

Ihr Gesundheitsamt

informiert über:



## Angebote in der Gesundheitsförderung

### **Spielekette „Herz-Kreislauf“ für 3. und 4. Jahrgangsstufen für 8 – 10jährige und hierzu die Ausleihversion - s. Angebote im Internet**

#### **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. Mindestens 2 Stationen-BetreuerInnen (Lehrkräfte, Eltern) sollten zur Verfügung stehen. Sie erhalten vorab eine schriftliche Erläuterung und am Aktionstag eine kurze mündliche Einweisung. 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: 0821/3102-2132  
mailto: [gesundheitsamt@lra-a.bayern.de](mailto:gesundheitsamt@lra-a.bayern.de) aktualisiert am: 22.06.2011

#### **Ihr 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)