, was sie gesehen hatte. Es wurde beschlossen, das mörderische Ungeheuer zu fangen und zu töten.

Damals lebten in einem Bauernhof, nahe beim Allschwiler Wald, zwei mutige Brüder namens Wunibald und Wenzeslaus. Sie nahmen sich vor, den Basilisken

unschädlich zu machen. Das war eine schwierige und gefährliche Aufgabe. Zunächst warf Wenzeslaus ein Netz über das Erdloch. Aber der Basilisk zerriss das Netz mit seinen scharfen Krallen. Dann verstopfte Wunibald den Höhleneingang mit Erde und Moos. Doch kaum war die Sonne aufgegangen, sahen die Brüder aus ihrem Versteck, wie der Drache mit einer Moosmütze aus seinem Unterschlupf auftauchte.

Die Brüder berieten sich untereinander:

«Wir müssen das Erdloch zumauern», sagte Wenzeslaus. So machten sie sich ans Werk. Es war eine harte Arbeit. Damals gab es ja noch keinen Zement und keine Baumaschinen. Wenzeslaus und Wunibald mussten eine Art Ofen bauen und darin Kalksteine über einem starken Feuer so lange erhitzen, bis man sie zu Staub zerreiben konnte. Diesen Kalkstaub vermischten sie mit Wasser, mauerten damit das Loch zu und warteten, bis der Kalk ganz hart geworden war. Sie seufzten erleichtert auf:

«So, jetzt kann der giftige Kerl
für immer und ewig
da drinnen bleiben.»

Aber schon nach wenigen Tagen wurde wieder ein Pilzmannli tot im Wald aufgefunden. Der Basilisk hatte sich einfach einen neuen Ausgang gegraben. Wunibald und Wenzeslaus aber gaben nicht auf. Sie schliefen kaum noch, beratschlagten hin und her, wie sie dem Untier den Garaus machen könnten. Einmal, mitten in der Nacht, sprang Wenzeslaus aus dem Bett, rüttelte seinen Bruder wach und rief:



Nun hat Wenzeslaus eine neue, gute Idee, wie der Basilisk besiegt werden könnte. Vielleicht ist das die Lösung und «das Blatt wendet sich zu Gunsten der Menschen». Ihr müsst nun bei der nächsten Übung auch eine gute Idee haben, um das Problem zu lösen, vor das ihr als Gruppe gestellt werdet. Wenn ihr die Plane unter Einhaltung der Regeln gewendet habt, findet ihr auf der Rückseite der Plane sieben Buchstaben, die euch, in der richtigen Reihenfolge zusammengesetzt, zur Lösung führen.



Blatt wenden

Beschreibung

Alle Teilnehmenden stellen sich auf eine ausgebreitete Plane, Decke oder Folie. Die Gruppe muss die Plane wenden, so dass alle auf die Unterseite der Plane zu stehen kommen. Die Plane muss am Schluss ordentlich ausgebreitet sein. Niemand darf während der Aktion ausserhalb der Plane den Boden berühren, sonst muss wieder von Neuem begonnen werden.

Variation

- > Auf der Unterseite der Plane kann die Fortsetzung der Geschichte oder die Auflösung eines Rätsels aufgeschrieben sein. Es können auch einzelne Buchstaben sein, die richtig zusammengefügt werden müssen und dann ein Lösungswort ergeben.



Das habt ihr gut gemacht! (Auswertung nach Bedarf) ...

Wie seid ihr zur Lösung gekommen? Wer war aktiv? Wer hat Ideen eingebracht? Was braucht es, damit ihr eine solche Aufgabe in der Gruppe lösen könnt? (Auswertung nach Bedarf).

So erging es auch Wenzeslaus, Wunibald und der ganzen Dorfgemeinschaft. Nun scheint es, dass sie eine Lösung gefunden haben.

Wir wollen schauen, ob sie ihre Idee auch umsetzen können, so wie ihr das geschafft habt!

Setzt euch wieder! Die Geschichte geht weiter ...

«Ich hab's – wir brauchen einen Spiegel!»

So gingen die beiden in aller Herrgottsfrühe zu einem Glasmacher und bestellten einen grossen Spiegel. Sie trugen ihn in den Wald, stellten ihn vor dem neuen Erdloch des Basilisken auf und versteckten sich hinter einer mächtigen Eiche. Viele Stunden warteten sie.



Nun brauchen die Brüder viel Mut, einen guten Überblick und Ausdauer, um mit dem Spiegel dem Basilisken im richtigen Augenblick gegenüber zu treten. Als Vorbereitung machen sie immer wieder folgende Übung ...



Kranich

Beschreibung

Der Kranich ist eine Übung aus den östlichen Kampfsportarten.

Stehen auf einem (Stand-)Bein.

Beim anderen Bein in der Luft das Knie leicht anwinkeln.

Die Arme sind seitwärts etwas über dem Kopf ausgebreitet, wie Flügel.

Die Finger zeigen locker gegen den Boden.

Der Körper ist aufgerichtet, der Kopf thront königlich darüber.

Der Blick geht über die ganze Welt und sieht alles.

Variationen

Motorische Erschwerung:

- > Auf etwas stehen (Stuhl, Bank, Langbank auf der schmalen Seite).
- > Mit geschlossenen Augen stehen.

Kognitive Erschwerung:

- > Ein Lied singen, summen.
- > buchstabieren
- > erzählen





Das macht ihr gut! Und je öfter ihr trainiert, desto besser gelingt euch diese Übung. Damit stärkt ihr eure Ausdauer und Übersicht. Am besten macht ihr den «Kranich» mehrmals am Tag, zum Beispiel vor dem Lernen, vor einem Test oder vor anderen herausfordernden Aufgaben. So machen das auch die zwei Brüder. Nun setzt euch hin und hört euch an, was passiert ...

Endlich hörten sie ein Scharren, Kratzen und Schnauben. Der Basilisk kletterte aus seiner Erdhöhle, stand auf seinen dicken Hinterbeinen aufrecht vor dem Spiegel –

blickte in seine eigenen, stechenden Augen –
fiel um und war mausetot.

Das Land war nun von dem gefährlichen Basilisken befreit. Alle freuten sich und feierten ein grosses Fest. Heute können wir wieder ruhig im Allschwiler Wald herumwandern. Basilisken gibt es nur noch als Brunnenfiguren und als Basler Wappentiere. So sind sie natürlich nicht gefährlich, und als Brunnenfiguren sehen sie sogar ausgesprochen hübsch aus.






Geschichten bringen Bewegung

Zurzeit stehen 45 Lesetexte, Kurzgeschichten sowie Auszüge aus Romanen der klassischen und aktuellen Kinder- und Jugendliteratur zur Verfügung, die auf die Altersgruppe der 5- bis 18-Jährigen zugeschnitten sind. Sie entsprechen den jeweiligen Interessen und Lebensthemen von Buben und Mädchen. Ein Zugang nach Geschlecht ist ebenfalls möglich, ohne dass dies abgrenzend oder einschränkend geschieht. Alle Geschichten sind gemäss der dargestellten Modell-Geschichte «Der Basilisk» aufbereitet. Die Texte sind in 14-Punkt Schriftgrösse und mit 1,5 Zeilenabstand dargestellt, damit sie gut (vor-) lesbar sind.

Die «E-Elemente» (Erlebnisübungen) und «K-Elemente» (Konzentrationsübungen) werden jeweils mit Nummer und Titel genannt. Die Anleitung und weitere Informationen können den separaten Übungsanleitungen entnommen werden. Bei einigen Geschichten sind zusätzlich passende Auftrittsübungen eingefügt.

Für jede Übung gibt es kurze Überleitungstexte, die durch Pfeile signalisiert sind:

-  = Überleitung vom literarischen Text zur Übung
-  = Überleitung von einer Übung zur nächsten Übung
-  = Überleitung von der Übung zum literarischen Text

Dabei wird beschrieben, wie und warum die Übungen thematisch zur Geschichte passen. Die Leitungsperson kann diese Beschreibung vorlesen oder sinngemäss frei erzählend in eigene Worte fassen. Dadurch hebt sich die Übungsanleitung vom vorgelesenen Text der Geschichte noch deutlicher ab. Dazu ist das Arbeitsblatt «Anleitungshilfe vom Text zur Übung» hilfreich.

Es ist auch möglich, dass die Vortragenden ihre eigenen Vorstellungen und Ideen einbringen, oder andere Übungen einfließen lassen. Hier ist eine individuelle Gestaltung möglich.





Die Texte stehen neben der PDF-Version (mit Übungen) auch als Word-Dokument (Lauf- text ohne Übungen) zur freien Gestaltung zur Verfügung. So können eigene Übungen eingefügt und allenfalls schwierige Wörter zur Besprechung herauskopiert und vergrössert werden.

Auf der Titelseite jeder Geschichte sind folgende Informationen zu finden:

- > Titel der Kurzgeschichte / des Romans
- > Autorin / Autor
- > Themen, die in der Geschichte vorkommen, die durch die Geschichte behandelt werden können
- > Art der Geschichte: Roman, Kurzgeschichte, Legende, Märchen, Sage ...
- > Angabe der geeigneten Altersgruppe
- > Länge des Textes: Der Umfang von 500 bis 3000 Wörtern entspricht einer (Vor-) Lesezeit von zirka 5 bis 30 Minuten.
- > Textniveau: leicht – mittel – hoch (in fünf Stufen eingeteilt)
- > Auflistung der Erlebnis- oder Konzentrationsübungen, thematisch zur Geschichte
- > Klappentext (bei Romanen)
- > Bemerkungen (bei speziellen Hinweisen)


Bei Kurzgeschichten wird keine Zusammenfassung gegeben.

Bei einem Auszug aus einem Roman sollen die Zuhörenden durch **bewegte Geschichten** möglichst motiviert werden, danach das Buch selbständig zu lesen. Eine solche Geschichte eignet sich auch dazu einen Roman als Klassenlektüre einzuführen. Von einigen Romanen sind mehrere Textausschnitte als **bewegte Geschichten** aufbereitet. Diese können während der Klassenlektüre zur Vertiefung des Textverständnisses und erlebnisorientierten Rhythmisierung des Unterrichts eingesetzt werden.

	Alter	Art der Geschichte / Thema	Wörter*	Niveau**
Die Brücke	5 - 11	Kurzgeschichte / Bilderbuch: Bär trifft auf Riese; Lösung finden; Toleranz	285	e
Tranquilla Trampeltreu	5 - 12	Kurzgeschichte / Bilderbuch: Fabel; unterwegs sein; Ausdauer; dran bleiben	1875	e / m
Keinohrhasse und Zweiohrküken	6 - 9	Bilderbuch: Tiere schliessen Freundschaft	421	e
Die Wawuschels mit den grünen Haaren	6 - 10	Roman: Märchen; Fantasie; Furcht; Mut; Familie; überleben; Zusammenhalt	1174	e / m
Du hast angefangen! Nein, Du!	6 - 10	Bilderbuch: Zwei Kerle; Streit; Rechthaberei; Erstaunen	400	e / m
Mut für drei – Eine Grube zum Wohnen	6 - 10	Kurzgeschichte: Geschichte für Erstleser; Kinderschicksale	1937	e
Und hier kommt Tante Lisbeth	6 - 11	Roman: kleines Mädchen; verrückte Ideen; Familie	1436	e 
Ein Handschuh für David	7 - 10	Kurzgeschichte: Freundschaft; Rücksicht; Selbständigkeit	488	e
Valentino Frosch	7 - 10	Bilderbuch: Fabel; Roadmovie; Freunde trotz Anderssein	1770	e / m
Der schüchterne Drache	7 - 11	Kurzgeschichte: Märchen; mutig sein; Freundschaft; sein Schicksal beeinflussen	2442	e 
Rocco Randale	7 - 11	Roman mit Kurzgeschichten: Streiche; Freundschaft; Fantasie	529/727	e 

* Anzahl Wörter des Textes einer Geschichte ** Niveau-Einteilung in drei Schwierigkeitsstufen im Bezug auf das Textverständnis: einfach (e), mittel (m), hoch (h)

Einige Geschichten beinhalten eher Jungenthemen (mit  gekennzeichnet) bzw. Mädchenthemen (mit  gekennzeichnet).

	Alter	Art der Geschichte / Thema	Wörter*	Niveau**
Kotzmotz, der Zauberer	7 - 12	Roman: Poesie; Empathie; Mut; Freundschaft; Komik; Helfen	1832	m
Der fliegende Dienstag	8 - 12	Roman: Mädchen; das in Istanbul lebt; Fantasie und Abenteuer	739/1156	m / h ♀
Doktor Proktors Puspulver	8 - 12	Roman: Komödie; Krimi; Fantasie; Freundschaft; Selbständigkeit	1845	m
Das Geheimnis der schwarzen Maske	8 - 12	Roman: Komik; Krimi; Rollenverhalten Mädchen-Knaben	966	m
Das Drachengmädchen Mirabell	8 - 12	Kurzgeschichte: Mgrhen; Ressourcen entdecken; durchhalten; Zusammengehörigkeit	1761	e ♀
Zackarina und der Sandwolf	8 - 12	Roman: kleines Mädchen; Tier als besten Freund; Familie; Erwachsene	990/1000	e / m ♀
Zuhause kann überall sein	8 - 16	Bilderbuch: Flüchtling; fremd sein; neue Heimat; Integration	480	e / m
Der Basilisk	9 - 12	Kurzgeschichte: Sage; Abenteuer; Drachen; Helden; Zusammenhalt	672	e
Ein Tisch ist ein Tisch	9 - 12	Kurzgeschichte: Drama; Komödie; eigenwillig sein; Einsamkeit; Gesellschaft	1234	e / m
Das Klassentreffen	9 - 12	Kurzgeschichte: Zufrieden mit sich und seinem Schicksal; Lebensentwurf	1111	m
Die wilde Sophie	9 - 12	Roman: Mittelalter; Burgleben; verwöhnter Prinz und mutiges Mädchen aus dem Volk	1080/810 /1450	m

* Anzahl Wörter des Textes einer Geschichte ** Niveau-Einteilung in drei Schwierigkeitsstufen im Bezug auf das Textverständnis: einfach (e), mittel (m), hoch (h)

Einige Geschichten beinhalten eher Jungenthemen (mit ♂ gekennzeichnet) bzw. Mädchenthemen (mit ♀ gekennzeichnet).

	Alter	Art der Geschichte / Thema	Wörter*	Niveau**	
Tom Sawyer	9 - 13	Roman: Abenteuer; Freundschaft; im Dunkeln überleben; Amerika	1746 lang: 2012	m	♂
Die wilden Fussballkerle: Felix, der Wirbelwind	9 - 13	Roman: Fussball; Gruppenzusammenhalt; Mutprobe; Vorbild sein; durchhalten	1260	m	♂
So ein Tag, so wunderschön...	9 - 13	Roman: Fussball; Freundschaft; Eifersucht	1400 / 900 / 600/520	e / m	
Tommy Mütze	9 - 13	Roman: Komödie; anders sein; Ausgrenzung; Gruppenzusammenhalt; Fussball	930/1197	e / m	♂
Winn-Dixie	9 - 13	Tochter-Vater-Beziehung; ohne Mutter aufwachsen; Hund als geliebtes Haustier; spontan etwas Mutiges tun	720/870	e / m	♀
Till Eulenspiegel	9 - 15	Kurzgeschichte: Komödie; Streiche spielen; sich behaupten	1219 lang: 1870	m	♂
Sir Lancelot und Sir Meliot	9 - 18	Kurzgeschichte: Artus-Sage; Abenteuer; Ritter; Helden; Zusammenhalt	1408	h	♂
Ben liebt Anna	10 - 14	Roman: Liebesgeschichte; fremd sein; vom Kind zum Jugendlichen; Migration	1302	e / m	
Die Mutprobe	10 - 14	Kurzgeschichte: Bandenstreiche; Gruppendruck; Mutprobe; Selbständigkeit	1694	m / h	♂
Robinson Crusoe	10 - 15	Roman: Abenteuer; Schiffbruch; überleben; Neues wahrnehmen	3159	m	♂
Onkel Toms Hütte	10 - 18	Roman: Abenteuer; Rassismus; Sklaverei; Mut; Mutterliebe; Amerika	1910	m	


* Anzahl Wörter des Textes einer Geschichte ** Niveau-Einteilung in drei Schwierigkeitsstufen im Bezug auf das Textverständnis: einfach (e), mittel (m), hoch (h)

Einige Geschichten beinhalten eher Jungenthemen (mit ♂ gekennzeichnet) bzw. Mädchenthemen (mit ♀ gekennzeichnet).

	Alter	Art der Geschichte / Thema	Wörter*	Niveau**	
Der Himmel glüht	11 - 16	Roman: Alltag einer Mittelstands-Familie in Kolumbien	703/1099	m	♀
Méto: Das Haus	11 - 18	Roman: Science Fiction; Abenteuer; Kampf; Gruppenzwang; Auflehnung; Mut	1482	m / h	♂
Das absolut wahre Tagebuch eines Teilzeitindianers	11 - 18	Roman: Drama; Freundschaft; Schule; Karriere; Familie; Rassismus; Indianer heute; Basketball; Suchtverhalten	992/872 792/1580 468	m / h	♂
Der rote Seidenschal	12 - 16	Roman: Abenteuergeschichte eines Mädchens im frühen Amerika	1343	m / h	♀
Lang Lang, Musik ist meine Sprache	12 - 18	Roman: Autobiografie; berühmter Pianist; Durchbruch zum Erfolg; Ausdauer	2274	m	
Tschick	12 - 18	Roman: «Roadmovie»; Freundschaft; Abenteuer; Integration; Armut und Reichtum	472/800 835/1531	m	♂
Ordnungsliebe	12 - 18	Kurzgeschichte: Drama; Selbständigkeit; Sicherheit im Leben; Abgrenzung	1688	m / h	
Riss im Schnee	12 - 18	Kurzgeschichte: Krimi; Freundschaft und Hass; Lebensplanung; Feigheit; Egoismus	749	m	
Der Tag der Krokodile	12 - 18	Roman: Flüchtling; Fussball; Südafrika; Überlebenskampf; Migration	1773	m	♂
George	12 - 18	Kurzgeschichte: Liebesgeschichte unter Jungs; Au-Pair; Homosexualität	2383	m / h	♂
Die Ritter der 40 Inseln	12 - 18	Roman: Science Fiction; Abenteuer; Mut; Gemeinschaft; kämpfen	1568	m / h	♂

* Anzahl Wörter des Textes einer Geschichte ** Niveau-Einteilung in drei Schwierigkeitsstufen im Bezug auf das Textverständnis: einfach (e), mittel (m), hoch (h)

Einige Geschichten beinhalten eher Jungenthemen (mit ♂ gekennzeichnet) bzw. Mädchenthemen (mit ♀ gekennzeichnet).

	Alter	Art der Geschichte / Thema	Wörter*	Niveau**	
Summertime Blues	13 - 18	Kurzgeschichte: Liebesgeschichte zwischen Migrantin und Inländer	2553	m	♀

Zu den folgenden Geschichten steht ein Lesetagebuch zur Verfügung:

- > Tranquilla Trampeltreu
- > Kotzmotz, der Zauberer
- > Zackarina und der Sandwolf
- > Zuhause kann überall sein
- > Der Basilisk
- > Tommy Mütze
- > Robinson Crusoe
- > Ordnungsliebe
- > Summertime Blues

* Anzahl Wörter des Textes einer Geschichte ** Niveau-Einteilung in drei Schwierigkeitsstufen im Bezug auf das Textverständnis: einfach (e), mittel (m), hoch (h)

Einige Geschichten beinhalten eher Jungenthemen (mit ♂ gekennzeichnet) bzw. Mädchenthemen (mit ♀ gekennzeichnet).

Lesen handelnd erleben

Die Erlebnisübungen stammen aus dem Bereich der Kooperations- und Vertrauensübungen, die zum Teil an Schulen und öfter auch bei erlebnispädagogischen Aktivitäten durchgeführt werden. Soziale und personale Kompetenzen werden im Handeln lösungsorientiert gefördert. Die Aufgaben können nur durch Zusammenarbeit in der Gruppe erfolgreich gelöst werden. Das persönliche Engagement, kognitive und soziale Fertigkeiten und eine gewisse Frustrationstoleranz führen schliesslich zum Erfolg. Die Frage, welche Kompetenzen in der Teamarbeit gefragt sind, kann durch Analyse des Verhaltens einzelner Teilnehmerinnen und Teilnehmer und der Dynamik innerhalb der Gruppe thematisiert werden. Es können dadurch Prozesse und Strukturen in Gruppen auf spielerische Weise erkannt und verändert werden. Die gedankliche Reflexion des Erlebten bietet ein gutes Übungsfeld zur Erweiterung der Sozial- und Selbstkompetenzen. Erlebnisübungen bringen Abwechslung, Spass sowie Spannung in die Geschichten und den Unterricht.

Zum Gelingen einer Erlebnisübung trägt eine durchdachte und aufmerksame Anleitungshaltung bei. Dazu empfehlen wir:

- > **Klare Ziele und Regeln**, welche ausreichend erklärt werden, so dass sich die Gruppe selbständig und ohne Hilfe der Leitungsperson an das Lösen der Aufgabe machen kann. Ein wertschätzender Umgang miteinander hilft, dass sich die Teilnehmenden getrauen, auch etwas Neues, Ungewohntes auszuprobieren.
- > **Die Gruppe «machen lassen» und ihr Zeit geben**. Oft benötigen Gruppen unterschiedlich viel Zeit, um Lösungsstrategien zu entwickeln. Daher braucht es von der Leitungsperson Geduld. Sie soll die Gruppe «machen lassen», für den Lösungsprozess mit seinen Entwicklungsschritten genügend Zeit einrechnen und nicht vorschnell in das Geschehen eingreifen. Zurückhaltung ermöglicht der Leitungsperson die Gruppendynamik und den Lösungsprozess aktiv zu beobachten. Auf keinen Fall darf der Gruppe die Lösung aus Zeitnot aufgedrängt werden, damit es schneller geht.
- > **Einen Joker bereithalten**, falls die Gruppe über längere Zeit keine Lösungsansätze findet oder aufgrund des Scheiterns einzelner Teilnehmender immer wieder von vorne beginnen muss. Die Möglichkeit, einen Joker einzusetzen, kann der Gruppe zu Beginn oder auch erst während der Übung mitgeteilt werden.
- > **Die Chance des Scheiterns** soll jeder Gruppe gegeben werden. Oft ist der Lerneffekt grösser, wenn die Gruppe nicht auf Anhieb erfolgreich ist. Die Leitungsperson kann während der Übung einen Zwischenstopp einlegen, um den Gruppenprozess zu

reflektieren. Moderierend gibt die Leitungsperson der Gruppe die nötige Struktur, um selbständig eine Lösung zu finden.

- > **Erlebnisübungen bewusst einsetzen.** Oft zeigen sich im alltäglichen Unterricht bei Gruppenarbeiten wiederholt ähnliche Verhaltens- und Handlungsmuster. Diese können anhand von Erlebnisübungen reflektiert und eventuell verändert werden, so dass Gruppenarbeiten besser gelingen.
- > **Das Einhalten der Regeln** und allfällig wiederkehrende Einstiegs- und/oder Ausstiegs-Rituale sind wichtig, vor allem bei Übungen mit Wettkampf-Charakter.
- > **Reflexion des Lösungswegs und der Gruppendynamik.** Durch die Reflexion kann am sozialen Gefüge der Gruppe und/oder am Verhalten einzelner Schülerinnen und Schüler gearbeitet werden. Eine Reflexion kann wertvoll sein, ist aber nicht immer zwingend nötig. Manchmal sind weniger Worte mehr.


Jede Erlebnisübung ist thematisch mit dem Inhalt der Geschichte verbunden. Die Überleitungen von der jeweiligen Geschichte zur Übung und wieder zurück zur Geschichte erscheinen als direkter Einschub zwischen den einzelnen Textpassagen der Geschichte. In den Zusatzunterlagen <Z-Element> sind die Arbeitsblätter <Anleitungshilfe vom Text zur Übung> zu finden, um die Übergänge für Präsentationen in einer Gastklasse für die Vortragenden und Zuhörenden individuell und passend zu gestalten.

Jede der 32 Erlebnisübungen trägt eine Nummer und einen Namen und ist auf einem separaten Blatt beschrieben mit Inhalt, Ablauf, Themenbezug zu Geschichten, Zeit- und Materialbedarf und passender Gruppengrösse. Fotos veranschaulichen den Übungsablauf. Auf jedem Foto sind die wichtigen Aspekte orange eingefärbt.

Für die Durchführung einzelner Übungen wird unterschiedliches Material benötigt. Die <Materialliste für Erlebnisübungen> gibt dazu einen Überblick.

Bei **bewegte Geschichten** kann eine Materialtasche mit allen benötigten Übungsgeräten bestellt werden.

Erlebnisübungen können auch losgelöst von einer Geschichte im Unterricht oder im Tagesprogramm eingesetzt werden.

 Titel	Dauer, Minuten
1 Blicke übergeben	10
2 Bis 21 zählen	10
3 Blind führen	10
4 Blatt wenden	20
5 Suchen	10
6 Engerer Raum	15
7 Elektrischer Zaun	15
8 Gordischer Knoten	15
9 Pendel	10
10 Vertrauensfall	20
11 Platzwechsel	15
12 Raupenrennen	10
13 Raupenwanderung	15
14 Schatzsammler	10
15 Schiffbruch	15
16 Schlangen fangen	10
17 Sitzkreis	10
18 Stock senken	10
19 Echo	20
20 Seiltanz	20
21 Säureteich	15
22 Kugeltanz	10
23 Umfüllen	20
24 Knieklatsch	5
25 Abklatschkreis	5
26 Werfen	10
27 Abfangen	10
28 Ausbruch	15
29 Rübenziehen	10
30 Schiebekampf	15
31 Liegestütz an die Wand	5
32 Standziehen	5

Materialliste



Blind führen

- Förderaspekte**
- > jemanden achtsam führen; Verantwortung übernehmen
 - > jemandem vertrauen; sich einlassen
 - > sich blind bewegen; vorankommen

- Themen für Geschichten**
- > Verantwortung übernehmen; Führung übernehmen
 - > blind vertrauen, dass es gut gehen wird
 - > jemandem blind vertrauen
 - > anderen Erlebnisse ermöglichen

- Themen für Geschichten**
- > aufmerksam beobachten und bereit sein zum Handeln

- Ort**
- > im Freien; grosser Raum

- Material**
- > Augenbinden

- Anzahl TN**
- > ab 2

- Altersgruppe**
- > ab 7 Jahren

- Dauer**
- > 10 Minuten

- Beschreibung**
- Arbeit in Zweiergruppen, eine Person ist blind und wird von der anderen sicher geführt, sodass es keine Zusammenstösse gibt.
 Sehende Person führt mit den Händen auf den Schultern der blinden Person.
 Sehende Person führt mit Tippzeichen auf Rücken und Schultern der blinden Person:
- > einmal tippen = vorwärts gehen
 - > zweimal tippen = stoppen
 - > dreimal tippen = rückwärts gehen
 - > auf die linke Schulter tippen = 90° nach links drehen
 - > auf die rechte Schulter tippen = 90° nach rechts drehen

- Variation**
- > «Schnappschuss»: führende Person führt die blinde Person zu einem Ort oder Gegenstand und nimmt für einen kurzen Augenblick die Augenbinde ab («Schnappschuss»). Augenbinde wird wieder aufgesetzt. Die blinde Person soll im Nachhinein den «Schnappschuss» beschreiben oder die Stelle wieder finden können.





Spannung und Entspannung

Durch den Einsatz dieser Übungen können Kinder und Jugendliche konzentrierter und ausdauernder arbeiten. Eine Übung dauert oft nur drei bis fünf Minuten und kann auch ausserhalb der Geschichten im Unterricht angewendet werden. Die Wirkung steigt bei regelmässiger Wiederholung. Es wird empfohlen, einige wenige Übungen auszuwählen und diese wiederkehrend durchzuführen, damit daraus Rituale werden. So können die Konzentrationsübungen auch in einem anderen Kontext in verschiedenen Schul-situationen, zum Beispiel vor Tests, Auftritten oder wichtigen Gesprächen, den Schülerinnen und Schülern helfen, bessere Leistungen zu erbringen.

Es ist wichtig, dass die Leitungsperson die Übungen zuvor selber einige Male gemacht hat, um den Teilnehmenden die Abläufe authentisch und nachhaltig vermitteln zu können. Mit mehreren Wiederholungen entwickelt sich ein stärkendes Körpergefühl, welches die Teilnehmenden bei Herausforderungen im Alltag positiv unterstützt. Konzentrationsübungen können losgelöst von den Geschichten als Bewegungspausen im Unterricht eingebaut werden.

Jede Konzentrationsübung ist thematisch mit dem Inhalt der Geschichte verbunden. Die Überleitungen von der jeweiligen Geschichte zur Übung und wieder zurück zur Geschichte erscheinen als direkter Einschub zwischen den einzelnen Textpassagen der Geschichte. In den Zusatzunterlagen «Z-Element» sind die Arbeitsblätter «Anleitung zur Überleitung vom Text zur Übung» zu finden, um die Übergänge für Präsentationen in einer Gastklasse für die Vortragenden und Zuhörenden gut zu gestalten.





Jede der 25 Konzentrationsübungen trägt eine Nummer und einen Namen und ist auf einem separaten Blatt beschrieben mit Inhalt, Ablauf, Förderaspekt, Themenbezug zu Geschichten, Zeit- und Materialbedarf und passender Gruppengrösse.

Fotos veranschaulichen den Übungsablauf. Auf jedem Foto sind die wichtigen Aspekte orange eingefärbt.

Die 25 Konzentrationsübungen sind in sechs Themenfelder unterteilt:

- > Ich kann mich kontrollieren
- > Ich nehme wahr
- > Ich beeinflusse meine Stimmung
- > Ich bewege mich
- > Ich halte durch
- > Massage

Konzentrations-Übungen

 1–5		Dauer, Minuten
Thema: Ich kann mich kontrollieren		
1	Energie spüren	10
2	Der starke Arm	5
3	Der starke Stand	10
4	Kranich	5
5	Vom Stand ins Sitzen	3
 6–10		
Thema: Ich nehme wahr		
6	Augen rollen	3
7	Sehen, hören, spüren	5
8	Sehen und erinnern	5
9	Körper kennen	5
10	Ich höre alles	5
 11–14		
Thema: Ich beeinflusse meine Stimmung		
11	Feueratmung	2
12	Summen	3
13	Tiger packen	5
14	Einseitiges Nasenatmen	4
 15–19		
Thema: Ich bewege mich		
15	Durch Nebel gehen	10
16	Gehen und stoppen	5
17	Gehorche nie	10
18	Lautlos	5
19	Helfen und bremsen	5

	20–23	Dauer, Minuten
Thema: Ich halte durch		
20	Bär	3
21	Zwei Tassen Ovi	5
22	Elefant	5
23	Gehen auf dünnem Eis	5
	24–25	
Thema: Massage		
24	Selbstmassage	10
25	Rückenmassage	10
	Zusatz-Dokumente	
	Vorübungen zur Zentrierung	5
	Grundstand	2
	Übungsabfolge 1 – sitzend	15
	Übungsabfolge 2 – stehend	15
	Übungsabfolge 3 – sitzend/stehend	20
	Förderaspekte der Konzentrationsübungen	



Zwei Tassen Ovi

- Förderaspekte**
- > Durchhaltevermögen; Ausdauer
 - > Körperwahrnehmung und Körperspannung
 - > Kraft und Tonus

- Themen für Geschichten**
- > Durchhaltewillen stärken
 - > Kraft aufbauen
 - > mentale Stärke üben

Ort > überall

Material > –

Anzahl TN > ab 2

Altersgruppe > ab 7 Jahren

Dauer > 5 Minuten

Beschreibung In der Grätsche mit gestreckten Beinen stehen. Beide Arme sind gestreckt, die Hände etwas höher als die Schultern, die Handflächen zeigen nach oben. Sich vorstellen, auf jeder Hand eine Tasse Ovomaltine zu halten. Ziel ist es, diese Stellung immer länger halten zu können. Wichtig ist eine konstante Körperspannung.

Folgende Bilder helfen:

- > Die Energie kommt vom Kosmos (Himmel) durch die Handflächen, dann durch die Mitte (Bauch) und weiter bis in die Füße. (Für Teilnehmer, welche Geschichten über Ausserirdische lieben).
- > «Ich trage die Welt (oder ein anderes Bild) auf meinen Händen, ich bin stark.»
- > «Meine Füße stehen auf dem Boden, sind verankert, die Hände dehnen sich gegen den Himmel aus. Ich bin die Mitte und ich bin wichtig.»
- > Motto: «Wir geben nicht auf, sei die Situation auch noch so streng oder langweilig.»

- Variation**
- > Dieselbe Übung auf einem Stuhl sitzend durchführen. Im Sitzen die Beine leicht spreizen. Die Füße stehen auf dem Boden; guter Bodenkontakt. Auf aufrechte Körperhaltung achten.



Spielerisches Lesetraining

Die ausgewählten 20 Lesetrainings bieten Vorschläge, wie das Lesen, Verstehen, Erfassen und Vorlesen der Texte der behandelten Geschichten geübt werden kann.

Sie entsprechen den folgenden Elementen des Lesetrainings:

- > Elementare Lesekompetenz: Lesen können, Lesefertigkeiten trainieren
- > Wiederholte Leseübung: Leseroutine, Lesefluss trainieren
- > Differenzierte Lesekompetenz: Leseverstehen, Lesestrategien trainieren

Lesetrainings bedingen ein wiederholtes Üben, was oft den Eindruck von Langeweile oder Mühsamkeit aufkommen lässt. Hilfreich ist es, das Verständnis für Lesetrainings und deren Akzeptanz aufzubauen und dadurch das Vertrauen auf Lernerfolg in einem meist positiv besetzten Übungsfeld aufzuzeigen.

Eine gute Idee ist es, das Lesetraining in Vergleich zu setzen zu einem Sporttraining. «Ein guter Fussballer trainiert verschiedene Fertigkeiten: Kraft, Geschicklichkeit, Ausdauer, Teamplay, Fairness, Übersicht ...»

In den Lesetrainings L1 bis L8 wird die Lesefertigkeit geübt. Die visuelle Aufnahme und Sprachverarbeitung wird trainiert. Die Augen üben, schnell von einem Punkt zum nächsten zu gehen oder Texte ohne Wortabstände zu erschliessen.

Vergleich zum Fussballtraining: Jonglieren, Ballgefühl entwickeln, Geschicklichkeit, ...

In den Lesetrainings L9 und L10 werden die Lesegeläufigkeit mit passendem Tempo und der Lesefluss geübt. Leseregeln und Protokolle begleiten durch die wiederkehrenden Übungen. Ein grosser Anteil Zweierarbeit bezieht das kooperative Lernen mit ein.

Vergleich zum Fussballtraining: Geschwindigkeit beim Laufen aufbauen und dem Spiel anpassen, Dribbeln, Kraft und Kondition, Ausdauer, ...

In den Lesetrainings L11 bis L15 wird das Leseverständnis geübt und überprüft. Inhalt und Sinn eines Textes werden erschlossen. Dabei helfen bestimmte Strategien, zum Beispiel das Erkennen von Textstrukturen. Dazu müssen Schlüsselwörter bekannt sein und Fragen zum Text beantwortet werden.

Vergleich zum Fussballtraining: Spielübersicht, Zusammenspiel, Aktion und Reaktion im Spielablauf, ...

In den Lesetrainings L16 bis L20 wird der Leseausdruck geübt. Das geht vom einfachen Vorlesen bis zur «Profiarbeit» und bedingt in den Texten das Zeichensetzen mit Sinnbögen, Pausen und Betonungen. Mit Schnabelwetzern und phonetischen Spielen werden dabei auch Trainings eingesetzt, bei welchen mit kurzweiligen Beispielen Deutlichkeit, Tempo oder Lautstärke geübt werden.

Vergleich zum Fussballtraining: Zeichen geben im Teamspiel, Fliegen und Schwalben, schöner Fussball, spannender Fussball, ein Profispiel ...

Die Texte aller 45 bewegten Geschichten sind in den vier verschiedenen Lesetrainingsformen L1, L4, L6 und L7 aufbereitet. Sie sind in den Ordnern der jeweiligen Geschichten im G-Element zu finden. Damit können Schülerinnen und Schüler gezielt üben, ihre Geschichten vorzulesen.



1–8

Dauer,
Minuten

Thema: Lesefertigkeit

1	Bergsteigen (Pyramidentext)	5–10
2	Felssturz (Pyramidentext in Stücken)	10–20
3	Laserstrahl (einzelne Buchstaben sind durch Zeichen ersetzt)	5–10
4	Schnelle Augen (pro Zeile fehlendes Wort aus Spalte rechts ergänzen)	5–10
5	Robotersprache (Vokale verändern)	3–8
6	Schlangenblick (in der Spirale lesen)	3–5
7	Klarheit schaffen (Lauftext ohne Wortabstände)	3–5
8	Gewichte heben (Nomenenerweiterung; sammeln, schreiben, lesen)	5



9–10

Thema: Lesegeläufigkeit

9	Ehrliche Tricks (Leseregeln wiederkehrend anwenden und testen)	5–30
10	Mein Training (Protokoll; für alle Texte einsetzbar)	5–20



11–15

Thema: Leseverständnis

11	Codewörter (vorgegebene Schlüsselwörter im Text markieren)	5–20
12	Schatzsuche (Schlüsselwörter selber finden)	5–20
13	Scannen (falsche Wörter finden)	5–10
14	Expertin und Experte (Verständnisfragen zum Text)	5–10
15	Reporterin und Reporter (W-Fragen beantworten)	5–10



16–20

Thema: Leseausdruck

16	Schlaumeier (Wortgruppe; Sinnbogen)	5–10
17	Am Radio sprechen (Betonung; Sinnbogen; Pause)	5–10
18	Schnabelwetzter (Lesen üben)	2–5
19	Hamsterbacke (Sprechen mit Bohnen im Mund)	2–5
20	Textgestaltung	20



Schlangenblick

- Förderaspekte**
- > Lesefertigkeit
 - > visuelle Wahrnehmung und vorausschauendes Lesen steigern durch Üben der Blickbewegung im Kreis
 - > kopfüber geschriebene Wörter und Texte erschliessen

- Themen zusätzlich**
- > Loslösen von bekannten Lesemustern
 - > sich Orientierung verschaffen nach schnellem Dreh, Looping, Achterbahn, Salto

Beschreibung In der Spirale lesen: Ziel ist das Training der Lesefertigkeit. Das Blatt soll beim Lesen nicht gedreht werden.
Mit einiger Übung kann der Text ohne Stocken gelesen werden, obwohl die Augen den Text in der Kreisanordnung erfassen müssen. Dieses Training zeigt sehr schnell einen Übungserfolg auf.

- Variation**
- > Diese Form kann auch im Wettbewerb mit sich oder anderen mit der Stoppuhr geübt werden.

- Ort**
- > überall

- Material**
- > Auszug aus der Geschichte, Textausdruck im Kreis angeordnet

- Anzahl TN**
- > alleine; zu zweit (Lesen, Zuhören, Rückmeldung im Wechsel)

- Altersgruppe**
- > ab 7 Jahren

- Dauer**
- > 3 bis 5 Minuten



Schlangenblick

Der Basilisk

Sein stechender Blick tötete jeden, der ihm in die Augen sah. Diese gespenstischen Tiere schlüpfen aus schwarzen Eiern, die von schwarzen Hähnen gelegt und auf Schlangen- und Krötenmist ausgebrütet wurden. Immer wieder wurden Jäger, Beerenfrauen, Pilzsammler und Wanderer im Wald tot aufgefunden, und niemand wusste, wie sie umgekommen waren. Es herrschte Angst und Trauer im Lande.

Lebte einst so ein scheusslicher, unheimlicher Basilisk. In der Gegend des heutigen Allschwiler Waldes, in der Gegend des heutigen Allschwiler Waldes, lebte einst so ein scheusslicher, unheimlicher Basilisk. Immer wieder wurden Jäger, Beerenfrauen, Pilzsammler und Wanderer im Wald tot aufgefunden, und niemand wusste, wie sie umgekommen waren. Es herrschte Angst und Trauer im Lande.



Mit dem Auftritt zum Erfolg

Um die Auftrittskompetenz der Schülerinnen und Schüler zu erweitern, wird mit Übungen aus der Theaterpädagogik und dem Sprech- und Sprachtraining gearbeitet. Die Trainings werden nach Bedarf bei der Vorbereitung für Auftritte mit **bewegten Geschichten** in der eigenen Klasse oder in Gastklassen mit anderen, meist jüngeren Kindern eingesetzt. Natürlich können diese Trainings auch in anderen schulischen Kontexten wie Berufswahlvorbereitung, Theater, Rollenspiel und Präsentationen eingesetzt werden.


Durch die Verbindung von Übungen mit Sprechauftritten können Texte laut, deutlich, lebendig und situationsdynamisch vorgelesen beziehungsweise vorgetragen werden. Gezielt bereiten sich die Auftretenden darauf vor, allein und im Dialog mit Teammitgliedern vorzulesen und dabei körperlich überzeugend dazustehen.

Anhand von Tonaufnahmen kann der Sprechauftritt eindrücklich und differenziert reflektiert werden. Wichtig ist, dass die Aufnahmen anschliessend zeitnah und mit einer qualitativ guten Kompaktanlage zu Gehör gebracht werden.

Allgemein sollte bei einem Auftritt auf Folgendes geachtet werden:

- > sich gut vorbereiten
- > besonders wichtig sind Anfang und Schluss eines Auftritts
- > Bewusst den Entscheid zum Anfangen treffen. Der Auftritt beginnt bereits mit dem Aufstehen, dem Hereinkommen und dem Gang zur Bühne!
- > einen guten Stand finden (Wurzeln schlagen)
- > Den Blickkontakt zum Publikum aufnehmen und während des ganzen Auftritts aufrechterhalten.
- > einfache, klare Sätze formulieren und für das Publikum verständlich bleiben
- > Satzverbindungen mit <und> oder <ähm> vermeiden
- > Pausen bewusst einsetzen
- > vorzulesenden Text mit Zeichen strukturieren (siehe A31 <Textgestaltung>)
- > den Abschluss bewusst gestalten und vom Hauptteil absetzen

Jede der 30 Auftrittsübungen trägt eine Nummer und einen Namen und ist auf einem separaten Blatt beschrieben mit Inhalt, Ablauf, Förderaspekt, Zeit- und Materialbedarf und passender Gruppengrösse. Zum Teil veranschaulichen Fotos den Übungsablauf. Auf jedem Foto sind die wichtigen Aspekte orange eingefärbt.

	Titel	Dauer, Minuten
1	Finger auf den Rücken	5
2	Hey Du	10
3	Veränderung	5
4	Händetanz	10
5	Lachverbot	10
6	Lockerung	5
7	Biep	10
8	Einfrieren	10
9	Du Ich	5
10	Radar	15
11	Buchstaben	5
12	Eins-Zwei-Drei	10
13	Atmung	10
14	Konflikt	15
15	Zwei Stories	10
16	Ablenkung	10
17	Kunststück	10
18	Bühnenauftritt	15
19	Dirigieren	10
20	Blatwulst	10
21	Schnabelwetzer	10
22	Korkensprechen	10
23	Raumsprechen	15
24	Zahlengespräch	15
25	Roboterwerbung	20
26	Der Mann aus Reno	10
27	Zu Risiken und Nebenwirkungen	10
28	Blumentopferde	10
29	Gefühlswechsel	10
30	Textgestaltung	90
31	Übungsabfolge	20



Kunststück

Förderaspekt > Mut zum Auftritt

Ort > überall

Material > –

Anzahl TN > ab 5

Altersgruppe > ab 10 Jahren

Dauer > 10 Minuten

Beschreibung Jede Person überlegt sich ein «Kunststück» (Geste, Grimasse, Witz, Akrobatik, ...), welches den anderen Teilnehmenden vorgeführt werden soll.
Ein genau geplanter Ablauf der Vorführung ist bestimmend und hilft beim Auftritt.
Die Person tritt vor die Gruppe.
Lockere Grundhaltung mit gutem Stand einnehmen.
Einen Schritt aufs Publikum zugehen.
«Kunststück» vorzeigen.
Einen Schritt zurück treten.
Weggehen, Abtritt.

Variation > Dasselbe, wobei statt des «Kunststücks» ein kurzer Text vorgetragen wird.





Schreiben durch Lesen

Das Element der Schreibförderung ergänzt die Arbeit mit **bewegten Geschichten** ganzheitlich. Die vielfältigen Aufträge für das Lesetagebuch ermöglichen der Lehrperson einen individualisierenden Unterricht, in welchem die Schülerinnen und Schüler selbständig ihre Einträge machen können. Dadurch bekommt die Lehrperson genügend Freiraum, um diejenigen Schülerinnen- und Schülergruppen zu coachen, die mit einer **bewegten Geschichte** auftreten.

Zusätzlich sind im Dossier «Meine Geschichte – Deine Geschichte» Ideen und Lektionsvorschläge zu finden, die zum Schreiben eigener Texte anregen, ohne direkten Bezug auf eine **bewegte Geschichte** zu nehmen.

Für das Lesetagebuch sind zu verschiedenen Geschichten vielfältige Schreibansätze zusammengestellt. Mit den Lesetagebuchaufträgen setzen sich die Schülerinnen und Schüler vertieft mit den gehörten, gelesenen und erlebten Geschichten auseinander. Sie halten ihre Eindrücke schriftlich fest und stellen die Inhalte ihrer eigenen Welt gegenüber, um so noch näher an das Geschehen des Textes heranzukommen. So können die verschiedenen Phasen des Programms individuell dokumentiert, verarbeitet und Lernwege sichtbar gemacht werden.

Die Anleitung für Lehrpersonen erklärt den Umgang mit dem Lesetagebuch. Schülerinnen und Schüler erhalten eine Anleitung, welche sie zu Beginn der Arbeit vorne in ihr Lesetagebuch einkleben können.

Lesetagebücher können auch individuell angepasst und eingesetzt werden. Wenn das erste Mal mit einem Lesetagebuch in der Klasse gearbeitet wird, empfiehlt es sich, die Aufträge gemeinsam anzuschauen und zu besprechen, wie die Einträge aussehen könnten. Durch das Lesetagebuch können die gesamte Arbeit und das Lernen mit **bewegten Geschichten** durch Texte, Fotos und Zeichnungen individuell dokumentiert werden.


Jedes Lesetagebuch einer Geschichte besteht aus rund zehn Aufträgen, die individuell bearbeitet werden können. Sind alle Aufträge erledigt, werden die Schülerinnen und Schüler durch die Autorenwerkstatt an das Schreiben einer Parallelgeschichte herangeführt. Das Verfassen einer eigenen **bewegten Geschichte** anhand einer Auswahl von Erlebnis- und Konzentrationsübungen ist der anspruchsvollste Auftrag des Lesetagebuchs.

Zu den folgenden Geschichten steht ein Lesetagebuch zur Verfügung:

- > Tranquilla Trampeltreu
- > Kotzmotz, der Zauberer
- > Zackarina und der Sandwolf
- > Zuhause kann überall sein
- > Der Basilisk
- > Tommy Mütze
- > Robinson Crusoe
- > Ordnungsliebe
- > Summertime Blues

Am Beispiel der Modell-Geschichte «Der Basilisk» wird gezeigt, wie ein Auftrag aus dem Lesetagebuch ausgeführt werden kann.

Nachfolgend Auftrag A2 aus dem Lesetagebuch der Geschichte «Der Basilisk» und wie er von einem Schüler der 5. Primarklasse ausgeführt worden ist:

	Name:	Basilisk
	Spezies (Art):	Drachen
	Grösse:	nicht besonders gross
	Kopf:	Kahnenkamm
	Körper:	- einen geflügelten Leib - langer, schlangenartiger Schwanz
	Beine:	dicke, kräftige Hinterbeine
	Füsse:	scharfe, gebogene Krallen
	Fortbewegung:	Kann über Gewässer rennen! Kann sehr schnell rennen, schneller als alle anderen Tiere. Schlüpfen aus schwarzen Eiern. Sie von schwarzen Kähnen auf Schlangen-Kröten - mist gelegt werden.
	Stärken/ Waffen:	- tödlicher Blick - eisiger Atem

Anleitung für Schülerinnen und Schüler



Was ist das Lesetagebuch in **bewegte Geschichten**?

Im Lesetagebuch schreibst oder zeichnest du regelmässig zu deinen Gedanken, Ideen, Fragen und Eindrücken. Jedes Lesetagebuch passt zu einer **bewegten Geschichte**.

Du lernst dabei den Inhalt einer Geschichte noch besser kennen. Du bildest dir über das Gelesene eine eigene Meinung und bereitest dich so optimal auf deinen Auftritt vor.

Andere Personen können dein Lesetagebuch lesen und dir Rückmeldungen geben.



So führst du dein Lesetagebuch

Nach jeder Lesezeit oder Hörzeit machst du einen Eintrag in dein Lesetagebuch:

1. Klebe als Erstes den aktuellen Auftrag ein.
2. Notiere auf der rechten Seite das Datum dazu.
3. Schreibe unterhalb der Aufträge deine Antworten, Ideen und Gedanken auf.
4. Gliedere deine Antworten mit Hilfe von Sternchen, Nummern oder anderen Symbolen (z.B. * / ** / *** oder 1. 2. 3. etc.)
5. Du darfst gerne auch etwas dazu zeichnen.
6. Versuche in vollständigen Sätzen zu antworten, so dass zusammenhängende Texte entstehen oder erstelle Listen, falls dies verlangt wird.

Lesetagebuch der Basilisk Auftrag 2

Hauptfiguren

Lies den Text nochmals genau durch!
Welche Personen/Tiere/Figuren kamen in der Geschichte vor?
Schreibe alle auf!

Erstelle zum Basiliken einen Steckbrief!
(mit Hilfe der Vorlage oder mit eigenen Layout)

Zusatz:
Noch heute gibt's Basiliken.
Gehe auf youtube.com und gib folgende Begriffe ein:
Basilisk Disneynature
Was haben der alte und der heutige Basilisk gemeinsam?
Schreibe es auf!

30.11.15


*
Personen: Leute, Jäger, Bärenfrauen, Pilgermutter, Wärdener, alte Frau, Wurmloch, Kengelen, Jungfrauen

Tiere: Drachen, Lindwürmer, Basilisk, schwarze Möhre, Kröten, Schlangen

Figuren: Basilikenbrunnenfigur, Basilikenpuppier (Schüttelholz)

**
siehe spezielles Blatt!

Beide Basiliken können über Wasser fliegen, haben einen Kamm und einen drachenhäutigen Schwanzkörper.
Zu unserem Glück lebt der heutige Basilisk in Costa-Rica!!!



Die Dokumente aus dem <Z-Element> erleichtern die Arbeit im Unterricht. Es stehen Checklisten, Protokolle, Reflexionen, Merkblätter, eine Übersicht zu den Inhalten und Briefvorlagen zur Verfügung.

Alle Dokumente sind im PDF-Format vorhanden. Die Dokumente, die allenfalls durch die Lehrperson angepasst werden können, sind auch im Word-Format in einem separaten Ordner zu finden. In diesem Ordner stehen auch Briefvorlagen zu möglichen Schul-anlässen zur Verfügung.



Titel

Arbeitsblätter

Ab. 0	Inhalt und Übersicht (Gesamt-Programm)	Einführung für Teilnehmende
Ab. 1	Zielvereinbarungen	für Teilnehmende
Ab. 2	Tagesziel (Kurz-Version)	für Teilnehmende
Ab. 3	Tagesziele (Lang-Version)	für Teilnehmende
Ab. 4	Organisation Auftritt	für Lehrpersonen
Ab. 5	Trailer Vorbereitung	für Lehrpersonen
Ab. 6	Vom Text zur Übung (Anleitungshilfe)	für Teilnehmende



Merkblätter

Mb. 1	Checkliste Organisation (Gesamt-Programm)	für beteiligte Lehrpersonen
Mb. 2	Trailer für den Auftritt	Ziel und Inhalt
Mb. 3	Eltern lesen mit ihren Kindern	Tipps und Tricks
Mb. 4	Respektvolle Kommunikation beim Auftritt	eine Unterrichtsidee



Reflexionen

Ref. 1	Team intern (Rückmeldungen)	Reflexion nach Trainings und Auftritten
Ref. 2	Gastklasse (Rückmeldungen)	Reflexion nach Auftritt in der Gastklasse
Ref. 3	Protokoll	Zusammenfassung aller Rückmeldungen vom Auftritt
Ref. 4	Programm Total	Reflexion über das Gesamt-Programm



Unterrichtsstruktur

Us. 1	Übersicht (Gesamt-Programm)	Unterrichts-Struktur für Lehrpersonen
--------------	------------------------------------	---------------------------------------



Bezug zum Lehrplan 21

LP 21	Kompetenzorientierte Förderung	Übersicht für Lehrpersonen
--------------	---------------------------------------	----------------------------



Die Inhalte des Lehrmittels sind vielfältig einsetzbar

Eine bewegte Geschichte für eine Lektion

Eine Geschichte wird lebendig. Die Schülerinnen und Schüler werden von der Lehrperson durch Bewegung und passende Erlebnis- und Konzentrationsübungen als aktive Zuhörerinnen und Zuhörer durch das Geschehen geführt. Je nach Länge des Textes und Anzahl der Übungen werden für eine **bewegte Geschichte** rund zwei Lektionen benötigt. Für die Durchführung einer **bewegten Geschichte** sollte das Klassenzimmer genügend (Bewegungs-) Raum bieten. Je nach Situation und Übungsvielfalt empfiehlt es sich, die Aula, den Singsaal, den Mehrzweckraum oder die Turnhalle dafür zu reservieren. Bei schönem Wetter können **bewegte Geschichten** auch im Freien (beispielsweise in einer ruhigen Ecke des Pausenplatzes) durchgeführt werden. Es empfiehlt sich, den Raum in einen Erzähl- und einen Übungsplatz aufzuteilen.

Eine bewegte Geschichte aus einem Roman als Einstieg in die Klassenlektüre

Verschiedene **bewegte Geschichten** sind Ausschnitte aus einem Kinder- oder Jugendroman. Somit besteht die Möglichkeit, das Interesse der Schülerinnen und Schüler für den Roman zu wecken und anschliessend das Buch als Klassenlektüre zu lesen. Sind mehrere Textausschnitte desselben Romans als **bewegte Geschichten** aufbereitet, können diese während der Lektüre beliebig als Abwechslung, Vertiefung oder Repetition eingesetzt werden.

Eine bewegte Geschichte und das Lesetagebuch

Zu neun Geschichten gibt es ein Lesetagebuch. Die darin enthaltenen Aufträge ermöglichen einen abwechslungsreichen Unterricht, der von den Schülerinnen und Schülern beschreibendes, reflektierendes und fantasievolles Texten und Gestalten verlangt. Dies ist eine ganzheitliche Schreibförderung, die rund acht Unterrichts-Lektionen beansprucht.

Erlebnis- und Konzentrationsübungen als Bausteine für einen Schreibanlass

Beim Erstellen einer **bewegten Geschichte** wird von der Handlung der Geschichte ausgegangen. Danach werden die thematisch passenden Übungen zu den Themen der Geschichte gesucht und zusammengestellt.

Umgekehrt können die Themen einer Erlebnis- oder Konzentrationsübung als Animation für einen Schreibanlass genutzt werden, beginnend mit der Frage: «Wer kann zum Thema dieser Übung eine ähnliche, parallele Geschichte erfinden?» Oder: «Wer kann zum Thema dieser Übung eine eigene Geschichte erfinden?»

Unterstützend sind in der Beschreibung zu jeder Übung auch mögliche Themen für Handlungen und Inhalte zu einer eigenen Geschichte angegeben.

Erlebnis-, Konzentrations- und Auftrittsübungen zur Unterstützung

Alle Übungen können losgelöst von den Geschichten im Unterricht punktuell eingesetzt werden. Sie fördern soziale und personale Kompetenzen.

Eine bewegte Geschichte als Präsentation: das Gesamtprogramm

Schülerinnen und Schüler führen selber **bewegte Geschichten** durch, indem sie den Ablauf ähnlich wiedergeben, wie sie ihn zuvor, von einer Lehrperson angeleitet, erlebt haben. Die Schülerinnen und Schüler treten mit **bewegten Geschichten** in der eigenen oder in einer anderen Klasse auf. Wir empfehlen den Auftritt in einer Klasse mit jüngeren Kindern, damit die Auftretenden den Vorteil des «Älterseins» haben und somit auch ein «lesendes» Vorbild sein können.

Mit den Lesetrainings können Schülerinnen und Schüler das Lesen und Vorlesen der Geschichten üben: Jeder Text ist in unterschiedlichen, spannenden und motivierenden Lesetrainings-Sequenzen aufbereitet. Es wird nicht mit «irgendeinem» Text trainiert, sondern mit dem Originaltext der aktuellen Geschichte.

Die Auftrittstrainings ermöglichen den Schülerinnen und Schülern, ihr Auftreten zu verbessern. Mögliche Themen sind: Wie stehe ich da? Wie schaue ich mein Gegenüber oder das Publikum an? Wie wirke ich auf meine Umwelt? Wie flexibel reagiere ich auf Anforderungen und Störungen?

Die Tätigkeit des Vortragens und Anleitens bedeutet für die Schülerinnen und Schüler einen Seitenwechsel von der Schülerinnen- und Schüler-Rolle zur Rolle der Leitungsperson. Dadurch erleben die «neuen Leitungspersonen» wie es ist, wenn Teilnehmende sich allenfalls störend verhalten. Oft können Schülerinnen und Schüler daraus ihr eigenes – manchmal eben auch störendes – Verhalten im Unterricht der Lehrperson gegenüber empathischer reflektieren.

Wenn Schülerinnen und Schüler mit den **bewegten Geschichten** selber auftreten, brauchen sie Zeit für eine sorgfältige Vorbereitung, damit das Programm bei der eigenen Durchführung mit einem Erfolgserlebnis verbunden ist. Erfahrungsgemäss nehmen die Schülerinnen und Schüler die Herausforderung mit Interesse an, wenn sie sich bewusst sind, dass sie vor Gastklassen auftreten werden. Wenn es gelingt, während des Programms durch Auftrittstrainings, Proben vor kleinem Publikum, Ton- und Filmaufnahmen einen Spannungsbogen zu schaffen, bleiben die Schüler und Schülerinnen motiviert. Je früher der Ernstfall des Auftretens eintritt, desto grösser ist die Motivation. Durch die Anwendung und Verknüpfung aller Elemente über einen längeren Zeitraum wird **bewegte Geschichten** zum Gesamtprogramm der Lese-, Schreib- und Lernförderung.

Für die Durchführung des gesamten Projektes lohnt es sich, als Klassenlehrperson nach Möglichkeit zeitweise weitere Leitungspersonen wie zum Beispiel Förderlehrpersonen, Klassenassistenten, Zivildienstleistende oder Seniorinnen / Senioren beizuziehen, vor allem bei der Begleitung der einzelnen Gruppen, die ihre Auftritte üben. Auch empfehlen wir einen Coach von **bewegte Geschichten** zu Zusammenarbeit und Begleitung des Programms beizuziehen. Angebote dazu sind auf der Internetseite zu finden:

www.bewegte-geschichten.ch



Geschlechter-Balance

Jungenpädagogik

Das Lehrmittel **bewegte Geschichten** wurde als Lese- und Lernmethode entwickelt, mit dem Fokus auf leseschwache oder lesemüde Jungen, um diese zusätzlich zu motivieren und zu fördern. Dies bildet den Ausgangspunkt für die Auswahl eines Teils der Geschichten mit jungenspezifischen Themen, aber auch die Verknüpfung mit den verschiedenen Übungen, die auf Kooperation und Bewegung bauen. Dementsprechend hoch ist die Gewichtung von gut geübten Auftritten vor einem Gastpublikum. Dabei bekommen die Jungen Anerkennung von aussen, sie bekommen direkte Rückmeldungen zum selbständigen Auftritt, zu ihren Lernfortschritten und zum Vorlesen. Die meisten Programmdurchführungen werden von einem Coach von **bewegte Geschichten** angeleitet, welcher als lesender Jungenpädagoge in die Klasse kommt.

Buben und Mädchen: getrennt – zusammen

Mit dem regelmässigen Einsatz von **bewegte Geschichten** im Unterricht wird der Einbezug der Mädchen folgerichtig. Diese Ausweitung auf die Teilnahme beider Geschlechter bedingt, den Fokus auf die geschlechtsspezifische Sozialisation von Jungen und Mädchen zu richten. Die Qualität des jungenspezifischen Programmaufbaus wurde weiterhin beibehalten, der Fokus auf Mädchen erweitert.

Genderkompetenz in der Umsetzung

Sowohl das Leseverhalten wie auch die Lesemotivation unterscheiden sich tendenziell nach Geschlecht. Dies wurde in **bewegte Geschichten** in der Programmentwicklung berücksichtigt. Entscheidend in der Durchführung von **bewegte Geschichten** in einer geschlechtergemischten Gruppe, ist eine gendersensible Didaktik. Weibliche und männliche Sozialisation haben einen Einfluss auf das Lernen. Dies sind Komponenten, die für einen guten Lernerfolg berücksichtigt werden können.

Die Beschäftigung mit **bewegte Geschichten** in einer geschlechtergemischten Gruppe darf nicht zur «Lernfalle» für die Jungen werden. Wo reale Unterschiede in Leseleistung und Lernverhalten zwischen Mädchen und Jungen bestehen, dürfen diese den Programmzielen nicht entgegen wirken. In einem Programm zur Verbesserung der Lesekompetenz und Lernmotivation ist es wichtig, die unterschiedliche Sozialisation von Jungen und Mädchen zu berücksichtigen und zu nutzen, beispielsweise in der Arbeit in geschlechtergetrennten Gruppen oder im Motivationszugang über spezifische Jungen- und Mädchengeschichten.

Die Lehrpersonen kennen die Klasse und die einzelnen Kinder und Jugendlichen am besten, um zu entscheiden, wann im Programm eine Aufteilung nach Geschlecht sinnvoll und angesagt ist. In der Regel wird in **bewegte Geschichten** bei der Gruppenarbeit die Geschlechtertrennung empfohlen. Jungen- und Mädchengruppen üben mit verschiedenen Geschichten, so kommt es weniger zu einem Leistungsvergleich. Ein weiterer Vorteil ist, dass sich Jungen- und Mädchengruppen gegenseitig ihre **bewegte Geschichte** präsentieren können. Reflexions- und Feedbackrunden sind ein wichtiger Bestandteil bei **bewegte Geschichten**. Wenn sie aufgeteilt nach Jungen- und Mädchengruppen durchgeführt werden, ist ihre Wirkung meist stärker.



Bezug zum Lehrplan 21

Durch die Arbeit mit **bewegte Geschichten** werden die Kompetenzen aus den Fachbereichen **Deutsch** und **Natur, Mensch, Gesellschaft (Räume, Zeiten, Gesellschaften** und **Ethik, Religionen, Gemeinschaft)** wie auch **Bewegung und Sport** gefördert. Im dritten Zyklus (Oberstufe) werden auch Kompetenzen aus dem Fachbereich **Berufliche Orientierung** gefördert. Über alle Stufen bieten bewegte Geschichten ein reiches Übungsfeld im Bereich der **überfachlichen Kompetenzen**.

Im Folgenden werden nur die Fächer und deren Kompetenzbereiche erwähnt.

Kompetenzorientierte Zielformulierungen zu den Inhalten des Programms **bewegte Geschichten** und eine ausführliche Auflistung der Kompetenzen aus dem Lehrplan 21 (inkl. Matrix zu den Kompetenzstufen) sind im Lehrmittel im Z-Element unter Lehrplan21 zu finden. Zusätzlich wird anhand der Durchführung der bewegten Geschichte «Der Basilisk» in der Klasse aufgezeigt, welche Kompetenzen in den einzelnen Lektionsabschnitten gefördert werden.

Deutsch (D)

Das Material von bewegte Geschichten fördert viele Kompetenzen in den Bereichen **Hören** (D.1), **Lesen** (D.2), **Sprechen** (D.3), **Schreiben** (D.4) und **Literatur im Fokus** (D.5) und bietet diverse Handlungs- und Lernmöglichkeiten.

Natur-Mensch-Gesellschaft (NMG)

Die Geschichten sind so ausgewählt, dass die Themen speziell zu Alter und Geschlecht der Lesenden passen. Jede Geschichte wird unter den Aspekten «Identität, Verhalten, Freizeit, Werte, Gefühle, Zukunft» beleuchtet. Anregungen dazu werden im Deckblatt aufgeführt. Da die Geschichten inhaltlich und thematisch vertieft bearbeitet werden, bietet sich die Möglichkeit, in den Kompetenzbereichen **Gemeinschaft und Gesellschaft** (NMG.10, ERG.5) sowie **Grunderfahrungen, Werte und Normen** (NMG.11, ERG.2) zu arbeiten. Ausgehend vom literarischen Text werden Emotionen sichtbar gemacht und durch die Lesenden reflektiert.

Bewegung und Sport (BS)

Erlebnisübungen aus bewegte Geschichten decken einen grossen Lernbereich der **Bewegungsspiele** (BS.4.A) ab. Dabei müssen zwischen den Schülerinnen und Schülern Absprachen getroffen und Vereinbarungen eingehalten werden. Häufig sind diese **Bewegungs- und Kampfspiele** kombiniert mit Lauf- oder Balanceübungen, mit Springen, Stützen, Klettern und Kämpfen (BS.1, BS.4.C). Meist geht es dabei auch um kooperative

Spielformen. Wertvoll ist die wiederkehrende Reflexion einzeln und in der Gruppe, die sowohl die soziale, wie auch die sportliche Komponente mit einbezieht. Die Konzentrationsübungen bedingen eine Auseinandersetzung mit der eigenen Körperwahrnehmung und schulen diese. Viele Übungen fördern Körperspannung, Ausdauer und Muskelkraft (BS.2.B). Achtsamkeit, Imagination und mentale Stärke können damit ebenso trainiert werden.

Durch das Choreographieren und Einüben der eigenen bewegten Geschichten und das Auftreten vor Publikum werden **Körperwahrnehmung** (BS.3.A) und das **Darstellen und Gestalten** (BS.3.B) gefördert.

Berufliche Orientierung (BO)

Der Lese-, Schreib- und Lernprozess wird von verschiedenen Protokollen, Reflexionen und Kurzevaluationen begleitet. Dabei lassen sich persönliche Lernziele dokumentieren. Ausserdem werden die Bedingungen für einen erfolgreichen Auftritt aufgezeigt und analysiert. Mit motivierenden, praxisnahen Übungen wird die Auftrittskompetenz gesteigert. «Gelingen und Scheitern» wird im Verlauf der Beschäftigung mit bewegte Geschichten zu einem Lernfeld, das die Persönlichkeit jedes Einzelnen stärkt. Im geschützten Rahmen der Schule werden Erfahrungssituationen angeboten, in denen die Verantwortung für das eigene Lernen übernommen wird. Ein Auftritt vor einer Gastklasse oder vor Eltern, bei welchem vorgelesen wird und Übungen angeleitet werden, festigt das **Persönlichkeitsprofil** (BO.1) für spätere gewichtige Auftritte, beispielsweise während der Berufswahl.

Überfachliche Kompetenzen

Das Lehrmittel bewegte Geschichten bietet ein fundiertes Übungsfeld im Bereich **personale, soziale und methodische Kompetenzen**. Einige Aufgaben sind nur im Team lösbar. Sie werden vorbereitet und nachbesprochen, wobei bewegte Geschichten auch die passenden Arbeitsinstrumente anbietet (Merkblätter, Protokolle, Zielvereinbarungen, Reflexionen, Strukturen). Die Lernenden übernehmen Verantwortung für eine Präsentation in einer Gastklasse oder an einem Elternabend. Sie haben mit der Präsentation einer bewegten Geschichte einen konkreten Auftrag mit einem bekannten Inhalt, den sie selber über einen längeren Zeitraum als bewegend, spannend, ansprechend und motivierend erlebt haben.

worlddidac

A W A R D 2 0 1 6

Dieses Lehrmittel wurde im Jahr 2016 mit dem **Worlddidac Award** ausgezeichnet.

Dank

Drosos Stiftung, Zürich, für die finanzielle Unterstützung

Ron Halbright, Thalwil; **Beat Ramseier**, Zürich: Steuergruppe, Konzeptentwicklung und Projektbegleitung

Fachgruppe und Coaches im Projekt bewegte Geschichten

Maria Wacker, Germanistin, Lehrerin, Zürich

Beatrice Mann und 2. Oberstufenklasse, Volketswil; **Maja Bangerter**, Zürich; **Urs Urech**, Baden:
für die Aufnahmen zum Dokumentarfilm, 2013

Lena Stocker und 6. Primarklasse, Schulhaus Riedhof, Zürich: für die Fotos, 2014

Eliane Wacker, Sarah Wacker, Davide Tisato, Adrian Kessler, Aaron Meyer

Danièle Florence Perrin, Gersau, Korrektorat

Evaluation des Leseförderprojekts bewegte Geschichten, Institut für Forschung, Entwicklung und Evaluation,
Pädagogische Hochschule PHBern, **Daniela Blum und Iris Michel**

Quellenangaben

Sämtliche Quellenangaben zu Texten, Illustrationen, Büchern und Übungen sind im Lehrmittel auf der Internetseite zu finden.

Literaturverzeichnis

Angaben zu Studien, Erhebungen und weiterführender Literatur sind auf der Internetseite zu finden.

