

Geistig fit und gesund

Arbeitsmaterial



Posten 3 – Gedächtnis

Sozialform:	Partnerarbeit	
Postenzeit:	ca. 20 Minuten	
Material:	Notizmaterial	

Aufwärmen:



Sucht euch mindestens zwei Aufwärmübungen aus und führt diese gemeinsam durch.

Verschiedene Gegenstände werden von einem / einer Schüler:in in eine Reihe gelegt. Ein:e Schüler:in soll sich die Gegenstände und die korrekte Reihenfolge einprägen. Dafür stehen 30 Sekunden zur Verfügung.

Wer kann möglichst viele Gegenstände in der korrekten Reihenfolge notieren?

Tipp: Je mehr Gegenstände, desto schwieriger. Je ähnlicher die Gegenstände, desto schwieriger (z. B. Stifte in unterschiedlicher Farbe oder Länge).

Zusätzliche Erschwerung: Zwischen dem Betrachten der Gegenstände und dem Aufschreiben müssen noch einige kurze Kopfrechen-Aufgaben gelöst werden.

Begeht euch aus dem Klassenzimmer, bevor ihr die Übung in Angriff nehmt und die Beschreibung durchlest.

Versucht nun aus dem Gedächtnis zu notieren, welche Farbe die T-Shirts, Pullover und Oberteile aller Schüler:innen in der Klasse haben.

Wahlweise können auch die Schuhe, eventuell Mützen und Kappen im Winter oder die Jacken beschrieben werden.

Wer hat noch alle getragenen Kleidungsstücke im Kopf bzw. auf dem Papier?

Gebt euch gegenseitig eine Kategorie vor, in der abwechslungsweise aufgezählt werden soll (z. B. Kantone der Schweiz, Hauptstädte in Europa, Charaktere eurer Lieblingsserie usw.). Wer fliegt als erstes aus der Reihe oder nennt etwas bereits Aufgezähltes?

Geistig fit und gesund

Arbeitsmaterial



Übungen – Gedächtnis im Strassenverkehr

1) Wo lauern die Gefahren?

Erkundet zusammen eine bestimmte Strecke (z. B. vom Schulhaus zum Bahnhof) und wieder zurück ins Klassenzimmer.

Nach eurer Rückkehr besprecht ihr gemeinsam, wo gefährliche Stellen anzutreffen waren (z. B. Strassenübergänge ohne Fussgängerstreifen, unübersichtliche Stellen, enge Trottoirs usw.).

Zeichnet eure Erkenntnisse in eine Karte eurer Gemeinde ein.



Kostenlose Karten in hoher Auflösung findet ihr bspw. unter: <https://map.geo.admin.ch/>

2) Gedächtnis-Parcours

Gebt euch gegenseitig mündliche Anweisungen für einen Parcours durch das Schulhaus, über den Schulhausplatz oder ähnliches. Überlegt euch dabei auch, wo sich das Ziel befinden soll. Loslaufen dürft ihr erst, nachdem ihr sämtliche Richtungsangaben erhalten habt.



Wer kann sich an alle Anweisungen erinnern und landet am richtigen Zielort?

3) Schilder-Memory

Unternehmt noch einmal einen kleinen Spaziergang in der Umgebung des Schulhauses. Achtet dabei auf die Verkehrsschilder, die ihr unterwegs seht. Behaltet möglichst viele davon im Gedächtnis.

Zurück im Klassenzimmer könnt ihr diese in die Memorykarten auf der nächsten Seite notieren und einzeichnen.

Dabei gilt: eine Karte für das Symbol / das Schild und eine Karte für die korrekte Bezeichnung dafür.



Geistig fit und gesund

Arbeitsmaterial



Vorlage Memory-Karten
