



## ***Léieren a Beweegung doheem***

**Thema: Bewegtes Lernen**

**Zykel 2**

**Rechenlauf / Course aux nombres / Numbers run**

**Vill Spaass !!**

**Amuse-toi !!**

**Have fun !!**



1. Du stellst dich in die Mitte eines Raumes. Ein Mitglied deiner Familie ruft eine Rechnung, z.B. „ $10-5=?$ “. Du rechnest aus „ $=5$ “ und läufst dann 5 mal zur Tür und wieder zurück. Du kannst mit weiteren Rechnungen (+ oder -), angepasst an dein Können, üben!

Varianten:

- Du bekommst eine Rechnung gestellt, z.B.  $13-7=$  und musst jetzt 6 Sachen sammeln.
- Du bekommst eine Rechnung gestellt, z.B.  $10+4=$  und musst dich dann der Lösungszahl entsprechend auf den Boden setzen / auf den Bauch legen / in die Luft springen, ...
- Du stellst einem Mitglied deiner Familie eine Rechnung, das Resultat soll kleiner sein als 20!

2. Du hast Lust auf mehr, dann probiere diese Übung aus:

<https://www.youtube.com/watch?v=n1DIah7d0Zo>

1. Tu te situes au milieu d'une pièce. Un membre de ta famille appelle un calcul, p.ex. «  $10-5=?$  ». Tu calcules le résultat «  $=5$  » et tu cours autant de fois vers la porte. Essaie avec d'autres calculs (+ ou -), adaptés à tes capacités !

Variantes :

- Un membre de ta famille appelle un calcul, par ex.  $13-7=$  et tu vas chercher 6 choses.
- Tu dois t'asseoir sur le sol / t'allonger sur le ventre / sauter en l'air selon le résultat du calcul qui a été posé.
- Tu poses un calcul à un membre de ta famille, mais le résultat doit être inférieur à 20.

2. Si tu as envie de faire plus d'exercices, visite ce site:

<https://www.youtube.com/watch?v=n1DIah7d0Zo>

1. You stand in the middle of a room. A family member announces a calculation for example “ $10-5=?$ ”. You have to find the result “ $= 5$ ” and run 5 times to the door and back. Practice with other calculations (+ or -), adapted to your ability!

Variations:

- A family member calls to calculate, e.g.  $13-7=$  and you have to bring 6 things.
  - You sit on the floor / lie on your stomach / jump in the air, according to the result of the calculation.
  - You can tell a family member a calculation, but the result has to be less than 20.
2. You are in a good shape and want to do more, then try this:  
<https://www.youtube.com/watch?v=n1DIAh7d0Zo>

Pass auf, dass du dir nicht weh tust!

Attention à ne pas te blesser!

Be careful not to hurt yourself!



**Mitarbeit:**

- John Welter – Schoulmeeschter zu Réiser
- Arbeitsgruppe [clevermove.lu](http://clevermove.lu)