

Wir kommen in die Schule

Lehrer:inneninformation



Liebe Lehrerin, lieber Lehrer,

schön, dass Sie sich entschlossen haben, beim Bewegungsspiel Super5 mitzumachen und mehr Bewegung in Ihre Klasse zu bringen!

Super5 ist ein Programm, das spielerisch zu mehr Bewegung im Klassenzimmer und somit zur Unterbrechung von Sitzzeiten anregen will, eingebunden in eine spannende Geschichte, um auch den sozialen Aspekt der Klassengemeinschaft zu unterstreichen.

Ziel des Spiels ist es, Kinder in Bewegung zu bringen, die Freude am Lernen zu fördern und soziale Bindungen zu stärken. Mit Super5 wird eine Auswahl der wissenschaftlich fundierten und leicht umsetzbaren Bewegungsübungen vom Schulverein simplystrong by UNIQA in ein lustiges Spiel für die ganze Klasse verpackt.

Die spannende Rahmengeschichte dazu handelt von fünf Kindern, die gemeinsam in die Schule kommen und Freunde werden. Im ersten Jahr bekommen sie noch Unterstützung von Simplikus und seinen Freunden, die sie in ihrer Kindergartenzeit begleitet haben. Wie die Kinder in Ihrer Klasse entwickeln sich auch die Kinder in der Geschichte weiter, werden reifer, sehen anders aus und erleben andere Abenteuer. Diesem Umstand gemäß gibt es bei Super5 jedes Jahr eine neue Geschichte mit neuen Aufgaben, neuen Ereignissen und neuen Bewegungsübungen. So bleibt Super5 spannend und begleitet Ihre Klasse durch die gesamte Volksschulzeit.

Die Geschichte der Super5 wird bildhaft in einem Mitmachheft erzählt, von dem jedes Kind in Ihrer Klasse sein eigenes

Exemplar bekommt. In den Mitmachheften finden sich zudem lehrplanbezogene Übungen zum Ausfüllen direkt im Heft.

Neben dem Mitmachheft enthält Ihr Set eine Elterninformation zum Spiel, die Sie den Kindern für zu Hause mitgeben können, ein Kartenset mit Bewegungsübungen, die mithilfe der mitgelieferten Kategorie- und Zahlenwürfel ermittelt werden können, sowie Sticker zu allen Bewegungsübungen. Diese Sticker können Sie mit Ihrer Klasse auf den Klassenkalender kleben, sobald Sie die entsprechende Übung gemeinsam durchgeführt haben.

Ziel von Super5 ist es, alle Übungen zumindest einmal durchgemacht und somit alle Sticker auf dem Klassenkalender gesammelt zu haben. Die Sticker

sollen die Motivation für die Klasse fördern, Super5 möglichst oft zu spielen und so möglichst viele kleine Bewegungseinheiten in den Alltag zu bringen. Haben Sie mit Ihrer Klasse das Ziel erreicht, können Sie am Ende des Schuljahrs an einem Gewinnspiel teilnehmen und spannende Preise für Ihre Klasse gewinnen.

In diesem Lehrer:innenheft finden Sie neben den Geschichten auch eine Anleitung für die Durchführung von Super5 und Anregungen für verschiedene Spielvarianten.

Viel Spaß beim Würfeln, Kleben und Bewegen!

Inhalt von Super5

- **Tragetasche (zum Aufbewahren aller Materialien):**
 - 1 Kategoriewürfel aus Schaumstoff zur Ermittlung der Kategorie
 - 2 Zahlenwürfel aus Schaumstoff zur Ermittlung der Übung
- **Super5 A5-Box:**
 - 1 Übungskartenset mit 48 Übungen
 - Stickerbögen mit 48 Stickern zu den Bewegungsübungen
 - Stickerbögen mit 12 Special-Stickern für die Buddy-Kategorie
- Stickerbögen mit Sternstickern für das Durchführen bekannter Übungen
- 27 Mitmachhefte für die Schüler:innen
- 27 Elterninformationen
- 1 Lehrer:inneninformation
- 1 Geschichtenheft
- **A2-Kalender für die Klasse**

Vorbereitung

- Packen Sie die Materialien aus und überprüfen Sie sie auf Vollständigkeit.
- Hängen Sie den Kalender in der Klasse auf – gerne können Sie vorab die Geburtstage der Kinder, Ferien oder andere wichtige Klassentermine eintragen.
- Lesen Sie die Lehrer:inneninformation, um alles über den Spielablauf zu erfahren.
- Schauen Sie sich das Mitmachheft, die Übungen und die Vorlesegeschichten an, um zu entscheiden, wie Sie das Spiel einsetzen wollen.
- Teilen Sie die Elterninformation an die Schüler:innen aus (oder stellen Sie die PDF-Version, die Sie auf www.super5.at herunterladen können, in den Onlineklassenraum).
- Teilen Sie die Mitmachhefte an Ihre Schüler:innen aus, erklären Sie Ihnen das Spiel und die Spielregeln und schon geht's los.

Bestandteile des Spiels

Die Würfel

Zum Spiel Super5 gehören drei Schaumstoffwürfel:

- **ein Kategoriewürfel:** Mit diesem Würfel bestimmen Sie mit der Klasse zu Beginn die Kategorie der Übung, die dann im Anschluss gemacht wird.
- **zwei Zahlenwürfel:** Mit den zwei Zahlenwürfeln wird die genaue Übung einer Kategorie ermittelt.

Es werden entweder ein oder zwei Würfel verwendet.

Die Kategorien

Das Spiel Super5 besteht aus insgesamt sechs Spielkategorien. Drei Kategorien stellen die klassischen Bewegungskategorien von simplystrong by UNIQA Vital4Brain, Vital4Heart und Vital4Body vor. Die Friends-Kategorie vereint Übungen befreundeter Bewegungsprogramme, die Super5 gut ergänzen, und die Kategorien Buddy und Joker sind zwei Besonderheiten. Jede Kategorie mit Ausnahme von Buddy und Joker besteht aus zwölf Übungen, für die es jeweils einen Sticker im Spiel gibt. Für die Buddy-Kategorie gibt es zwölf Special-Sticker.



Vital4Brain



Vital4Body



Vital4Heart



Friends



Buddy



Joker

Vital4Brain

Die Übungen aus dem Vital4Brain-Programm sind speziell darauf ausgerichtet, die geistige Leistungsfähigkeit der Schüler:innen zu fördern. Durch gezielte Bewegungsübungen werden Konzentration und Merkfähigkeit gesteigert, was besonders in Lernpausen von Vorteil ist. Die Aktivitäten sind so gestaltet, dass sie sowohl Spaß machen als auch die kognitive Entwicklung unterstützen. Dies hilft den Kindern, ihre Aufmerksamkeit zu verbessern und das Lernen effektiver zu gestalten.

Vital4Body

Das Programm Vital4Body zielt darauf ab, die körperliche Fitness der Schüler:innen zu stärken. Durch abwechslungsreiche Übungen wird die Ausdauer gefördert, Kraft und Schnelligkeit werden trainiert. Die Aktivitäten sind so gestaltet, dass sie sowohl herausfordernd als auch unterhaltsam sind, wodurch die Kinder motiviert werden, sich regelmäßig zu bewegen. Ein aktiver Lebensstil wird gefördert, was langfristig zu einer besseren Gesundheit beiträgt.

Vital4Heart

Vital4Heart legt den Schwerpunkt auf die emotionale Gesundheit der Schüler:innen. In einer Zeit, in der Stress und Druck häufig vorkommen, bieten Entspannungsübungen wertvolle Techniken zur Stressbewältigung und Achtsamkeit. Diese Übungen helfen den Kindern, ihre Emotionen besser zu regulieren und ein gesundes Selbst-

bewusstsein zu entwickeln. Indem sie lernen, sich zu entspannen und im Moment präsent zu sein, tragen sie aktiv zu ihrem emotionalen Wohlbefinden bei.

Friends

Diese Kategorie setzt sich aus Übungen des Bewegungsprogramms „UGOTCHI – Punkten mit Klasse“ und dem Programm „Jedes Kind stärken“ zusammen. Mit beiden Programmen arbeiten wir zusammen, weil sie das Spiel Super5 gut ergänzen. Unsere Partner:innen finden Sie auf Seite 16.

Buddy

In der Buddy-Kategorie wird eine Schüler:in (oder ein Schülerpaar) von der Lehrkraft ausgewählt oder meldet sich freiwillig, um eine Übung vor der eigenen Klasse vorzuführen und anzuleiten. Diese besondere Rolle fördert das Selbstbewusstsein und die Präsentationsstärke des gewählten Schülers oder der Schülerin und hilft dabei, die Bewegungsübungen lustiger zu gestalten und stärker zu verinnerlichen. Nach erfolgreicher Durchführung darf der oder die Schüler:in zusätzlich zum Sticker der gemachten Übung noch einen Special-Sticker auf den Klassenkalender kleben.

Joker

Die Joker-Kategorie bietet maximale Flexibilität innerhalb von Super5, indem sie der Klasse erlaubt, eine beliebige Übung aus dem gesamten Kartenset auszuwählen und durchzuführen. Nach Abschluss der Übung



wird der entsprechende Sticker auf den Klassenkalender geklebt.

Die Übungen

Alle Übungen sind so gestaltet, dass sie im Klassenzimmer während der Unterrichtsstunde für Bewegung und Achtsamkeit sorgen. Natürlich funktionieren die Übungen auch im Freien, im Turnsaal oder in der Aula. Die Dauer der einzelnen Übungen liegt bei ungefähr fünf Minuten und kann selbstverständlich beliebig verlängert werden.

Die Übungen haben mehrere Varianten, die Sie je nach Zeit und Können der Schüler:innen durchführen können. Die Übungen sind auf Karten beschrieben und können ohne Vorbereitung durchgeführt werden. Benötigt werden nur Dinge, die sich ohnehin in einer Klasse befinden wie Papier, Tische

und Stühle. Zusätzlich gibt es für jede Übung ein Video, das direkt über den QR-Code auf der Übungskarte abrufbar ist. Die Videos sollen Sie als Lehrkraft in der Vorbereitung oder bei der Durchführung der Übungen unterstützen oder können direkt im Unterricht abgespielt und als Vorlage verwendet werden.

Die Übungen sind in vier Kategorien unterteilt. Jede Kategorie umfasst zwölf Übungen. Die Übungen sind innerhalb ihrer Kategorie mit den Zahlen 1 bis 12 nummeriert. Auf jeder Übungskarte findet sich so neben der Zahl auch das Icon mit der Übungskategorie.

Im Spiel wird die entsprechende Übung mit den Schaumstoffwürfeln ermittelt: zuerst die Kategorie mit dem

Kategoriewürfel und dann die genaue Übung mit einem oder beiden Zahlenwürfeln.

Nach jeder absolvierten Übung bekommt die Klasse einen Sticker, den sie auf den Klassenkalender aufklebt.

Einen Überblick über alle Übungen und die Übungsvideos finden Sie auf www.super5.at/videos

Die Sticker

Die Sticker sind als Anreiz gedacht. Sie werden als Belohnung für die Durchführung der Übungen auf den gemeinsamen Klassenkalender aufgeklebt. Es gibt drei Arten von Stickern:

- **Übungssticker:** Jede der 48 Bewegungsübungen hat einen zugeordneten Sticker, der bei der erstmaligen Durchführung dieser Übung aufgeklebt wird.
- **Special-Sticker:** Diese Glitzersticker verdient sich die Klasse zusätzlich zum Übungssticker, nachdem die Buddy-Kategorie gewürfelt wurde und Schüler:innen der Klasse eine Übung vorführen.
- **Sternsticker:** Die kleinen Sternsticker können immer dann auf den Klassenkalender geklebt werden, wenn eine bereits ausgeführte Übung erneut gemacht wird.



Der Klassenkalender

Der Klassenkalender erfüllt den Zweck eines normalen Kalenders und kann zum Eintragen von Geburtstagen und anderen Ereignissen der Klasse verwendet werden. Darüber hinaus führt er mit den bunten Illustrationen durch die Geschichte der Super5 und ihrer Abenteuer.

Zusätzlich zeigt er den Fortschritt im Spiel an, denn der Klassenkalender ist jener Ort, wo die Sticker für bereits absolvierte Übungen gesammelt werden. Jedes Mal, wenn eine Übung ausgeführt wurde, klebt die Klasse einen

Sticker in den Kalender: bei neuen Übungen die jeweiligen Übungssticker, bei bereits bekannten, noch einmal gemachten Übungen die kleinen Sternsticker. Wird die Buddy-Kategorie gewürfelt, gibt es zusätzlich zum Übungssticker noch einen Special-Sticker.

Für den Fall, dass die Klasse in einem Monat mehr Sticker sammelt, als auf die Seite des Kalenders passen, wird der Sticker einfach auf ein anderes Monatsblatt geklebt, am besten in den nächsten oder vorherigen Monat.



Das Mitmachheft

Das Mitmachheft bildet den Rahmen für die Super5-Geschichte. Jedes Schulkind der Klasse bekommt zu Beginn des Spiels das eigene Mitmachheft. Das Mitmachheft beinhaltet Bildgeschichten mit wenig Text, welche die Abenteuer der Super5 erzählen. Neben den Geschichten, die die

Klasse durch das gesamte Schuljahr führen, gibt es auf die Lehrinhalte des jeweiligen Schuljahrs abgestimmte, didaktische Aufgaben, die die Kinder direkt in ihren Heften und passend zu den Geschichten selbstständig machen können. Das Mitmachheft eignet sich somit perfekt für die Freiarbeit.

Ziel des Spiels

Ziel des Spiels ist es, im Laufe des Schuljahrs alle Übungen einmal gemacht und damit alle 48 Übungssti-

cker gesammelt und auf den Klassenkalender geklebt zu haben.

Spielablauf

Es gibt keine Vorgaben, wann, wie oft oder wie lange das Spiel gespielt werden muss – das liegt völlig in Ihrem Ermessen als Lehrkraft.

Auf www.super5.at/das-spiel finden Sie auch ein Online-Erklärvideo zum Spielablauf.

1. Ermitteln Sie mit dem Kategoriewürfel die Spielkategorie.
2. Ermitteln Sie mit den Zahlenwürfeln die Übung. Für die Übungen von eins bis sechs verwenden Sie einen Würfel, sonst verwenden Sie beide Zahlenwürfel.
3. Nehmen Sie die ermittelte Übungskarte aus der Super5-Box.
4. Absolvieren Sie die Übung mit den Kindern (verwenden Sie dazu gerne auch das Mitmachvideo).
5. Suchen Sie den passenden Sticker zur durchgeführten Übung und kleben Sie den Sticker auf die Freifläche im Klassenkalender.
6. Wiederholen Sie den Vorgang eins bis fünf so oft wie gewünscht.

WICHTIG:

- Sollten Sie eine Übung würfeln, die Sie bereits kennen bzw. für die Sie mit der Klasse schon den Sticker gesammelt haben, dann können Sie die Übung entweder noch einmal mit der Klasse ausführen und dafür einen der vielen Sternsticker kleben oder noch einmal würfeln, um eine andere Übung zu ermitteln. Selbstverständlich können Sie, besonders wenn gegen Ende des Schuljahrs nicht mehr viele Übungen offen sind, auch einfach ohne weiteres Würfeln eine andere Übung auswählen.
- Sollten Sie beim ersten Wurf mit dem Kategoriewürfel die Buddy-Kategorie würfeln, bedeutet das, dass die Übung von einer Schülerin oder einem Schüler angeleitet wird. Diese können sich entweder melden oder von Ihnen ausgewählt werden. Danach würfeln Sie noch einmal, um die konkrete Übung zu ermitteln.
- **ACHTUNG!** Bei der Buddy-Kategorie kleben Sie zusätzlich zum Übungssticker einen Special-Sticker!

Tipps und Spielvarianten

Spielhäufigkeit: Wie oft Sie das Spiel spielen, hängt von Ihnen und der Begeisterung Ihrer Klasse ab. Damit Sie das Spielziel erreichen können, empfehlen wir, das Spiel zumindest zwei Mal in der Woche zu spielen. Haben Sie keine Angst, Super5 zu oft zu spielen! Denn für Übungen, die Sie bereits gemacht haben, gibt es jede Menge Zusatzsterne zu gewinnen. Zudem machen bekannte Übungen oft besonders viel Spaß.

Spielstart: Der Startzeitpunkt kann selbstständig gewählt werden. Da die Themen teilweise der Jahreszeit angepasst sind, ist es allerdings sinnvoll, sie im passenden Monat zu behandeln. Besonders zu Beginn der Geschichte, wenn es um Ängste im Zusammenhang mit dem Schulstart und die Möglichkeit, neue Freunde zu finden, geht, bietet es sich an, die passenden Übungen in den ersten beiden Schulwochen zu absolvieren.

Einsatz der Würfel: Besonders in der ersten Klasse können die mitgelieferten Schaumstoffwürfel auch dazu dienen, die Zahlen zu erlernen und einfache Rechnungen auszuführen. Wo Ballspielen erlaubt ist, eignen sich die Würfel auch als Spielbälle für die Pausen.

Spielvarianten: Das Super5-Spiel erlaubt viele Varianten. Das vorrangige Ziel ist und bleibt, mehr Bewegung ins Klassenzimmer zu bringen und die Sitzzeiten zu unterbrechen. Dieses Ziel ist wichtiger als alle anderen Dinge. Insofern können Sie sich von den vorgegebenen Regeln auch entfernen und das Spiel anders umsetzen, solange die Bewegung in Ihrer Klasse zunimmt. Beispielsweise sind folgende Varianten denkbar:

- Als Lehrkraft suchen Sie sich vorab eine Übung pro Kategorie aus, die Sie gerne machen wollen. Die Klasse würfelt nur mit dem Kategorie- und nicht mit den Zahlenwürfeln.
- Sie suchen je nach Bedarf und persönlichen Vorlieben Übungen aus, ohne die Würfel zu verwenden.
- Sie beziehen in die Wahl der Übungen die Kinder mit ein und lassen jedes Mal ein Kind eine Übung auswählen.
- Sie wählen allein oder mit der Klasse gemeinsam Übungen aus, die dann während einer Woche immer wieder durchgeführt und wiederholt werden. Das fördert die Intensität dieser Übungen und das gemeinsame Erfolgserlebnis.
- Sie verwenden am Anfang nur einen Zahlenwürfel, um die Übungen eins bis sechs durchzuspielen. Erst

später nehmen Sie den zweiten Würfel dazu.

- Für den Fall, dass Sie die Buddy-Kategorie würfeln, die Übung aber nicht eine Schülerin oder einen Schüler anleiten lassen wollen, können Sie auch noch einmal würfeln.
- Wenn Sie einen Joker würfeln, können Sie, statt sich sofort eine Übung auszusuchen, auch noch einmal würfeln.

ACHTUNG! Wenn Sie alternative Spielvarianten von Super5 spielen, vergessen Sie nicht, den Kindern die geltenden Regeln zu erklären. Das gilt besonders, wenn Sie im Laufe des Jahres die Regeln ändern. Zwar können Sie die Regeln sehr flexibel interpretieren, allerdings sollte das Spiel für die Kinder nicht zu sprunghaft und willkürlich wirken.

Tipps für die Buddy-Kategorie:

- Warten Sie mit der Buddy-Kategorie, bis die gesamte Klasse das Spiel kennt und versteht und bereits einige Übungen durchgeführt hat. Bis dahin können Sie die Buddy-Kategorie wie den Joker verwenden oder einfach noch einmal würfeln.
- Die Buddy-Kategorie kann auch als Hausaufgabe vorbereitet werden. Jedes Kind sucht sich dabei eine Übung aus und übt sie zu Hause, um sie dann in der Klasse vorzeigen zu können. Die Information dazu kann über das Mitteilungsheft oder beim Elternabend erfolgen.

- Folgende alternative Spielarten der Buddy-Kategorie sind möglich:
 - Ein bis zwei Tage pro Woche sind fixe Buddy-Tage.
 - Zwei Kinder zeigen die Buddy-Übung gemeinsam der Klasse vor.
 - Die Buddy-Übung wird dem oder der Banknachbar:in erklärt.

Zur Geschichte der Super5:

Das Mitmachheft führt in die Geschichte des Spiels Super5 ein. Das geschieht mit wenig Text und bunten Illustrationen. Im zweiten Teil dieses Hefts sind alle Geschichten kurz zusammengefasst. Die Themen, die im Mitmachheft bearbeitet werden, finden sich in der einen oder anderen Art auch in den Lehrbüchern. Sie können also das Mitmachheft dann zum Einsatz bringen, wenn es Parallelen zum aktuellen Lehrstoff gibt. So können sich Lehrstoff und Mitmachheft ergänzen.

Es liegt in Ihrem Ermessen, ob Sie die Kinder bitten, das Mitmachheft in der Schule zu behalten oder ob Sie es ihnen mit nach Hause geben. Bleiben die Mitmachhefte in der Schule, können sie für Anlässe dienen, wo Sie die Kinder für zehn Minuten frei arbeiten lassen wollen. Wie oben erwähnt, sind auch die interaktiven Übungen auf Lehrinhalte abgestimmt und können Ihren Unterricht ergänzen.

Genauso können Sie entscheiden, ob die Kinder immer nur die Übung der

Geschichte ausführen, die Sie gerade mit der Klasse behandeln, oder ob Sie es den Kindern überlassen, wie sie mit dem Mitmachheft arbeiten.

Generell sind Geschichten und Mitmachheft als Begleitung zu den Übungen gedacht, sie müssen aber nicht verwendet werden. Die Bewegungsübungen funktionieren auch ganz ohne Story.

Umfangreichere Versionen finden Sie hingegen im Vorlesebuch: Dort sind alle Geschichten zum Vorlesen für jeweils drei bis fünf Minuten aufbereitet.

Selbstverständlich können Sie das Gerüst der Super5-Geschichten auch als Basis für eigene kreative Geschichtserweiterungen verwenden.

Gewinnspiel

Klassen, die das Spielziel erreicht haben, können am bundesweiten Super5-Gewinnspiel teilnehmen und großartige Preise wie einen Bewegungsausflug (inklusive An- und Abreise sowie Verpflegung) für die ganze Klasse oder Bewegungsmaterial gewinnen. Die Preise werden rechtzeitig im Vorfeld auf www.super.at veröffentlicht.

Zu den Bewegungsübungen:

Die Bewegungsübungen sind so aufgebaut, dass sie gegebenenfalls noch einfacher oder schwieriger gemacht werden können. Wir unterstützen Sie gerne dabei, die Übungen entsprechend zu verändern.

Sollten Sie und Ihre Klasse die Übungen so begeistert ausführen, dass Sie vor Ablauf des Schuljahrs alle gemacht haben, wenden Sie sich bitte an den Schulverein [simplystrong](http://simplystrong.com) by UNIQA www.simplystrong.at. Pro Kategorie gibt es mehr als hundert Bewegungsübungen. Vertiefendes Material wird bei Bedarf gerne kostenlos zugeschickt.

Teilnahmevoraussetzung: Um am Gewinnspiel teilnehmen zu können, laden Sie bitte Fotos des Klassenkalenders mit allen geklebten Übungsstickern im **Super5-Dashboard** (www.super5.at/dashboard) bis Ende Juni hoch. Im Falle eines Gewinns kann der Preis im Laufe des nächsten Schuljahrs eingelöst werden.

Kostenlose Fortbildung

Obwohl Super5 einfach zu spielen ist, bieten wir Ihnen die Möglichkeit, an einer kostenlosen Lehrer:innenfortbildung teilzunehmen. Diese Fortbildungsworkshops dauern ca. zwei Schulstunden und finden entweder überregional digital oder physisch in den jeweiligen Landeshauptstädten statt. Die Anmeldung erfolgt über Ihr Super5-Dashboard online unter dem Punkt Fortbildung.

Inhalt der Lehrer:innenfortbildung:

- Einführung in das Programm
- weiterführende Tipps zur Umsetzung
- Austausch mit dem Super5-Team und UNIQA VitalCoaches
- Tipps und Tricks zur weiterführenden Anwendung der Bewegungsübungen von [simplystrong](http://simplystrong.com) by UNIQA im Unterricht



Das Super5-Dashboard

Auf www.super5.at finden Sie Ihren Login-Bereich mit Ihrem Super5-Dashboard. Das ist Ihre persönliche Projektseite, auf der Sie den Status Ihrer Klasse sehen. Auch die Teilnahme am Gewinnspiel sowie die Anmel-

dung oder Kündigung Ihrer sowie zusätzlicher Klassen Ihrer Schule erfolgt über das Super5-Dashboard. Zu den Lehrer:innenfortbildungen können Sie sich ebenfalls online über Ihr Super5-Dashboard anmelden.

Unsere Partner:innen

UGOTCHI – Punkten mit Klasse: UGOTCHI – Punkten mit Klasse ist ein ganzheitliches Gesundheitsprogramm der SPORTUNION, das jährlich über 60.000 Kinder im Alter von 6 bis 10 Jahren motiviert, aktiv zu sein und gesunde Gewohnheiten zu entwickeln. Bei UGOTCHI sammeln Kinder Punkte für Aktivitäten wie Bewegung in der Schule und gesunde Ernährung. Seit vielen Jahren ist der Schulverein simplystrong by UNIQA Partner von UGOTCHI und stellt seine Bewegungsübungen für das Programm zur Verfügung.

Mehr Informationen und Anmeldung für das kostenlose vierwöchige Programm auf www.ugotchi.at



IFTE: IFTE ist ein gemeinnütziger Bildungsverein, der Kinder und Jugendliche stärkt, damit sie mit eigenen Ideen zu Gestalter:innen der Zukunft werden. Für die Primarstufe gibt es das ganzheitliche Lernprogramm „Jedes Kind stärken“, das Schulen bei der Umsetzung des übergeordneten Themas „Entrepreneurship Education“ unterstützt und Übungen aus der positiven Psychologie beinhaltet. Die Arbeit mit dem Programm stärkt das Selbstwertgefühl der Kinder, fördert Teamarbeit, Kreativität und vernetztes Denken und unterstützt die empathische Kommunikation und den achtsamen Umgang mit sich selbst und anderen. Das Highlight des Programms sind die Jedes-Kind-stärken-Feste für alle teilnehmenden Volksschulen in den Bundesländern.

Mehr Informationen inklusive kostenfreier Downloads gibt es auf: www.jedeskindstärken.at



#Entrepreneurship4Youth

Tägliche Bewegungseinheit (TBE): Die TBE bringt mehr Sport und Bewegung in Kindergärten, Volksschulen und Schulen der Sekundarstufe I. Säule, in der ein Kulturwandel zu Bewegung und Sport angestrebt wird.

Kinder und Jugendliche im Alter von 2 bis 14 Jahren werden bewegungsaktiver und verbessern damit ihre Gesundheit. Die TBE wird in Form eines Drei-Säulen-Modells in Kooperation von Bildungs- und Sportministerium umgesetzt. Super5 unterstützt die TBE in der Umsetzung der ersten

Mehr Infos auf www.bewegungseinheit.gv.at

 **Tägliche Bewegungseinheit**
Offizieller Partner

Der Schulverein

Der Schulverein simplystrong by UNIQA besteht seit über 20 Jahren und wird seit seinen Anfängen von der UNIQA Privatstiftung finanziell unterstützt. Er hat es sich zum Ziel gesetzt, mehr Bewegung in die Schule zu bringen. Mithilfe von wissenschaftlich erprobten und einfachen Übungen, die leicht

in den Schulalltag integriert werden können, wurden in den letzten Jahren erstaunliche Erfolge erzielt. Die Programme des Schulvereins sind kostenlos und können von allen Schulen gebucht werden.

Mehr Infos auf www.simplystrong.at

Fragen, Feedback und Kontakt

Bei Fragen, Anliegen und besonders gerne für Feedback steht Ihnen unser Super5-Team gerne zur Verfügung:

Eva Britzmann
kontakt@super5.at
+43 664 783 168 76

Leonie Ferscha-Tokgöz
kontakt@super5.at
+43 664 783 190 79

Die Super5-Charaktere

Die Super5-Geschichte dreht sich um die kleine Mia, für die mit dem Schulstart ein neuer Lebensabschnitt beginnt. Am ersten Schultag lernt Mia ihre neuen Klassenkolleg:innen Emil, Ayla, Kiano und Felix und natürlich ihre Klassenlehrerin kennen. Ab da erleben die fünf Freunde gemeinsam spannende Abenteuer.

Mia

Mia ist ein aufgewecktes, neugieriges Mädchen, das eine große Leidenschaft für Tiere und Zeichnen hat. Sie liebt Schulausflüge und möchte später einmal Ärztin werden.



Ayla:

Ayla liebt es zu tanzen und kennt immer alle Lieder. Sie ist eine sehr gute Zuhörer:in und wird in der Klasse sehr geschätzt. Beim Tanzen singt sie gerne laut mit. Ayla möchte einmal wie ihre Mutter große Häuser und andere Gebäude entwerfen und bauen.

Für jeden Monat gibt es eine kleine Kurzgeschichte, die im Mitmachheft dargestellt und im Vorleseheft für Sie als Lehrkraft textlich beschrieben wird. Wenn Sie die Geschichten vertiefen wollen, finden Sie in der Box noch das Vorleseheft mit längeren Versionen.



Emil:

Emil ist ein entdeckungsfreudiger Junge, der bei seinen Freund:innen immer für Zusammenhalt sorgt. Er spielt gerne Fußball und ist im Sommer am liebsten draußen unterwegs. Emil möchte einmal Fußballspieler oder Feuerwehrmann werden wie sein Vater.



Kiano:

Kiano ist ein sehr lustiger schwarzer Junge, der immer alle zum Lachen bringt. Er kennt viele Witze und spielt gerne Spiele. Kiano liebt Technik und bastelt gerne zu Hause an seinem Computer herum.

Felix:

Felix ist sehr gerne in der Schule und liebt jede Form von Rätseln. Er kennt viele spannende Geschichten und erzählt sie gerne seinen Freund:innen. Er weiß zwar noch nicht, was er einmal werden möchte, aber es ist bestimmt etwas, bei dem er seinen Sinn fürs Schöne und Interessante ausleben kann.



Lehrerin:

Die Lehrerin ist jung, groß und blond. Sie trägt eine rote Brille, ist sehr verständnisvoll und liebenswert. Obwohl sie versucht, die Kinder nicht zu überfordern, erwartet sie viel von ihnen. Immer, wenn es möglich ist, geht sie mit ihnen hinaus in die Natur.

Die Geschichte

Einleitung – Mias großer Wunsch

Es ist ein strahlend schöner Morgen im Zirkus und der Clown Simplikus bereitet sich gerade eine Tasse Tee zu. Heute ist ein besonderer Tag, denn seine Freundin Mia, die er seit dem Kindergarten kennt, hat ihren ersten Schultag. Sie hat ihn gebeten, sie zu begleiten, und deshalb ist er bereits früh auf den Beinen.

Die Einleitungsgeschichte kann auch gut mit der Septembargeschichte kombiniert werden und dient als Auftakt für das Spiel.

September – der erste Schultag

In der Klasse hat Mia zuerst ein mulmiges Gefühl im Bauch – die Aufregung über die vielen neuen Gesichter ist groß. Simplikus und seine Freunde, die Mia durch die Zeit im Kindergarten begleitet haben, versuchen sie zu beruhigen. Trompetus beginnt, ein fröhliches Lied zu spielen. Sofort fangen die Kinder an zu klatschen, und bald darauf tanzen, lachen und spielen alle gemeinsam voll Freude.

Übung im Mitmachheft: Umrisse erkennen

Oktober – der Weg zur Schule

Die Kinder haben alle einen unter-

schiedlichen Schulweg und verwenden dabei verschiedene Transportmittel. Simplikus und Mia gehen zu Fuß und sehen eine Ampel und einen Spielplatz. Kiano fährt mit der Bahn und entdeckt vom Fenster aus einen lustigen Hund, der gerade spazieren geht. Emil fährt mit seiner Mutter im Lastenfahrrad und kommt am bunten Zirkuszelt und am Bahnübergang vorbei. Ayla fährt neben ihrem Vater auf dem Roller zur Schule. Die Lehrerin sitzt neben Felix im Bus. Die beiden fahren an der großen Feuerwehrentrale und am Eisstand vorbei.

Übung im Mitmachheft: Schwungübungen

November – es wird Herbst

Es ist ein sonniger Herbsttag und die Kinder sind im Schulgarten. Ayla, Mia und Kiano laufen ausgelassen über die Wiese. Emil sieht, wie Felix allein in einer Ecke steht und die bunten Blätter betrachtet. Emil kommt neugierig näher, um nachzusehen. Felix zeigt ihm ein leuchtend rotes Blatt, das er wunderschön findet, weil es so viele Farbtöne hat. Dann gehen die beiden gemeinsam los, um die schönsten Blätter zu sammeln. Bald kommen Mia, Kiano und Ayla dazu und helfen den beiden. Zusammen binden sie aus den Blättern und Herbstblumen einen

bunten Herbststrauß und bringen ihn in die Klasse. Die Lehrerin und alle anderen Kinder sind von den schönen Farben begeistert.

Übung im Mitmachheft: Blätter zählen

Dezember – Weihnachtszauber in der Schule

Langsam wird es kälter und die Winterzeit steht vor der Tür. In der Schule ist bereits alles weihnachtlich geschmückt. Nur ein Klassenzimmer wartet noch auf seinen festlichen Schmuck. Zirkulina und die Kinder machen sich sofort daran, die Klasse zu dekorieren.

Übung im Mitmachheft: Weihnachtsbaum schmücken

Jänner – Spaß mit Freunden im Schnee

An einem Wintertag treffen sich Mia, Emil, Felix, Kiano und Ayla nach der Schule, um gemeinsam rodeln zu gehen. Plötzlich entdecken sie Spuren im Schnee. Sie folgen ihnen und sehen nach einer Weile einen großen Schneemann, der ganz allein in der Landschaft steht. Er schaut ganz traurig drein. „Was ist los, lieber Schneemann?“, fragt Ayla. Der Schneemann bewegt sich ein wenig und sagt mit leiser Stimme: „Mir ist so langweilig. Hier ist niemand, mit dem ich spielen kann.“ „Wir werden mit dir spielen, Schneemann!“, ruft Ayla. Sie rollen Schneebälle, bauen eine Schneeburg und machen lustige Schneengel. Der Schneemann beginnt vor

lauter Freude unter seiner Karottennase zu lächeln.

Übung im Mitmachheft: zwei Übungen: Würfelübung und Links und rechts

Februar – Tiere sind Freunde

In der Schule herrscht große Aufregung. Eine kleine Katze hat sich in der Schule verirrt und versteckt. Kiano, Mia, Emil, Felix und Ayla hören davon und machen sich gemeinsam mit der Lehrerin auf die Suche nach der kleinen Katze. Felix schaut im Klassenraum nach. Mia und Ayla durchsuchen den Schulgarten. Emil sucht im Turnsaal der Schule. Zuerst finden sie Pfotenabdrücke und Katzenhaare und folgen diesen Spuren. Am Ende entdeckt Felix die Katze versteckt in einem Papierkorb. Nachdem sie die Katze gerettet haben, kommen alle wieder im Klassenzimmer zusammen. Dort erklärt ihnen die Lehrerin, wie sie die kleine Katze aufpäppeln können und wie wichtig es ist, sich immer gut um Tiere zu kümmern. Denn Tiere sind Freunde, die unsere Fürsorge und Aufmerksamkeit brauchen.

Übung im Mitmachheft: Tiernamen finden

März – der Beruf

Mias Vater ist Arzt und für Mia ein großes Vorbild. Auch sie möchte später einmal Ärztin werden und kranken Menschen helfen. In der Klasse sagt sie immer wieder: „Mein Papa ist der Beste, weil er andere Menschen

gesund macht! Ich werde auch einmal Ärztin.“ „Mein Papa ist Fußballtrainer in meinem Sportverein und löscht als Feuerwehrmann Brände. Ich will das auch werden!“, entgegnet Emil. Ayla ruft laut: „Meine Mama ist Technikerin und baut Häuser! Ich werde Technikerin und werde auch große Dinge bauen.“ „Mein Papa ist Tischler und baut Möbel!“, wirft Kiano ein. „Ich weiß gar nicht, was mein Papa in der Arbeit macht“, wundert sich Felix und alle Kinder lachen. „Ich habe keine Ahnung, was ich einmal werden soll“, seufzt er traurig. „Da habe ich eine Idee!“, ruft die Lehrerin, „wir laden alle eure Eltern in die Schule ein, damit sie euch von ihren Berufen erzählen. Ich bin sicher, dass ein Beruf dabei ist, der dich interessiert, Felix.“

Übung im Mitmachheft: Berufe finden durchs Labyrinth

.....

April – Frühlingsfest und Bienengarten

Es ist ein warmer Frühlingstag und die Kinder bereiten im Schulgarten ein Frühlingsfest vor. Voller Freude pflanzen sie Blumen, hängen Luftballons auf und legen einen Bienengarten an. Die Lehrerin erklärt ihnen, wie wichtig Bienen für die Natur sind. Mia und Kiano pflanzen bunte Blumen, Ayla führt einen fröhlichen Tanz vor, Felix und Emil hängen Ballons auf. Plötzlich entdeckt Ayla eine Biene, die in ein Wasserglas gefallen ist. Schnell retten die Kinder die Biene und sie fliegt davon. Zufrieden feiern die Kinder ihr gelungenes

Frühlingsfest, während sie summend durch den Garten laufen.

Übung im Mitmachheft: Ausmalbild

.....

Mai – Zeit für ein Eis

Nach der Schule geht die Lehrerin mit den Kindern Eis essen. Sie gehen zum Eisstand, wo es viele verschiedene Eis-sorten im Stanitzel oder Becher gibt. Am Eisstand stehen auch die Preise angeschrieben. Jedes Kind wählt seine liebste Eissorte aus. Felix nimmt eine große Kugel Schokoeis, Ayla entscheidet sich für Vanilleeis, Kiano nimmt Zitroneneis und Emil gönnt sich gleich drei Kugeln Erdbeereis. Während die Kinder ihr Eis essen, bemerkt Emil, wie ein älterer Mann seine Geldbörse verliert. Sofort hebt er die Börse auf und gibt sie dem Mann zurück. Dieser bedankt sich herzlich und gibt den Kindern als Finderlohn jeweils eine Münze, mit der sie sich noch ein Eis kaufen können.

Übung im Mitmachheft: Berechnung der Preise nach der Preisliste

.....

Juni – Schulschluss im Zirkus

Kurz vor den Sommerferien lädt Simplikus, der Clown, die Kinder zu einer Schulschlussfeier im Zirkus ein. Sie helfen bei den Vorbereitungen, lernen Zirkustricks und treten am Abend in einer großen Vorstellung auf. Begeistert verabschieden sie den Zirkus und starten mit großartigen Erinnerungen in die Ferien.



www.super5.at