



## Angebote in der Gesundheitsförderung

### Ausleihversion

### Spielekette „Herz-Kreislauf“

für 8- bis 10-Jährige

für 3. und 4. Jahrgangsstufe

#### Projektbeschreibung

##### Spielstationen:

Alle Spielstationen sind entsprechend ihrer Thematik beschildert. Jede Station hat ihr eigenes Arbeitsblatt, das die Kinder ausfüllen müssen. Die Kinder werden zur Besetzung der Stationen in vier möglichst gleiche Gruppen aufgeteilt. Pro Station sollten ca. 15-20 Minuten eingeplant werden. 4 Stationen-BetreuerInnen (Lehrkräfte, Eltern) sollten zur Verfügung stehen.

Die Ablaufzeit beträgt mit Vorbereitung ca. 90 Minuten.

##### 1. Station: „Sprichworte“

Es gibt viele Sprüche und Sprichworte, in denen der Begriff „Herz“ vorkommt. Die Kinder sollen alle Sprüche und Sprichworte aufschreiben, die sie kennen.

##### 2. Station: „Lückentext“

Hier wird der Weg des Blutes durch den menschlichen Körper verfolgt. Die Kinder bearbeiten einen entsprechenden Lückentext, der vervollständigt werden muss.

##### 3. Station: „Rate `mal!“

Hier sind 4 Fragen zur alltäglichen und zugleich spektakulären Herzleistung zu beantworten.

Diese Ratestation bietet sich auch als Diskussionsform an.

##### 4. Station: „Pulsmessen in Ruhe und Bewegung“

Den Kindern wird zuerst gezeigt, wie sie selbst ihren eigenen Puls messen können. Zuerst wird der Ruhepuls ermittelt, anschließend nach Bewegung der Belastungspuls. Die unterschiedlichen Messwerte können dann mit den Kindern diskutiert und erklärt werden.

#### Ziele

Einblick in den eigenen Körper und Erfahren eigener Körpergefühle mit kommunikativem Austausch sollen Lebenskompetenzen fördern.

#### Kooperationsbedingungen

Wenn Sie sich für dieses Angebot interessieren, können Sie gerne unser Konzept anfordern und/oder nähere Informationen erfragen.

Hier erhalten Sie weitere Informationen:

#### Ihr Gesundheitsamt im Landkreis Augsburg

Prinzregentenplatz 4 | 86150 Augsburg | Tel: 0821/3102-2101 | Fax: 0821/3102-1101

E-Mail: [gesundheitsamt@LRA-a.bayern.de](mailto:gesundheitsamt@LRA-a.bayern.de)

#### Ihre Ansprechpartner:

Gerald Spieler

Dipl.-Soz.päd. (FH)

Tel.: 0821/3102-2106

[gerald.spieler@LRA-a.bayern.de](mailto:gerald.spieler@LRA-a.bayern.de)

Ulrike Wolf-Hauer

Dipl.-Soz.päd. (FH)

Tel.: 0821/3102-2111

[ulrike.wolf-hauer@LRA-a.bayern.de](mailto:ulrike.wolf-hauer@LRA-a.bayern.de)