

- | | | | |
|---|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> Aichacher Nachrichten | <input type="checkbox"/> Buchloer Zeitung | <input type="checkbox"/> Handelsblatt | <input type="checkbox"/> Neu-Ulmer Zeitung |
| <input type="checkbox"/> Aichacher Zeitung | <input type="checkbox"/> Donaukurier | <input type="checkbox"/> Illertisser Zeitung | <input type="checkbox"/> Rieser Nachrichten |
| <input type="checkbox"/> Allgäuer Anzeigenblatt | <input type="checkbox"/> Donau Zeitung | <input type="checkbox"/> Landsberger Tagblatt | <input type="checkbox"/> RWE-Presseerklärung |
| <input type="checkbox"/> Allgäuer Zeitung Kaufb. | <input type="checkbox"/> Donauwörther Zeitung | <input type="checkbox"/> Managermagazin | <input type="checkbox"/> Schongauer Nachr. |
| <input type="checkbox"/> Allgäuer Zeitung Kempten | <input type="checkbox"/> Energie & Management | <input type="checkbox"/> Memminger Zeitung | <input type="checkbox"/> Schwabmünchner Allg. |
| <input type="checkbox"/> Allgäuer Zeitung Marktob. | <input type="checkbox"/> Financial Times Deutschl. | <input type="checkbox"/> Mindelheimer Zeitung | <input type="checkbox"/> Süddeutsche Zeitung |
| <input type="checkbox"/> Augsburg. Allg. (Gesamt) | <input type="checkbox"/> Frankfurter Allg. Zeitung | <input type="checkbox"/> Mittelschwäbische Nachr. | <input type="checkbox"/> Südwest-Presse |
| <input type="checkbox"/> Augsburg. Allg. (Regional) | <input checked="" type="checkbox"/> Friedberger Allgemeine | <input type="checkbox"/> Münchner Merkur | <input type="checkbox"/> Wertinger Zeitung |
| <input type="checkbox"/> Augsburg. Allg. (Stadt) | <input type="checkbox"/> Günzburger Zeitung | <input type="checkbox"/> Neuburger Rundschau | <input type="checkbox"/> TAM-Newsletter |

Platzierung: 6 (Seite) / Mering u. Umgebung (Rubrik)

Ausgabe vom **05. Aug. 2006**

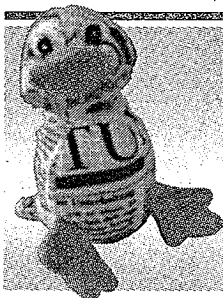
Beim Adlerflug fließt neue Energie in den Körper

Ambérieuschüler und Zeitungsente Paula Print machen gerne mal Bewegungspausen

Von Heike John
und Paula Print

Mering
„Was ist denn das für ein Lärm?“, dachte sich Paula Print, als sie vor wenigen Tagen durch die Flure der Meringer Ambérieuschule watschelte. Wildes Gorillabrüllen drang aus dem Klassenzimmer der 2a, und als sie ihren Schnabel durch die Tür steckte, erblickte sie nur leere Schulbänke. Die Schüler lagen am Boden, streckten die Beine in die Luft und zappelten wie die Käfer.

„Mach doch mit, Paula, wir haben gerade Bewegungspause!“, rief Elisabeth Roth. Wenn es etwas Neues zu entdecken und berichten gibt, dann ist die Entenreporterin natürlich immer sofort dabei. Neugierig stand sie vor dem großen Plakat an der Wand, das unter dem Motto „tierisch fit“ verschiedene



PAULA PRINT

Übungen in Wort und Bild vorstellte. „Diese lustige Gymnastik haben sich Experten im Auftrag der Lechwerke AG ausgedacht“, erzählte Elisabeth Roth. Die Zweitklasslehrerin war sofort begeistert, als sie auf einer Messe das Konzept der Bewegungspause kennen lernte. „Das Unterrichtsmaterial stellen die Lechwerke allen Schulen kostenlos zur Verfügung und es ist auch eine CD mit Musik dabei.“

„Tierisch fit“ wollte sich die Ente auch fühlen, und deshalb flatterte, schnäbelte und gackerte sie eifrig mit, als die Klasse noch einmal das gesamte Programm im Tierreich durchlief.

Beim Spinnentanz bewegten sie sich zur Gitarrenmusik auf allen vieren durch den Raum, und beim Affenklopfen lockerten sie sich von Kopf bis Fuß durch kurze Klapse auf alle Körperteile. Leonie, Osan, Fabian und ihre Klassenkameraden wussten bei jeder Melodie sofort, welche Übung nun folgte. „Ich mag am liebsten den Adlerflug, da ist es so schön ruhig und leise“, verriet Mark. Piets Lieblingsübung war das Känguruboxen, „weil ich da powern kann“. Und Paula machte mit ihren Watschelflossen am liebsten den Grashüpfer nach.

Immer wenn Elisabeth Roth merkt, dass ihre Klasse sich nicht mehr richtig konzentrieren kann, dann legt sie die CD ein, und für ein paar Minuten ist Bewegungsspaß angesagt. „Das ist eine recht wilde Klasse, und da ist es besonders gut, zwischendurch mal ein paar Übungen zu machen“, lobt die Lehrerin. Auch Kathrin Forstreicher, die mit Elisabeth Roth

die Klasse leitet, ist begeistert von der Bewegungsidee ohne großen Aufwand. Noch drei weitere CDS gehören zu dem im Auftrag der Lechwerke entwickelten Programm. Da gibt es „starke Typen“ wie Clowns, Artisten, Tiger oder auch Trampolinkünstler.

Ein weiterer Teil nennt sich „Blitzgescheit“ und liefert Bewegungsanregungen, wie man einen Zick-zack-Blitz oder Regentropfen auf dem Kopf körperlich darstellen kann. Weil viele Schüler in ihrer Freizeit selten durch Wälder und Wiesen streifen, werden diese natürlichen Räume ins Klassenzimmer geholt. „Entspannt auf der Wiese“ nennt sich deshalb die vierte Serie der Bewegungspause.

info Das Unterrichtsmaterial zur Bewegungspause können Lehrer im Internet kostenlos bestellen unter www.lew-forum-schule.de.