

MUUVIT GEMEINSAM ZU HAUSE



Muuvit!

WILLKOMMEN BEIM MUUVIT- ABENTEUER

In den nächsten Wochen gehen Sie mit Ihrer Klasse auf eine spannende virtuelle Lernreise, mit der Sie die Gesundheit der Kinder fördern und den Zusammenhalt in der Klasse stärken.

Viel Spaß dabei!



Diese Anleitung liefert Ihnen die wichtigsten Informationen für Ihre Reise.

INHALT

MUUVIT SCHNELLEINSTIEG	4
WAS IST MUUVIT?	6
WORAUS BESTEHT MUUVIT?	8
SO MACHEN WIR MUUVIT	11
INFOS, MATERIALIEN & KONTAKT	18
WIE GEHT'S WEITER?	19

Muuvit Schnelleinstieg

So funktioniert Muuvit gemeinsam zu Hause:

- Den Eltern z.B. per E-Mail die Elterninformationen, die Bewegungstabelle, die Landkarte und das Klassen-Passwort zusenden.
- Ein gemeinsames Reiseziel vorgeben oder z.B. per Doodle Umfrage ermitteln.
- Unter muuvit.com ins Online „Lehrerzimmer“ einloggen und dort unter „Reiseziele“ Startpunkt und erstes Reiseziel wählen.
- Durch Bewegung Punkte sammeln, diese täglich in der Bewegungstabelle eintragen und von den Eltern täglich oder wöchentlich, z.B. per E-Mail übermitteln lassen und zusammenrechnen.

2019

VORMITTAG

- Park-Spielplatz
- Fußball-Feld
- Sportplatz gelbes
- Sportplatz weißes
- Kleinsportanlagen
- Spielplätze

NACHMITTAG

- Sportplatz
- Sportplatz gelbes
- Sportplatz weißes
- Kleinsportanlagen

Wochen zusammenfassen

- Die Gesamtpunktzahl (täglich oder wöchentlich) im Lehrerzimmer unter „Punkte“ eintragen
- Sobald genügend Punkte eingegeben sind, das nächste Reiseziel per Klick im Muuvit-Klassenzimmer erkunden
- Weitere Reiseziele wählen und Punkte eingeben bis das vorgegebene oder selbstgesteckte Schlussziel erreicht ist
- Darüber austauschen, wie es sich anfühlt, sich regelmäßig (mehr) zu bewegen und wem was besonders viel Spaß macht! Jede Form der Bewegung zählt gleich viel!
- **Viel Spaß haben beim Bewegen und Vorwärtskommen!**



Was ist Muuvit?

Bewegen – Vorwärtskommen – Ziele erreichen:
Unter diesem Motto motiviert Muuvit Ihre SchülerInnen zu mehr Bewegung.

Bewegen

Bei Muuvit geht Ihre Klasse als Team auf eine virtuelle Reise. Um vorwärts zu kommen, sammeln die Kinder individuell und gemeinsam durch Bewegung in der Schule und in der Freizeit Bewegungspunkte. Alle Kinder können etwas beitragen, denn jede Form der Bewegung zählt gleich viel. Jedes Kind notiert seine Bewegungspunkte an bis zu 28 Tagen auf seiner Muuvit-Bewegungstabelle.



Vorwärts kommen

Wenn Sie die Punkte der Klasse im Muuvit Online „Lehrerzimmer“ eingeben, kommt das Klassen-Team auf seiner virtuellen Reise vorwärts. Das Reiseprinzip motiviert die Kinder zu mehr Bewegung!

Ziele erreichen

Ein Reiseziel lässt sich auf der Online-Landkarte im Muuvit „Klassenzimmer“ öffnen und im Unterricht oder zu Hause erkunden, sobald es „erreicht“ ist, d.h. sobald die jeweils nötige Punktzahl eingegeben wurde. Die Reiseziele enthalten Rätsel, Infos und Aufgaben rund um das Reiseziel und zu Gesundheitsthemen.



Woraus besteht Muuvit?

Muuvit besteht aus Druckmaterialien und einem Online-Bereich.

Druckmaterialien

Neben dieser Anleitung finden Sie im Muuvit-Lehrerzimmer Landkarten, eine Bewegungstabelle und eine Elterninformation im PDF Format.

Abenteuer-Landkarte

Auf der Abenteuer-Landkarte orientieren die Kinder sich und markieren, wie weit sie auf ihrer Reise schon gekommen sind.

Bewegungstabelle

Die Bewegungstabelle macht den SchülerInnen bewusst, wie viel sie sich täglich bewegen. Die Kinder tragen täglich ihre Bewegungseinheiten in ihre Tabelle ein. Das Bewegungsziel liegt bei mindestens 90 Minuten Bewegung pro Kind pro Tag. Genauere Informationen finden Sie direkt auf den Bewegungstabellen.

Elterninformation

Durch die Elterninformation werden auch die Eltern einbezogen

Online-Bereich

Online besteht Muuvit aus einem „Lehrerzimmer“ und einem „Klassenzimmer“.

Lehrerzimmer

Ins Lehrerzimmer gelangen Sie mit Ihrer E-Mail-Adresse und Ihrem selbst gewählten Passwort. Im Lehrerzimmer wählen Sie den Startpunkt und die Reiseziele und geben die Bewegungspunkte Ihrer Klasse ein. Außerdem können Sie Nachrichten an Ihre Klasse schicken und die Postkarten Ihrer Klasse freigeben. Unter „Benutzerkonto“ verwalten Sie bei Bedarf Ihre eigenen Daten und die Ihrer Klasse oder melden zusätzliche Klassen an.



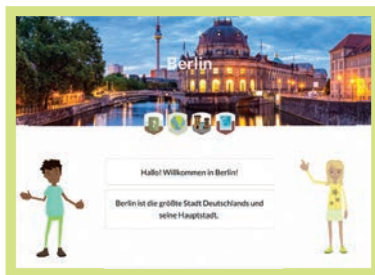
Woraus besteht Muuvit?

Als Lehrkraft können Sie, sobald ihr Abenteuer freigeschaltet wurde, jederzeit alle Reiseziele zur Ansicht öffnen, auch die, die die Klasse noch nicht erreicht hat. Sie können auch jederzeit zwischen dem Lehrerzimmer und dem Klassenzimmer hin und her navigieren.

Klassenzimmer

Im Klassenzimmer verfolgen die Kinder (und ihre Eltern), wie weit die Klasse schon gekommen ist, entdecken die Reiseziele, die die Klasse schon erreicht hat und können Postkarten versenden.

Die Kinder können nicht ins Lehrerzimmer navigieren.



So machen wir Muuvit

Vorbereitung

Ziel von Muuvit ist es, durch Bewegung gemeinsam ein bestimmtes Ziel zu erreichen.

Wählen Sie mit Ihrer Klasse aus, wo die Klasse die Reise starten möchte und wo es hingehen soll. Sie können die Reise überall starten, falls kein fester Startpunkt auf der Landkarte angegeben ist. Die Reisepläne können im Verlauf des Abenteuers geändert werden. Es motiviert die Klasse aber, von Anfang an ein Ziel zu haben!

Senden Sie allen Eltern z.B. per Email die Elterninformation, eine Bewegungstabelle und das Klassen-Passwort. Das Klassen-Passwort finden Sie auf der Startseite des Online-Lehrerzimmers.

So machen wir Muuvit

Vorbereitung

Das Online-Abenteuer steht Ihnen nach der Freischaltung durch Muuvit, spätestens ab dem gewählten Starttermin drei Monate lang offen. Innerhalb dieses 3-Monats-Zeitraums können Sie mit Ihrer Klasse jederzeit starten, auch nach dem bei der Anmeldung gewählten Starttermin. Auch Unterbrechungen der Reise und eine spätere Weiterreise während der drei Monate sind möglich.

Wann und an wie vielen Tagen Sie mit Ihrer Klasse Punkte sammeln möchten, entscheiden Sie selbst!



Auf Muuvit Reise

Startpunkt auswählen

Loggen Sie sich unter www.muuvit.com mit Ihrer E-Mail-Adresse und Ihrem Passwort ins Lehrerzimmer ein. Ihr persönliches Passwort ist nicht zur Weitergabe an die Klasse bestimmt.

Klicken Sie im Muuvit Lehrerzimmer unter „Reiseziele“ den gewünschten Startpunkt an und dann auf „Als Startpunkt wählen“.

Reiseroute auswählen

Unter „Reiseziele“ wählen Sie die nächsten Ziele aus. Fehler bei der Auswahl des Reiseziels? Löschen Sie einfach die eingetragenen Punkte, tragen Sie sie erneut ein und wählen Sie einen neuen Zielort aus.

Wie viele Punkte die Klasse jeweils sammeln muss, um zum nächsten Reiseziel zu gelangen, sehen Sie, wenn Sie unter „Reiseziele“ von der Landkartenansicht auf die Listenansicht umschalten.

So machen wir Muuvit

Bewegungspunkte sammeln und eintragen

Die Kinder tragen ihre Bewegungseinheiten täglich in ihre Bewegungstabellen ein. Jüngere Kinder benötigen beim Ausfüllen vielleicht noch die Hilfe von Eltern oder älteren Geschwistern. Ermutigen Sie die Kinder, sich helfen zu lassen.

Rechnen Sie die von den Eltern z.B. per E-Mail übermittelten Bewegungspunkte täglich oder wöchentlich zusammen und tragen Sie sie im Online Lehrerzimmer unter „Punkte“ ein. Fehler beim Eintragen von Punkten? Korrigieren Sie einfach die Angaben.

Die Kinder sollen Spaß an der Bewegung haben und erfahren, dass sie sich selbst damit etwas Gutes tun. Motivieren Sie die Kinder während der Muuvit-Reise deshalb auch darüber zu sprechen, welche Art von Bewegung ihnen am meisten gefällt. Bewegungsarme Kinder sollten schrittweise und durch positive Verstärkung an das Bewegungsziel herangeführt werden.

Ziele erreichen

Ein Reiseziel lässt sich auf der Online-Landkarte im Muuvit „Klassenzimmer“ öffnen und erkunden, sobald es „erreicht“ ist, d.h. sobald die jeweils nötige Punktzahl eingegeben wurde. Auf ihrer gedruckten Landkarte können die Kinder das Reiseziel farblich markieren, wenn sie es erreicht haben.

Die Klasse motivieren

Möchten Sie Ihre Klasse während der Reise loben oder motivieren? Dann geben Sie einfach im Lehrerzimmer unter „Gruß“ eine Nachricht an Ihre Klasse ein. Die Nachricht wird vom Muuvit-Vogel, der durch das „Klassenzimmer“ fliegt, angezeigt. Die Nachricht kann beliebig oft geändert werden.



So machen wir Muuvit

Aufgaben und Pinnwand

An manchen Reisezielen warten Aufgaben auf die Klasse, deren Ergebnisse Sie beim entsprechenden Reiseziel im Lehrerzimmer in Form eines Bildes oder PDFs hochladen können. Die hochgeladenen Inhalte sind dann für alle Muuvit-Klassen sichtbar. Alle selbst hochgeladenen Inhalte sind auch im Klassenzimmer sichtbar.

Postkarten versenden

Die Kinder können von der „Post“ der Reiseziele aus auch Postkarten an die eigene Klasse oder an andere Muuvit-Klassen senden. Die Postkarten werden erst verschickt, nachdem Sie sie im Muuvit-Lehrerzimmer freigegeben haben.

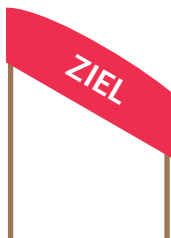


Am Ziel

Als Anerkennung für Ihre Schülerinnen und Schüler steht Ihnen bei den Lehrmaterialien im Lehrerzimmer eine Muuvit-Urkunde zum Ausdruck zur Verfügung, die Sie bei Ankunft am Ziel der Reise verteilen können.

Die Reiseziele bleiben bis drei Monate nach dem Startdatum für Sie und Ihre Klasse zugänglich.

Sie können sich auch nach Beendigung der Muuvit-Reise jederzeit mit Ihren Zugangsdaten ins Lehrerzimmer einloggen und erneut eine Klasse anmelden.



Infos, Materialien & Kontakt

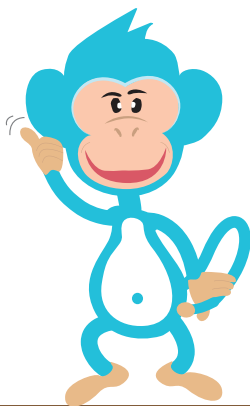
Infos und Materialien

Unter „Infos & Materialien“ finden Sie im Lehrerzimmer nochmals eine ausführliche Anleitung sowie zusätzliche Muuvit-Materialien. Häufige Fragen werden auf der Muuvit Homepage beantwortet.

Muuvit Kontakt

Helpdesk während des Abenteuers:
aok-rh@muuvit.com

Wir wünschen Ihnen
und Ihrer Klasse viel Spaß
beim Muuvit-Abenteuer!



Wie geht´s weiter?

Wie geht die Reise zu mehr Gesundheit weiter?

Das Programm *Gesund macht Schule* der AOK Rheinland/Hamburg und der Ärztekammer Nordrhein begleitet Sie und Ihre Schule/OGS auch längerfristig kostenfrei auf Ihrem Weg zu mehr Gesundheitsförderung im Schulalltag!

Nach dem Baukastenprinzip stehen für Sie lehrplankonforme Unterrichtsmaterialien zu den Themen Essen und Ernährung, Bewegung und Entspannung, menschlicher Körper/beim Arzt, Sexualerziehung und Ich-Stärkung/Suchtprävention zur Verfügung.

Zusätzlich unterstützt Sie auf Ihren Wunsch ein Patenarzt/eine Patenärztin zu Gesundheitsthemen im Unterricht oder in der Elternarbeit.

Mehr Informationen finden Sie unter www.gesundmachtschule.de





Muuwit!

Ein Angebot der

AOK
Die Gesundheitskasse.

Gesund

lernen.