

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Frische FRESCH-Bewegungsideen

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de





Inhaltsverzeichnis

Vorwort & Hinweise für Lehrkräfte	5
1. In aller Kürze: Die FRESCH-Methode	7
1.1. Hintergründe der FRESCH-Methode	7
1.2. Merkmale der FRESCH-Methode	7
2. Bewegung als Kern der FRESCH-Methode	12
2.1. Bewegtes Schreiben vs. Bewegtes Lernen	12
2.2. Nutzwert der Bewegung	13
2.3. Bewegte Grundlagen für das Schreibenlernen	14
2.4. Bewegung und Spiel als Unterstützung im Schreiblernprozess	15
3. Praxisteil	16
3.1. Vorüberlegungen für bewegtes Schreibenlernen	17
3.2. Sinnvolle Anschaffungen für bewegtes Schreibenlernen	17
3.3. Zu viel Krach auf den Ohren?! Bewegung und Lautstärke	18
3.4. Bewegungsübungen ohne Material	20
3.4.1. Training der Überkreuzbewegung	20
3.4.2. Bewegte Kinderverse und Gedichte	25
3.4.3. Bewegte Silben	26
3.4.4. Schultreppe als Turngerät	35
3.5. Bewegungsübungen mit Material	37
3.5.1. Alltagsmaterialien bringen Pepp ins Silbenland	37
3.5.2. In der Balance bleiben	37
3.5.3. Minitrampolin im Einsatz	39
3.5.4. Seilchenübungen	39
3.5.5. Koordinationsleiter	40
3.5.6. Reifen sind eine runde Sache fürs Silbensprechen	41
3.5.7. Ein paar Bierdeckel und los geht's!	42
3.5.8. Ball-Salat	42
3.5.9. Zeitung	44

4. FRESCHige Spiele im Sportunterricht und in der Pause	45
4.1. Bälle-Zickzack	45
4.2. FRESCH, FRESCH, welche Karte zeigst du heute?	46
4.3. FRESCHige Ballstaffeln	46
4.4. Silben-Wege	48
4.5. Durch den Fluss	48
4.6. Das Long Rope als perfekter Silbentrainer	49
4.7. Architektin, Architekt, was baust du für uns?	51
4.8. Gummi-Twist mit Silben	51
4.9. Silben im Himmel oder in der Hölle	54
5. Bewegungsanregungen für den Musikunterricht	55
5.1. Orff'sche Instrumente	55
5.2. Silben-Gedicht	56
5.3. Body-Percussion mit Namen	56
5.4. Rhythmischer (Obst-)Salat	57
5.5. Einen Rhythmus weitergeben	59
5.6. Ein Rhythmus aus Silben	59
5.7. Rhythmische Speisekarte	60
6. Diagnoseteil	61
6.1. Beobachtungsbogen	61
6.2. Förderhinweise	63
6.2.1. Raum-Lage-Verständnis	64
6.2.2. Motorische Geschicklichkeit	65
6.2.3. Grafomotorik	65
6.2.4. Rhythmisch-silbierendes Sprechen und Schreiben	67
6.2.5. Rechts-links-Sicherheit und Händigkeit	68
7. Schlusswort	69
8. Literaturverzeichnis	70
9. Internet-Links	71

Zu diesem Titel gibt es digitales Zusatzmaterial. Dabei handelt es sich um zusätzliche Kopiervorlagen.

Vorwort & Hinweise für Lehrkräfte

» Das Leben beginnt in der Bewegung.« (Aristoteles)

Ich wohne und arbeite im Schulamtsbezirk Waldshut, in dem die Wiege der FRESCH-Methode steht. Gleich in meinem ersten Berufsjahr als Junglehrerin kam ich mit dieser besonderen Methode in Berührung und hatte das Glück, eine Fortbildung bei deren Urvater, Herrn Günter Jakob Renk, besuchen zu können. Im Rahmen von LRS-Förderstunden und später dann auch im regulären Deutschunterricht lernte ich die Einfachheit und hohe Effektivität dieser Methode zu schätzen.

Ich bin sportlich sehr ambitioniert und zudem seit vielen Jahren für den Schwimm- und Sportunterricht an meiner Schule zuständig. Zudem habe ich mich im Rahmen zweier Ratgeber schon ausführlich mit dem Thema „bewegtes Lernen“ beschäftigt, das ich angesichts des zunehmenden Bewegungsmangels in Kombination mit einem erhöhten Medienkonsum unserer Schülerinnen und Schüler außerordentlich wichtig finde.

Im Ratgeber, den Sie nun gerade in Ihren Händen halten, treffen also zwei Herzens-themen von mir aufeinander: FRESCH und Bewegung.

Laut KMK¹ gibt es viele Schülerinnen und Schüler, die mit „besonderen Schwierigkeiten“ beim Erwerb der Schriftsprache kämpfen. Dabei zeigen sich oftmals Auffälligkeiten in deren rhythmischen und motorischen Fähigkeiten. Das kann fatal sein, denn eine funktionierende Grob- und Feinmotorik ist grundlegend für das Lesen- und Schreibenlernen. FRESCH kann hierbei optimal Unterstützung leisten, da diese Methode einen ganzheitlichen Ansatz verfolgt, der die kognitive mit der körperlichen Förderung verbindet.

Was erwartet Sie denn nun konkret in diesem Band?

In einem sehr knapp gehaltenen Theorieteil erhalten Sie zunächst einen Einblick in die FRESCH-Methode. (Zur vertieften Auseinandersetzung verweise ich auf den FRESCH-Grundlagenband² sowie zahlreiche andere Materialien aus dem scolix-Programm.)

¹ Siehe „Grundsätze zur Förderung von Schülerinnen und Schülern mit besonderen Schwierigkeiten im Lesen und Rechtschreiben oder im Rechnen.“ Beschluss der Kultusministerkonferenz vom 04.12.2003 i. d. F. vom 15.11.2007.

² Brezing, H., Maisenbacher, D., Renk, G., Rinderle, B., Wehrle, M.: FRESCH · Freiburger Rechtschreibschule.

Im Anschluss daran werde ich genauer auf den körperlichen Aspekt der Methode und die Zusammenhänge zwischen Motorik, Koordination und dem Lese-Schreib-Lernprozess eingehen.

Kernstück des Ratgebers ist dann der Materialteil, der Ihnen eine Vielzahl unterschiedlicher Übungen und Spiele für den Deutschunterricht oder auch spezielle LRS-Förderstunden, darüber hinaus aber auch für den Sportunterricht, die Pause und Musikstunden liefert. Diese können Sie schnell und ohne große Vorbereitung unkompliziert einsetzen. Wenn doch Kopiervorlagen nötig sind, so finden Sie diese im digitalen Zusatzmaterial, das Sie sich mithilfe des Downloadcodes bequem herunterladen können.

Bei allen Tipps stehen das rhythmisch-silbierende Sprechen und Bewegen im Vordergrund. Diese Kernstrategie der FRESCH-Methode kann wunderbar mit dem natürlichen Bewegungsdrang von Grundschulkindern kombiniert werden.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Schmökern in diesem Ratgeber und gutes Gelingen beim FRESCHig-bewegten Lernen!

Herzlichst

Ihre *Annette Holl*



© Anje Bohnstedt

Los geht's!

1. In aller Kürze: Die FRESCH-Methode

1.1. Hintergründe der FRESCH-Methode

Heide Buschmann und Günter Renk entwickelten sie in den 1980er-Jahren an der Schulpsychologischen Beratungsstelle in Waldshut, das im Regierungsbezirk Freiburg liegt. So entstand der Name „Freiburger Rechtschreibschule“. Ursprünglich war sie für Kinder mit LRS konzipiert. Mittlerweile ist die Methode wissenschaftlich evaluiert und eine anerkannte Unterrichtsmethode, mit der im Anfangsunterricht der Schreiblernprozess in Gang gebracht wird, um von vornherein Lese-Rechtschreibschwierigkeiten vorzubeugen.

▶▶ *Empirische Untersuchungen konnten bestätigen, dass lese- und rechtschreibschwache Kinder von dem ... Förderansatz besonders stark profitieren. FRESCH ist somit ein theoretisch und empirisch gut abgesichertes Konzept für die Prävention von und die Förderung bei Lese-Rechtschreibschwierigkeiten.* ◀◀¹

Die FRESCH-Methode wird heute weit über den Oberschulamtsbezirk Freiburg hinaus eingesetzt und gilt auch in den höheren Grundschulklassen als nutzwertig und effektiv. Darüber hinaus taucht sie in einigen Schulbüchern der Eingangsstufe der weiterführenden Schulen auf.

1.2. Merkmale der FRESCH-Methode

Ganzheitliches Lernen

Die Grundlage der Methode ist das mehrkanalige Lernen mit verschiedenen Sinnen und deren Synchronisation. Dies fördert nachweislich die bessere Verankerung von Wissen im Langzeitgedächtnis.

1. In aller Kürze: Die FRESCH-Methode

Das funktioniert so:

1. Visuelle Wahrnehmung: Ein Kind schaut sich ein Wort an.
2. Auditive Wahrnehmung und Artikulation: Es spricht das Wort laut und deutlich in Silben.
3. Motorik: Pro Silbe macht es einen Schritt in Schreibrichtung. Gleichzeitig „malt“ es mit der Schreibhand einen Silben-/Girlandenbogen in die Luft.
4. Grafomotorik: Das Kind schreibt das Wort auf.

Die Sprechsilbe als Segmentierungseinheit

Der Schreib- und Leselernprozess erfolgt über das Unterteilen von Wörtern in kleinere Einheiten, die Silben. Diese kleinen Buchstabenverbindungen nehmen im Rahmen der FRESCH-Methode einen herausragenden Platz ein. Den Kindern wird „über silbierendes Sprechen mit gleichzeitigen rhythmischen Bewegungen, den Pausen in der Sprechbewegung und der sich daraus entwickelnden deutlichen Artikulation der Zugang zur Schriftsprache [geebnet].“²

- So starten die Leseneulinge mit den kleinsten Silbenverbindungen, einem Konsonant + einem Vokal (Silbenkönig) wie z.B. „me“ oder „ti“ oder „la“.
- Daraus werden zunächst „Unsinnswörter“ wie z.B. „la ti tu ta la“ zusammengesetzt. Danach kommen „richtige Wörter“ wie To ma te oder Ba na ne dazu.



© Satzpunkt Ursula Ewert GmbH

Reduktion des Regelwerks

In vielen Klassen ist der Rechtschreibunterricht geprägt durch Merksprüche („Schreib’ „ver-“ und „vor-“ mit Vogel-V, dann weiß jeder: Du bist schlau!“ o.Ä.) und das Üben sogenannter Besonderheiten wie Wörter mit Doppelkonsonanten, „ie“, „ß“, Umlauten, „g“ oder „d“ am Wortende usw.

² Brezing, H., Maisenbacher, D., Renk, G., Rinderle, B., Wehrle, M.: FRESCH · Freiburger Rechtschreibschule. S. 20.

Dieses Vorgehen wird überflüssig, wenn konsequent mit den FRESCH-Strategien Silbenschwingen, Verlängern und Ableiten sowie einer einzigen Rechtschreibregel, nämlich der Großschreibung am Satzanfang und von Nomen, gearbeitet wird. Dann bleiben lediglich 20 % des Grundschulwortschatzes als echte Merkwörter übrig, deren Schreibweise isoliert geübt und verankert werden muss.

Die FRESCH-Symbole und -strategien

1. Silbenschwingen (ω)

Ein Grundschulkind kann die Schreibweise von 50 % seines Wortschatzes allein durch Schwingen und Sprechschreiben erkennen. Das Tolle daran ist, dass (recht-schreibschwache) Kinder und Schreibanfängerinnen und -anfänger so bereits sehr lange (lautgetreue) Wörter, sogenannte Schlangenwörter, komplett richtig schreiben können und dadurch immense Erfolgserlebnisse haben.

Wie geht das?

- Nachdem ein Kind ein Wort gehört oder gelesen hat, spricht es dieses langsam in Silben. (Hierbei geht es um Sprechsilben und nicht um Morpheme.)
- Zeitgleich zum Sprechen macht das Kind einen Schritt zur rechten Seite, also in Schreibrichtung.
- Gleichzeitig führt es mit seiner Schreibhand einen tiefen Bogen aus.
- Diese synchrone Bewegung aus Sprechen, Gehen und Schwingen führt es für jede einzelne Silbe durch, bis das Wort zu Ende ist.
- Später reicht es oft auch aus, wenn das Kind die Girlandenbögen mit der Schreibhand in die Luft oder auf die Tischplatte „malt“.
- Im Anschluss daran schreibt das Kind das geschwungene Wort auf.
- Dabei spricht es jede Silbe deutlich mit, schreibt so langsam wie es spricht (= Sprechschreiben) und setzt danach Silbenbögen unter das Wort.
- Zunächst tut es dies halblaut und mit Bleistift, später im Flüsterton. Irgendwann spricht es im Kopf mit, d.h. es denkt sich, was es schreibt, und kann nach und nach auf die Silbenbögen verzichten.

Schokoladenkuchen

Wassermelonensalat

Jede Silbe enthält einen Vokal (a, e, i, o, u), Umlaut (ä, ö, ü) oder Zwiellaut (ie, au, äu, ai, eu, ei). In vielen Schulbüchern sind dies die sogenannten Silbenkönige, die mit einer Krone gekennzeichnet werden. (Die Krone ist kein ursprünglicher Bestandteil der FRESCH-Methode.)

2. Verlängern/Weiterschwingen

Bei Wörtern, die auf g/k, d/t, b/p oder mit einem Doppelkonsonanten enden oder bei Verben, die in der Personalform diese Buchstaben enthalten (z. B. „er schwebt“), hilft es nicht, Silben zu schwingen und deutlich zu sprechen. Das gilt auch, wenn diese Buchstaben am Wortstammende stehen! Hier greift die Strategie des Verlängerns.

Wie geht das?

Das Kind macht das jeweilige Wort länger:

Es bildet zur Einzahl eines Wortes den Plural,

z. B. Berg/Berk? → Plural: viele Berge (Das „g“ ist nun deutlich zu hören.)

Das Kind sucht zu einem Verb den Infinitiv,

z. B. schwimt/schwimmt? → Grundform: alle schwimmen (Der Doppelkonsonant ist nun deutlich zu hören.)

Das Kind steigert Adjektive,

z. B. hel/hell? → viel heller (Der Doppelkonsonant ist nun deutlich zu hören.)

Die Zauberwörter „viel“, „viele“ und „alle“ sind hierbei wichtige Hilfsmittel!

3. Ableiten

Bei Wörtern mit ä/e oder eu/äu und Verben mit Vokalveränderungen treten häufig Fehler auf. Wird aber vor dem Schreiben nach verwandten Wörtern mit a oder au gesucht, kann ein Kind sich die richtige Schreibweise erschließen.

Wie geht das?

Hähne oder Hehne? ⚡ kommt von Hahn → also Hähne

schäumen oder scheumen? ⚡ kommt von Schaum → also schäumen

Bei manchen Verben mit Vokalverschiebung im Präteritum muss man beim Ableiten auf den Infinitiv oder auf die Wir-Form im Präsens zurückgreifen:

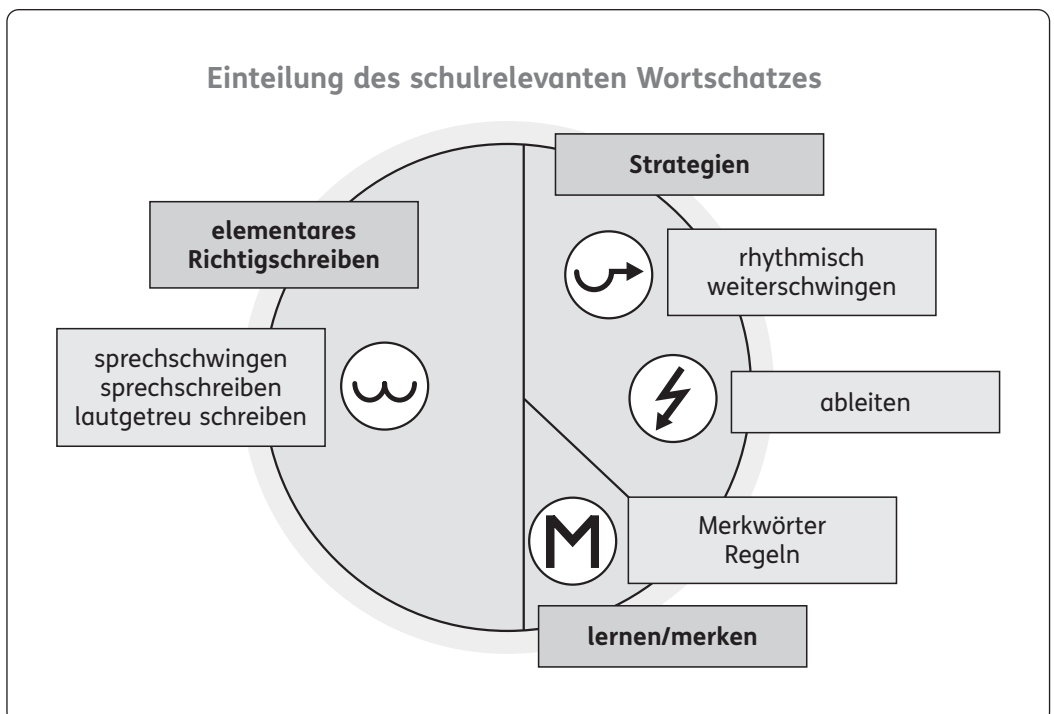
rannte ⚡ kommt von wir rennen → also nn

Das Symbol für das Ableiten ist ein Blitz, weil die Nähe zwischen Blitz und Blitzableiter für viele Kinder naheliegend ist.

4. Merkwörter **M**

Werden die drei Strategien Silbenschwingen, Verlängern und Ableiten konsequent angewandt, bleibt nur noch ein kleiner Rest übrig, der als Merkwörter auswendig gelernt werden muss. Dabei handelt es sich beispielsweise um Wörter mit V, v (Vater, voll), mit Dehnungs-h (ahnen, wohnen), mit langem i ohne ie (Liga, Tiger), mit Doppelvokal (Haar, Beere, Boot), mit ß (Straße, groß) oder kleine Wörter, deren Schreibweise sich nicht herleiten lässt (und, mit, bald).

In der Grundschulpraxis wird diese Strategie oftmals aufgesplittet in den Bereich der Merkwörter und Regeln (Großschreibung von Nomen, Vorsilben „vor“ und „ver“, „ß oder ss“). Für viele Regeln gibt es in Schulbüchern oft eigene Symbole. Diese haben keine FRESCHige Herkunft und werden deshalb hier nicht aufgeführt. FRESCHig ist es, Merkwörter im Unterricht zu sammeln und nach Kategorien geordnet immer wieder zu üben.



© Satzpunkt Ursula Ewert GmbH

2. Bewegung als Kern der FRESCH-Methode

2.1. Bewegtes Schreiben vs. Bewegtes Lernen

In diesem Ratgeber geht es nicht um das bewegte Lernen an sich, das infolge eines eklatanten Bewegungsmangels vieler Grundschul Kinder immer wichtiger wird. Durch gezielte Bewegungsübungen, bewegte Pausen und Bewegung beim Lernen (z.B. Laufdiktate) soll den Folgen wie zunehmende Unruhe, verkürzte Konzentrationsspannen und erhöhte Aggressivität entgegengewirkt werden, um ein besseres Lern- und Arbeitsklima zu schaffen.

Dies ist unbestreitbar wichtig und Thema spezieller Veröffentlichungen. Auf den nachfolgenden Seiten liegt der Fokus der Bewegung allerdings anderswo. Es geht um die Verbindung von Schreiben und Bewegung als tragendes Element der FRESCH-Methode.

►► Die Erkenntnisse der modernen Gehirnforschung bestätigen die Vermutung, dass die Zusammenführung von Wahrnehmung und Motorik beim gleichzeitigen Sprechen und Schreiben von selbst eine Steuerung des (Recht-)Schreibens ergibt. ◀◀¹

Genau da setzt die FRESCH-Methode an: Die Schülerinnen und Schüler sollen über den Rhythmus der Sprache in ihrer Wahrnehmung, Koordination und Motorik gefördert werden, damit sie das (Recht-)Schreiben möglichst selbstständig steuern können.²

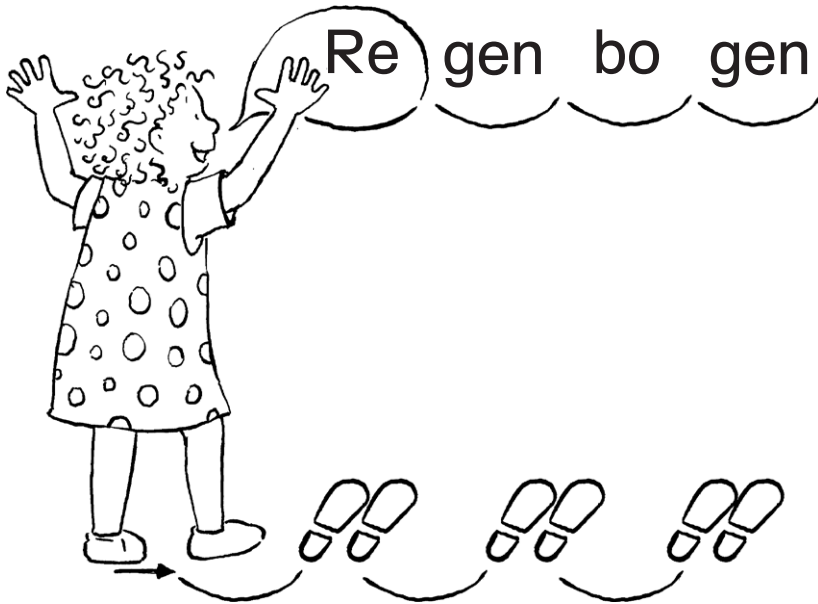
Die zentrale Strategie hierfür ist das Silbenschwingen. Diese sollte stringent vom ersten Schultag an mit den Schulkindern auf vielfältige Art und Weise eingeübt werden. Ziel hierbei ist, Sprache und Bewegung optimal zu synchronisieren, also zeitlich aufeinander abzustimmen.

¹ Brezing, H., Maisenbacher, D., Renk, G., Rinderle, B., Wehrle, M.: FRESCH · Freiburger Rechtschreibschule. S. 16.

² Vgl. Maisenbacher, D., Wehrle, M.: Förderdiagnose mit FRESCH: Beobachtungskarten. Karte 1.

Dabei ist es wichtig, dass die Lehrkraft ...

- das Sprechschreiben exakt vormacht.
- zeigt, was passiert, wenn man schneller spricht als die Hand schreiben kann: Dann können Buchstaben verloren gehen.
- passgenaues Material anbietet.³



© Antje Bohnstedt

2.2. Nutzwert der Bewegung

Die erhöhte Bewegungsfrequenz im Schreibprozess hat positive Nebeneffekte:

- Schulkinder lernen erwiesenermaßen nachhaltiger, wenn ein zusätzlicher Lernkanal aktiviert wird. Wissen gelangt dadurch schneller ins Langzeitgedächtnis.
- Schon durch Bewegungen mit geringer Intensität (z.B. aufstehen, gehen oder sich setzen) wird die Informationsverarbeitung durch die Bildung neuer Nervenzellen im Gehirn optimiert.
- Daraus ergibt sich eine gesteigerte Konzentrationsfähigkeit.
- Dem erhöhten Bewegungsdrang von hyperaktiven Kindern wird Rechnung getragen.

³ Vgl. Maisenbacher, D., Wehrle, M.: Förderdiagnose mit FRESCH: Beobachtungskarten. Karte 1.

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Frische FRESCH-Bewegungsideen

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de

