



OSTALBKREIS

# MAX BESSER



**PRÄVENTION UND SOZIALES LERNEN**

PRAXISBUCH FÜR DIE GRUNDSCHULE





OSTALBKREIS

**MAX BESSER**

**PRÄVENTION UND SOZIALES LERNEN**

PRAXISBUCH FÜR DIE GRUNDSCHULE

### **Herausgeber**

Landratsamt Ostalbkreis  
Koordinationsstelle Prävention  
Stuttgarter Str. 41  
73430 Aalen  
Telefon 07361 503-1573  
praevention@ostalbkreis.de

### **Bilder und Zeichnungen**

Hans-Jürgen Hinnecke

### **Druck und Herstellung**

Landratsamt Ostalbkreis

### **Layout und Gestaltung**

Sabine Bäuerle  
Franziska Schiele

### **Autoren**

Andreas Schumschal  
*Landratsamt Ostalbkreis Koordinationsstelle Prävention*

Dieter Hahn  
*Regierungspräsidium Stuttgart, Präventionsbeauftragter*

Monika Bausback  
*Grundschullehrerin*

Claudia Morcher  
*Schulsozialarbeiterin*

Martina Wächter  
*Schulsozialarbeiterin*

Tatjana Engel  
*Schulsozialarbeiterin*

### **Pädagogische Beratung**

Dominik Moutty  
*Erzbischöfliches Berufskolleg Köln*

**3. Auflage**

März 2021

# INHALT

GRUSSWORT .....	5
VORWORT .....	6
ZUM GEBRAUCH DES PRAXISBUCHES .....	10
REFLEXIONSFRAGEN .....	11

## EINSTIEG

Max stellt sich vor .....	Klasse 1/2, 45 Min .....	12
Max und Maxi kommen wieder .....	Klasse 3/4, 45 Min .....	20

## SELBSTWERTGEFÜHL

Spiegelstunde .....	Klasse 1/2, 45 Min .....	28
Ich zaubere ein Lächeln auf dein Gesicht .....	Klasse 1/2, 45 Min .....	32
Klassensonne .....	Klasse 1/2, 45 Min .....	38
Ich bin toll! .....	Klasse 3/4, 45 Min .....	42

## GEFÜHLE

Gefühle .....	46	
Das mag ich – das mag ich nicht .....	Klasse 1/2, 45 Min .....	47
Gefühlswürfel .....	Klasse 1/2, 45 Min .....	52
Alle Gefühle sind okay .....	Klasse 1/2, 45 Min .....	56
Gefühle im Tagesablauf .....	Klasse 3/4, 90 Min .....	60
Deine Stimmung ist unten – was nun? .....	Klasse 1/2, 45 Min .....	66
Traurigkeit braucht ihren Platz .....	Klasse 3/4, 45 Min .....	72
Maxis Wut .....	Klasse 1/2, 45 Min .....	78
Wut – ein problematisches Gefühl .....	Klasse 3/4, 90 Min .....	82
Angst .....	Klasse 3/4, 90 Min .....	90
Freude .....	Klasse 3/4, 90 Min .....	96

## SPRACHE

Insel der bösen Worte .....	Klasse 1/2, 45 Min .....	100
Zuhören ist eine Kunst .....	Klasse 1/2, 45 Min .....	106
Zuhören ist eine Kunst – Vertiefung .....	Klasse 3/4, 45 Min .....	110
Wohlfühl- und Unwohlfühlsätze .....	Klasse 1/2, 45 Min .....	114
Wohlfühlsätze – Ich-Botschaften .....	Klasse 3/4, 90 Min .....	120

## MEDIEN

Medien .....	136	
Maxis Langeweile .....	Klasse 1/2, 45 Min .....	136
Umgang mit dem Smartphone .....	Klasse 3/4, 90 Min .....	141

## REGELN

Regeln .....	148
Zielbilder (Bilderkarten) .....	Klasse 1– 4, 45 Min ..... 148
Regelbarometer .....	Klasse 1– 4, 45 Min ..... 150
Klärungskreis .....	Klasse 1– 4, 45 Min ..... 152
Du kannst .....	Klasse 1/ 2, 45 Min ..... 156
Spaß oder Ernst .....	Klasse 1/ 2, 45 Min ..... 160
Eigene Gewalterfahrungen .....	Klasse 1/ 2, 45 Min ..... 166
Klassenrat .....	Klasse 3/ 4, 45 Min ..... 170

## TEAMENTWICKLUNG

Sozialstunde – Spiele/Übungen .....	Klasse 1– 4, variabel ..... 174
Sozialstunde – Abenteuerlicher Klassenausflug .....	Klasse 1/ 2, 45 Min ..... 182
Sozialstunde – Max und Maxi in der Turnhalle .....	Klasse 1/ 2, 45 Min ..... 184
Sozialstunde – Maxi auf dem Bauernhof .....	Klasse 1/ 2, 45 Min ..... 186

## VERSCHIEDENE KULTUREN

Vorurteile .....	Klasse 1/ 2, 45 Min ..... 188
Interkulturelle Kompetenzen .....	Klasse 3/ 4, 45 Min ..... 190
Vertiefung Interkulturelle Kompetenzen Spiele aus verschiedenen Ländern .....	Klasse 1– 4, variabel ..... 196

## ZIVILCOURAGE

Rollenspiel I .....	Klasse 1/ 2, 45 Min ..... 204
Rollenspiel II .....	Klasse 1/ 2, 45 Min ..... 206

## ABSCHLUSS

„Reifeprüfung“ und Abschied von Max .....	Klasse 1/ 2, 45 Min ..... 210
Abschied von Max .....	Klasse 3/ 4, 45 Min ..... 217

## MOBILES PRÄVENTIONSTHEATER

„MAX UND MAXI – MITEINANDER STARK SEIN“ .....	219
---	-----

DANKSAGUNG .....	220
------------------	-----



# GRUSSWORT

*Kinder lernen schneller und leichter als Erwachsene. Für uns Grund genug, sie frühestmöglich mit Prävention vertraut zu machen. Unser Präventionsprogramm „Max Besser“ bietet einen altersgerechten und aufschließenden Zugang für dieses Vorhaben.*

*Mit „Max Besser“ wollen wir Anregungen und konkrete Hilfen für die Präventionsarbeit an die Schulen geben. Mit diesem Programm sollen Lehrerinnen und Lehrer sowie interessierte Eltern begleitet und unterstützt werden. Mit Hilfe des vorliegenden Praxisbuches soll die Umsetzung möglichst einfach gemacht werden.*



*Im Ostalbkreis wird der Prävention seit vielen Jahren große Bedeutung zugemessen. In diesem Bemühen wollen wir nicht nachlassen. Deshalb wird das Programm „Max Besser“ immer wieder aktualisiert; das Ergebnis unserer aktuellen Neugestaltung halten Sie in Händen. „Max Besser“ greift neben bewährten Ansätzen neue Themen wie Medienkompetenz und kulturelle Vielfalt in einer ansprechenden Art und Weise auf, sodass auch Kinder die Möglichkeit haben, wichtige Impulse mitzunehmen.*

*Unser Landkreis verfügt jetzt mit „Max Besser (Kindertageseinrichtung)“ und „Max Besser (Grundschule)“ über ein von der Kindertageseinrichtung bis zur Grundschulklasse 4 reichendes durchgängiges Präventionskonzept, auf das wir stolz sind. Dieses schlüssige Konzept wäre ohne das große und beispielhafte Engagement vieler professioneller und ehrenamtlicher Akteure nicht möglich. Ich danke deshalb allen an „Max Besser“ Beteiligten sehr herzlich.*

*Ich wünsche dem Programm an den Schulen eine große Resonanz und eine nachhaltige Wirkung für die Zukunft sowie allen Verantwortlichen an den Schulen viel Freude bei der Umsetzung.*



Dr. Joachim Bläse  
Landrat

# VORWORT

In unserem Landkreis beschäftigt man sich seit jeher intensiv mit dem Thema Prävention. Bereits bestehende effiziente Netzwerke und gute Unterstützungsstrukturen haben es möglich gemacht, das Präventionsprogramm „Max Besser“ neu zu überarbeiten. Das Präventionsprogramm wurde teils grafisch, teils inhaltlich unter Bewahrung erfolgreicher Ansätze neu gestaltet und mit wichtigen Bausteinen wie Medienkompetenz und Interkulturalität ergänzt. Der erste erlangt desto mehr Bedeutung, je mehr sich die digitale Realität neben der analogen Realität durchsetzt; der zweite ist ein wichtiges Thema nicht nur in der Grundschule, sondern in der gesamten Gesellschaft. Hier soll den Schulen eine wichtige Hilfestellung geboten werden.

Zusammen mit dem Band „Max Besser für Kindertageseinrichtungen“ ist uns ein durchgängiges Konzept gelungen, das die Gestaltung des Übergangs von der Kindertageseinrichtung in die Grundschule unterstützt und in der Präventionsarbeit kontinuierliches Arbeiten bis zum Ende der Primarstufe ermöglicht. Mit dem vorliegenden Band „Max Besser für die Grundschule“ sollen die Impulse zur Entwicklung von Resilienz aus der Kindertagesstätte aufgegriffen und in der Grundschule fortgesetzt werden. Dazu kann das Programm von den Lehrern und Lehrerinnen nach eigener Einteilung von Klasse 1 bis Klasse 4 durchgeführt werden.

Mit „Max Besser“ kann das soziale Klima an der Schule stabilisiert und verbessert werden. Die Schülerinnen und Schüler lernen sehr früh, ihre Wünsche zu artikulieren und Konflikte auf einem demokratischen Weg zu lösen.

Damit ist es gelungen, ein Präventionsprogramm zu entwickeln, das sehr früh ansetzt und Wege zu einer guten sozialen Entwicklung bei Kindern aufzeigt.

Im neuen Bildungsplan nimmt „Prävention und Gesundheitsförderung“ als eine von sechs sogenannten Leitperspektiven einen sehr wichtigen Platz ein. Das Programm „Max Besser“ setzt konsequent an den Lebenskompetenzen („life skills“) an und erfüllt damit die Anforderungen an zeitgemäße Präventionsarbeit. Außerdem ist es in der Region Ostalb gut eingeführt, und flankierend zum Programm gibt es das Theaterstück „Max und Maxi – miteinander stark sein“, welches eine Implementierung an der Schule zusätzlich erleichtert.

Wir hoffen, dass „Max Besser“ allen an der schulischen Erziehung Beteiligten, also auch den Eltern, wertvolle Impulse und Anregungen gibt, die sie in ihrer pädagogischen Arbeit fruchtbar umsetzen können.

## Ziel des Programms

Das Programm „Max Besser“ soll die soziale Kompetenz bei Grundschulkindern fördern und dadurch gewaltpräventiv wirken. Im Einzelnen sollen die Bereiche „Selbstwertgefühl“ und „differenzierte Wahrnehmung“ und „Sprache“ gefördert werden, ferner das Erkennen und Ausdrücken von Gefühlen, zudem sollen Selbstregulation sowie Zivilcourage und Empathiefähigkeit gestärkt werden.

## Zielgruppe

Das Programm ist für Grundschul Kinder ungefähr im Alter von 6 bis 10 Jahren gemacht und kann von allen pädagogischen Fachkräften durchgeführt werden.

## Leitlinien von „Max Besser für die Grundschule“

Die folgenden Punkte sind zentral für das Programm und sie decken sich mit den theoretischen Anforderungen an gelingende Präventionsarbeit, wie sie an den Schulen schon seit Jahren gefordert werden. Die Passung zu den zentralen Handlungsfeldern der Leitperspektive „Prävention und Gesundheitsförderung“ wird im Folgenden durch das in Klammern angegebene Handlungsfeld deutlich gemacht.

Im Vordergrund steht der Aspekt „Werteerziehung“ (wertschätzend kommunizieren und handeln). Soziales Lernen soll handlungsorientiert sein und so zu wichtigen Lernprozessen zum Beispiel in den Bereichen Teambildung (Kontakte und Beziehungen aufbauen und halten) und Zielorientierung (ressourcenorientiert denken und Probleme lösen; lösungsorientiert Konflikte und Stress bewältigen) führen und einladen.

Mit „Max Besser für die Grundschule“ und dem Konzept „Max Besser für Kindertageseinrichtungen“ ist es uns gelungen, ein gemeinsames Programm aus einem Guss zu schaffen (Übergänge gestalten), das für Vernetzung, gleichzeitig aber für Modularität steht.

Auf der „methodischen“ Seite steht Max Besser neben fertigen Stundenentwürfen (Erleichterung für die Lehrkraft) für Kontinuität (das Programm kann die Kinder ständig begleiten), Flächendeckung (alle Kinder können in den Genuss des Programms kommen), Vollständigkeit (das gesamte Programm deckt alle relevanten Inhalte ab) und curriculare Verankerung, damit sind alle vom baden-württembergischen Präventionskonzept **stark.stärker.WIR** geforderten Eigenschaften erfüllt. Die vermittelten Inhalte setzen am Alltag der Kinder an und finden wiederum Anwendung in demselben (Lebensweltorientierung).

## Inhaltlich vermittelt das Programm

- wertschätzend miteinander umzugehen, maßvolle Kontrolle der eigenen Affekte (Hier soll besonders auf die Vorbildfunktion der pädagogischen Fachkräfte hingewiesen werden)
- die Hoffnung auf Versöhnung bei nicht immer vermeidbaren Konflikten (Streitschlichtung, institutionalisiert oder nicht; Förderung des gegenseitigen Respekts, Selbstregulation)
- Entwicklung und Stärkung von Selbstwertgefühl, Selbstannahme
- Offenheit füreinander, sowohl für den/die Einzelne/n als auch für andere Kulturen
- vertrauensvollen Umgang miteinander
- die möglichst freie Entfaltung der Kinder mit ihren eigenen Wünschen, Vorstellungen und Gefühlen und dabei gleichzeitig die Wahrung berechtigter Grenzen der Anderen

## Das Projekt gliedert sich in folgende Bausteine



### EINSTIEG

Die Schülerinnen und Schüler werden in das Projekt eingeführt und lernen die Identifikationsfiguren kennen. Im Falle einer Wiederaufnahme wird Kontinuität hergestellt, ein eventueller Übergang geglättet.



### SELBSTWERTGEFÜHL

Das Selbstwertgefühl der Schülerinnen und Schüler sowie ihre Fähigkeit zur Selbstannahme werden vertieft. Die daraus resultierende Selbstsicherheit stärkt ihre personalen und sozialen Kompetenzen.



### GEFÜHLE

Die Schülerinnen und Schüler lernen Gefühle bei sich selbst wahrzunehmen und bei anderen zu erkennen. Sie erkennen die prinzipielle Zulässigkeit auch negativer Gefühle und zugleich (im Sinne der Selbstregulation) einen angemessenen Umgang damit.



### SPRACHE

Die Schülerinnen und Schüler verstehen Sprache als adäquates Mittel um ihre Bedürfnisse auszudrücken. Gleichzeitig erfahren sie in einem ersten Einblick in den Handlungscharakter von Sprache die destruktive Qualität mancher sprachlichen Äußerungen und über deren Vermeidung.



### **MEDIEN**

Die Schülerinnen und Schüler erhalten eine Orientierung über in ihrer Lebenswelt vorhandene Medien, dabei stehen erste einfache Gestaltungsmöglichkeiten und in einem altersangemessenen Rahmen ein verantwortungsvoller Umgang im Mittelpunkt.



### **REGELN**

Die Schülerinnen und Schüler begreifen Regeln gleichzeitig als Notwendigkeit und Verhaltenshilfen und lernen, sich – trotz Rückschlägen – immer besser an diese zu halten.



### **TEAMENTWICKLUNG**

In altersgerechten Team-Building-Ansätzen erweitern die Schülerinnen und Schüler ihre Erfahrungen in Teamarbeit und erleben das Partizipieren an der Klassengemeinschaft als erfüllend.



### **VERSCHIEDENE KULTUREN**

Das Kennenlernen kultureller Verschiedenheit schärft den Blick für das Eigene und leitet zu einer Toleranz an.



### **ZIVILCOURAGE**

Ausgehend von den erworbenen Fähigkeiten können die Schülerinnen und Schüler für ihre eigenen Wünsche und Bedürfnisse eintreten und sich schützend oder unterstützend für andere einsetzen.



### **ABSCHLUSS**

Die Schülerinnen und Schüler erhalten nochmals eine Übersicht über das Gelernte und die Zuversicht, jeden Tag aufs Neue das in der Praxis umsetzen zu dürfen.

# ZUM GEBRAUCH DES PRAXISBUCHES

1. Dieses Buch ist modular aufgebaut. Nur die Einheit „Einstieg“ sollte den anderen vorausgesetzt werden. Die Module können in ihrer Gesamtheit eingesetzt werden oder man kann sie teilweise verwenden und evtl. zwischen ihnen hin- und herwechseln, je nach den Bedürfnissen der jeweiligen Klasse.
2. Innerhalb einer Einheit ist es durchaus so, dass manche Stunden auf den vorangegangenen Stunden aufbauen oder nach ihnen zumindest besser funktionieren. Eine strenge Einteilung in Klasse 1+2 vs. Klasse 3+4 haben wir nicht vorgenommen, weil die Praxis gezeigt hat, dass eine solche Einteilung immer wieder mit den konkreten Erfordernissen, die aus der individuellen Entwicklung der Klasse resultieren, kollidiert. Durchaus gibt es Empfehlungen dafür, da das Projekt auf die 4 Grundschuljahre ausgelegt ist und es so einen 2. Durchlauf ermöglicht.
3. Werden alle Module durchgeführt, können Sie sicher sein, ein umfassendes Programm zur Grundprävention und zur Gewaltprävention durchgeführt zu haben.
4. Für jede Max-Besser-(Doppel)-Stunde gibt es zunächst den Stundenablauf, der cum grano salis so aufgebaut ist wie ein klassischer Stundenentwurf. Ihm entnehmen Sie die benötigte Zeit (was selbstverständlich nur einen Richtwert darstellen kann und in der Praxis immer wieder unter- oder überschritten werden muss) für die Stunde, einen groben Überblick über den Ablauf mit Erklärungen sowie eine Auflistung der benötigten Materialien. Die Materialien, die sich im Heft befinden, finden Sie in der Regel direkt nach diesem Stundenablauf.
5. Selbstverständlich dürfen Sie und Ihre Kolleginnen und Kollegen diese Materialien zur Benutzung in Ihrer Klasse kopieren. Vor der Weitergabe an Dritte, insbesondere im Rahmen einer Publikation, ist das Einverständnis des LRA Aalen einzuholen; wenden Sie sich in Zweifelsfällen an Herrn Schumschal.

*Wir wünschen Ihnen viele erfolgreiche und vergnügliche Max-Besser-Stunden!*

# REFLEXIONSFRAGEN ZU DEN EINZELNEN KAPITELN

Das Ziel des Praxisbuches „Max Besser – Prävention und soziales Lernen“ ist nicht nur die Durchführung der einzelnen Trainingseinheiten, sondern impliziert eine nachhaltige Veränderung im Verhalten und der Einstellung der Zielgruppe sowie des Lehrpersonals.

Nehmen Sie sich, wenn Sie mögen, nach der Durchführung jedes Kapitels 10 – 15 Minuten Zeit und reflektieren Sie die Durchführung mit Hilfe der Reflexionsfragen. Zur besseren Dokumentation bietet es sich an, diese Fragen für alle Kapitel in einem Dokument (digital oder analog als Portfolio) zu archivieren.

Fragen am Ende jedes Kapitels:

## **Wir als Klasse**

*Welche Veränderungen kann ich nach der Durchführung des Trainings in meiner Klasse beobachten?*

(z.B. die Klasse ist ruhiger geworden oder einzelne Schülerinnen und Schüler behandeln sich wertschätzender etc.)

## **Die Kinder als individuelle Persönlichkeit**

*Wenn ich an einzelne Kinder meiner Klasse denke....*

- *Welches Kind hat aus meiner Sicht am meisten vom Training profitiert und woran kann ich das erkennen?*
- *Welches Kind braucht aus meiner Sicht noch Unterstützung beim Ausbilden eines angemessenen Selbstwertgefühls und woran kann ich das erkennen?\**
- *Was muss ich für dieses Kind (bis zum Ende des Schuljahres) tun, damit es ebenfalls ein angemessenes Selbstwertgefühl entwickelt?\**

## **Ich als Projektleitung**

*Wenn ich an mich und meine Rolle als Lehrkraft denke...*

- *Was ist mir bei der Durchführung dieses Kapitels besonders gut gelungen und woran mache ich das fest?*
- *Was kann ich bei der Durchführung des nächsten Kapitels anders machen?*

\* Wird ersetzt durch das jeweilige Lernziel der Kapitel (z.B. Umgang mit und Ausdruck von Gefühlen, Umgang mit Medien, Umgang mit sozialen Regeln, angemessene gewaltfreie Kommunikation etc.)



## EINSTIEG

## MAX STELLT SICH VOR

Klasse 1/2  
45 Min

Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie
<p>Max kennenlernen Die Bedeutung einer positiven Begrüßung erkennen Regel Einführung SAGEN STATT SCHLAGEN Begrüßungs- und Abschiedsrituale mit positiver Berührung einführen</p>	<p>Regel: SAGEN STATT SCHLAGEN! Ich grüße freundlich</p>	<p>Für Begrüßung und Abschied Rituale schaffen und pflegen.</p>	<p>Bewusstes Begrüßen und Verabschieden.</p>

Überblick	Erläuterungen	Material
Vorbereitung	<p>Die Projektleitung besorgt für jedes Kind ein Max-Besser-Heft. Sie besorgt bzw. fertigt MAX und MAXI als Handpuppen. Sie fertigt das Regelmobile (Vorlagen S. 18).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Max-Besser-Heft</li> <li>• Handpuppen</li> <li>• Regelmobile</li> </ul>
Max stellt sich vor	<p>Ziel der Vorstellung ist es, dass die Kinder Max kennen lernen. Dabei soll die Neugierde und das Interesse bei den Kindern geweckt werden und Spannung entstehen. Die Projektleitung stellt MAX vor, Text siehe Beiblatt (S. 14). Eine Elterninfo zum Projekt MAX BESSER (S. 15) wird an die Kinder verteilt.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Handpuppen</li> <li>• Max und Maxi</li> <li>• Text</li> <li>• Elterninfo</li> </ul>
Einzelarbeit zu Formen der Begrüßung	<p>Die Kinder betrachten auf dem Arbeitsblatt „Hallo – guten Tag“ (S. 16) verschiedene Formen der Begrüßung. Sie ordnen durch Pfeile zu, wie man wen begrüßt. Das Arbeitsblatt enthält unter anderem ein Negativbeispiel; diese Negativbegrüßung bleibt übrig. Die Kinder finden heraus, dass man so niemanden begrüßen soll. Dieses Kästchen wird mit roter Farbe durchgestrichen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Hallo – guten Tag“ (Heft S. 8)</li> </ul>
Unterrichtsgespräch über Begrüßungen	<p>Anhand einer Folie wird das Arbeitsblatt erörtert:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Warum sollte man niemand so unfreundlich begrüßen?</b> (Die andere Person fühlt sich schlecht, traurig, wütend, ist beleidigt, ...)</li> <li>• <b>Wie begrüßen wir einander?</b> (Mimik, Gestik, Sprache)</li> <li>• <b>Warum begrüßen wir einander?</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Folie von „Hallo – guten Tag“</li> <li>• Folienstift grün und rot</li> </ul>

<p>Einführung des Freundeliedes als Begrüßungsritual</p>	<p>Ein gemeinsames Begrüßungsritual soll stets zu jedem Beginn einer Einheit erfolgen und so ein gelebtes und einfaches Ritual sein, das den Kindern leicht in Erinnerung bleibt. Daher wird das Freundelied (S. 17) eingeführt. Das Lied wird vorgesungen, die Kinder sollen bereits anhand des Liedtextes versuchen, mitsusingen. Dabei werden selbst ausgedachte Bewegungen gemacht, damit die Kinder das Lied schneller können.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Freundelied (Heft S. 3)</li> </ul>
<p>Regelmobile: Goldene Regel SAGEN STATT SCHLAGEN</p>	<p>Ein grüner Kreis (S. 18) wird hochgehoben und es wird gefragt, was dieser bedeuten könnte – vielleicht auch im Hinblick auf eine Ampel. <i>(Richtig: man darf gehen, starten, alles ist im grünen Bereich!)</i></p> <p>Der rote Kreis (S. 18) wird hochgehoben und es wird gefragt, was dieser bedeuten könnte. <i>(Richtig: Stopp, halten, z.B. rote Karte beim Fußball)</i></p> <p>Dann werden die Karten herumdreht und zum Vorschein kommen bei „grün“ die miteinander redenden Max und Maxi, bei „rot“ eine schlagende Maxi.</p> <p>Die Goldene Regel erraten lassen und auflösen: SAGEN STATT SCHLAGEN</p> <p>Anschließend die Klassenregeln als Regelmobile im Klassenzimmer aufhängen und die Kinder tragen die Goldene Regel in das Schild von Max (S. 19) ein.</p>	<p>Regelmobile:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grüner und roter Kreis mit Bildern</li> <li>• Schilder der Regeln</li> <li>• Schnur</li> <li>• Max (Heft S. 9)</li> </ul>
<p>Wochenaufgabe: freundliches Grüßen</p>	<p>Die Kinder erhalten den Auftrag, in den nächsten Tagen besonders auf freundliches Grüßen zu achten. Beim nächsten Mal dieses Thema nochmals aufgreifen.</p>	
<p>Einführung des „kleinen Tschüss“ als Abschiedsritual, positive Berührungen üben</p>	<p>Die Kinder lernen das „kleine Tschüss“ kennen: Alle stehen im Kreis und fassen sich an den Händen. Die Projektleitung schickt mit Hilfe von Max (als Handpuppe) das „kleine Tschüss“ (einen Händedruck) auf die Reise. Es wird von Kind zu Kind weitergegeben, bis es wieder zur Projektleitung (evtl. auch zur MAXI) kommt. Die Projektleitung sagt: „Tschüss Kinder!“, die Kinder rufen zurück: „Tschüss!“</p> <p>Durch positive Berührungen entstehen gegenseitig positive Einstellungen. Berührungsrituale helfen Berührungssängste abzubauen. Die Empathiefähigkeit wird gesteigert. Die Kinder lernen die Grenzen der anderen wahrzunehmen.</p>	

## MAX STELLT SICH VOR

Die Projektleitung stellt MAX vor:

*„Das ist Max. Eigentlich heißt er Max Besser, aber wir nennen ihn nur MAX.“*

Handpuppe Max zeigen.

*„Max hat meistens eine blaue Schilmütze auf. Wenn für Max etwas neu und fremd ist – so wie jetzt eure Klasse – wird er ganz schön aufgeregt.“*

*Das wäre ja gar nicht so schlimm, aber dann beginnen seine Ohren zu glühen. Sie werden ganz heiß und rot. Das ärgert den Max. Doch je mehr er sich dagegen wehrt, umso eher passiert es ihm. Das ist Max dann sehr peinlich, denn rote Ohren fallen bei ihm besonders auf. Er hat nämlich große Ohren.*

*Max überlegt sich immer tolle Sachen, kennt viele Lieder und Geschichten. Am liebsten trifft er sich mit seiner Freundin Maxi – die lernt ihr auch noch kennen. Zusammen haben sie immer tolle Ideen und möchten viel Spaß mit euch haben. Und da er neu in der Klasse ist, möchte er euch begrüßen und fragen, wie ihr heißt.“*

Hand- oder Stabpuppe Max geht zu jedem Kind und gibt ihm seine Hand und sagt:

*„Hallo, ich bin der Max. Wer bist du?“*

Danach wiederholt Max den Namen des Kindes und sagt:

*„Hallo, \_\_\_\_ !“*

### **Alternative:**

Die Kinder, die Max aus der Kindertagesstätte schon kennen, können den Kindern, die ihn noch nicht kennen, Max vorstellen. Die Lehrkraft kann ergänzen.

Wenn alle Kinder das Programm schon kennen, können Max und Maxi ja einen Brief schreiben, dass sie jetzt auch an die Schule kommen. So wie die Postkarte im nächsten Kapitel „Max und Maxi kommen wieder (Klasse 3/4)“.



# SCHULE PROJEKTLEITUNG TELEFON

Liebe Eltern der Klasse \_\_\_\_\_,

Ihre Kinder sind größer geworden – sie sind nun in der \_\_\_\_\_ Klasse. Um sie neben dem Unterrichtsstoff auch in ihrer Wahrnehmungs- und Konzentrationsfähigkeit, ihrem Selbstbewusstsein und ihrem Selbstwertgefühl zu stärken, werden wir in der nächsten Zeit mit dem Programm „Max Besser“ arbeiten.

Ziel des Projektes ist die Persönlichkeitsförderung von Kindern in den ersten Schuljahren. Es handelt sich um spezielle Unterrichtsstunden zum sozialen Lernen. Dabei sollen die Fähigkeiten der Kinder in den folgenden Punkten verbessert und gefördert werden:

- **Selbstwertgefühl**  
Ich bin stolz auf mich. Ich bin einmalig.
- **Umgang mit Gefühlen**  
Freude, Glück, Ärger, Wut und Angst
- **Sprache**  
Positive Ausdrucksweisen, ein freundlicher Umgangston ohne Kraftausdrücke und Beleidigungen, aktives Zuhören
- **Verhaltensmuster und Regeln**  
Verhaltensregeln, Umgang mit Gewalt: Sagen statt schlagen
- **Entspannungsübungen**  
Hilfen, um Stresssituationen (z.B. Streit) bewältigen zu können.
- **Medien**  
Bewusste Nutzung der Medien. Alternativen ausarbeiten.
- **Verschiedene Kulturen**  
Respekt und Akzeptanz schaffen und den Nutzen der kulturellen Vielfalt erkennen.

In den kommenden Wochen und Monaten werden wir uns in den Unterrichtsstunden immer wieder mit diesen und anderen persönlichkeitsfördernden Elementen beschäftigen.

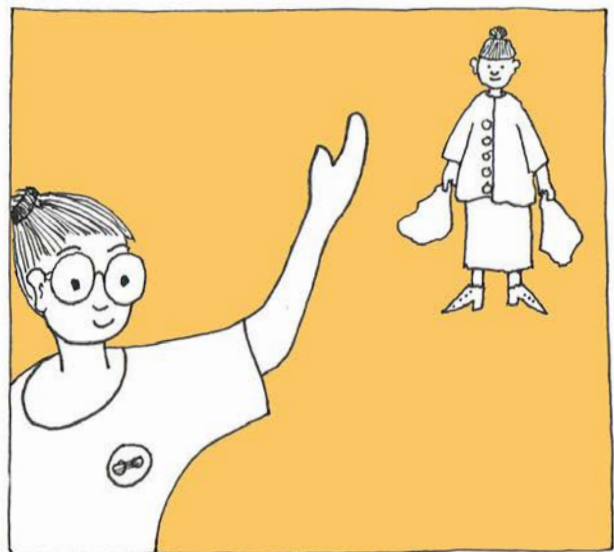
Fragen Sie Ihr Kind regelmäßig nach den Erlebnissen mit Max und Maxi, die uns durch das Projekt begleiten.

Mit freundlichen Grüßen

PROJEKTLEITUNG

# HALLO – GUTEN TAG

Heft S. 8



Wem sagen die Kinder guten Tag?

Schwester

Freund

Oma

Lehrerin

Nachbar

Vater



# FREUNDELIED

Melodie: Fuchs, du hast die Gans gestohlen, Text: SAKRAMO  
Heft S. 3

Max und Ma-xi, bes-te Freun-de sind ge-mein-sam stark, sind ge-mein-sam  
stark! Mit-ein-an-der geht es bes-ser, das weiß je-des Kind ganz klar!  
Mit-ein-an-der lacht sich schö-ner, das ist wun-der-bar!

Verkehrssicherheit  
und Polizei:

Max und Maxi, machens besser,  
blickens im Verkehr, blickens im Verkehr!  
Hol'n die Polizei zur Hilfe, das ist gar nicht schwer!  
Die erklären uns die Regeln und noch vieles mehr!

Integration:

Max und Maxi haben Freunde  
aus der ganzen Welt, aus der ganzen Welt!  
Multikulti ganz egal, das ist doch wunderbar!  
(Wir) müssen miteinander reden, schon ist alles klar!

Gewaltfreie  
Kommunikation:

Max und Maxi beste Freunde,  
gehn durch Dick und Dünn, gehn durch Dick und Dünn!  
Und auch wenn wir uns mal streiten, kriegen wir das wieder hin,  
können uns die Meinung sagen, das ist doch kein Ding!

Inklusion:

Max und Maxi kennen Menschen,  
die ganz anders sind, die ganz anders sind.  
Einer davon kann nicht laufen, ist wie wir ein lust'ges Kind!  
Komm wir reichen uns die Hände, spielen wie der Wind!

Digitale Medien:

Max und Maxi wählen aus,  
jeder wie er meint, jeder wie er meint.  
Spielen gern mit dem Computer wenn der Himmel weint,  
doch wir sind viel lieber draußen, wenn die Sonne scheint!

Positive Gefühle:

Max und Maxi können viel,  
und das kannst du auch, und das kannst du auch!  
Zeig uns was dir Freude macht, hör auf deinen Bauch!  
Zeig uns was dir Freude macht, hör auf deinen Bauch!



Genau **ZUHÖREN**  
und beachten, was  
der andere sagt!

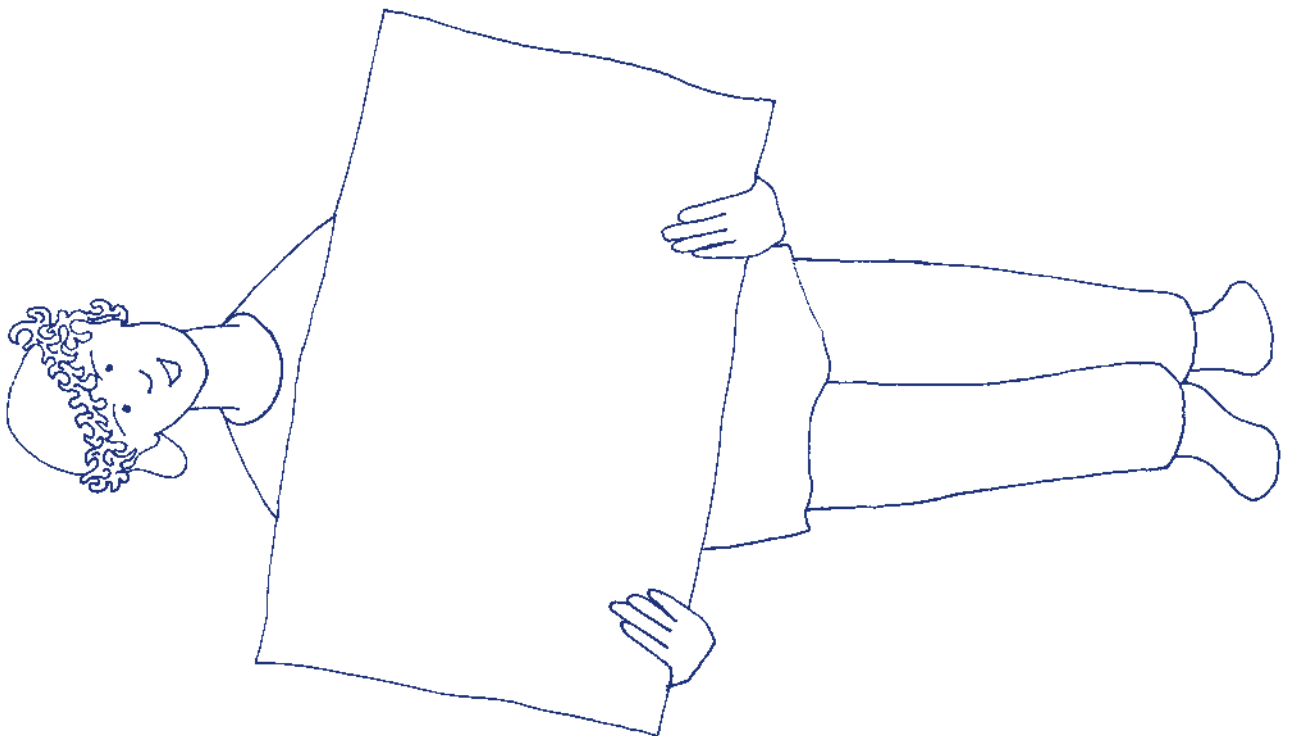
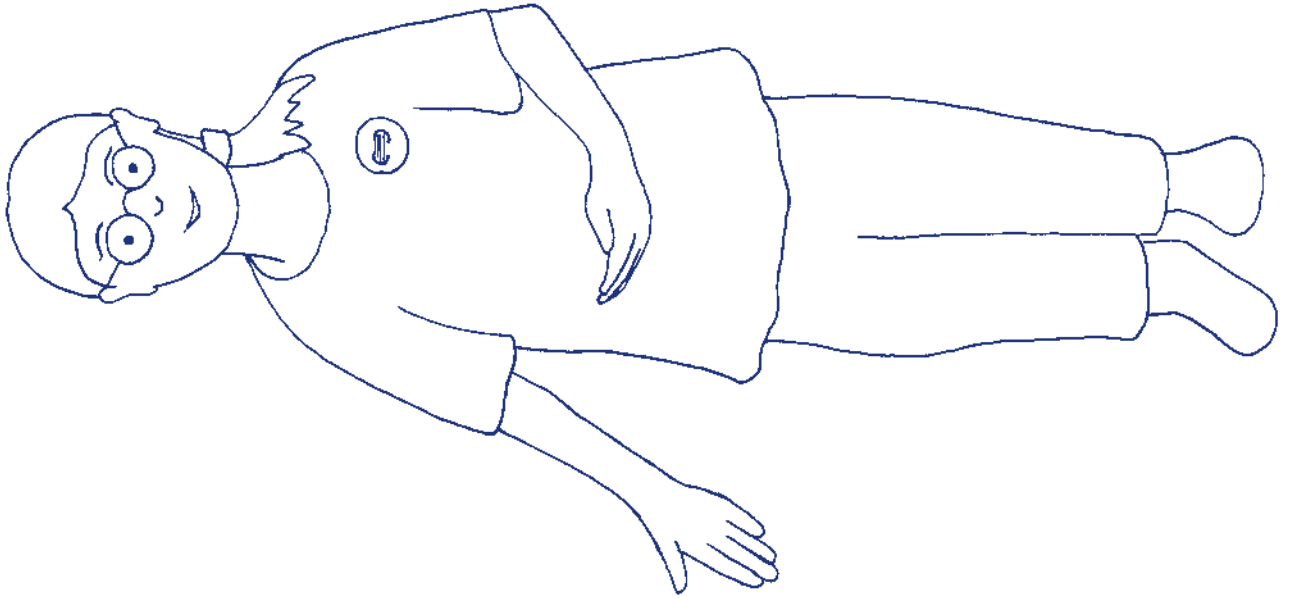
**SAGEN**  
**STATT**  
**SCHLAGEN**



Deutlich **SAGEN**,  
was ich will  
oder nicht will!

# MAX

Vorlage im Heft S. 9/10





## EINSTIEG

## MAX UND MAXI KOMMEN WIEDER

Klasse 3/4  
45 Min

Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie
Max und Maxi kommen wieder	Ich kenne mich schon aus, kann an Bestehendes anknüpfen	Via Max Besser Kontinuität (trotz evtl. LehrerInnenwechsels) schaffen	Ganz allgemein: dem Kind Sicherheit geben

Überblick	Erläuterungen	Material
Vorbereitung Wiedereinstieg in Klasse 3/4	<p>Wurde das Projekt bereits in der Klasse 1/2 durchgeführt, kann im Vorfeld des Projektes eine Postkarte mit folgendem Text an die Klasse geschickt werden:</p> <p><i>„Hallo Kinder, wir sind gerade von einer langen Reise durch andere Schulen zurückgekommen. Wir haben uns sehr angestrengt: Längst ist es nicht mehr so schlimm für Max, wenn er unsicher ist oder rote Ohren kriegt. Auch Maxi haut nicht mehr so schnell zu, wenn sie sich über etwas aufregt oder sie sich ärgert – sie versucht jetzt, bei einem Streit das Problem mit Worten zu lösen. Und ihr? Hat sich bei euch auch etwas an eurem Verhalten geändert? Habt ihr eure MAX-Besser-Ausweise noch? Nächste Woche kommen wir euch wieder besuchen und bringen tolle Spiele, Lieder und Geschichten mit. Bis dann, Max und Maxi“</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Postkarte von Max und Maxi</li> <li>• Alte Arbeitshefte mitbringen.</li> </ul>
Vorbereitung	<p>Siehe Anleitungen S. 26: Klassenbaum auf DIN A2 übertragen oder alternativ ein Flipchartpapier mit einem Blumenstrauß (Vase, Stängel und Blätter) bemalen und aufhängen. Blüten für jedes Kind und für Max und Maxi kopieren (S. 24/25). Die Kinder sollen 2 Passbilder für Hosentaschenbuch und für Blütenblätter mitbringen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• DIN A2 Papier oder Flipchartpapier</li> <li>• Dicke Fasermarker</li> <li>• Kopien der Blütenblätter</li> </ul>

Klassengespräch	Die Projektleitung und die Kinder erinnern sich gemeinsam, was alles in den MAX-BESSER-Stunden der 1. und 2. Klasse gelaufen ist, auch an Inhalte und Methoden zur Konfliktbewältigung sowie individuelle Veränderungen der Kinder.  Die Ergebnisse für alle sichtbar schriftlich festhalten.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tafel und Kreide</li> </ul>
Begrüßungsritual	Als Begrüßung „Max und Maxi sind jetzt endlich wieder da“ (S. 22) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liedtext (Heft S. 4)</li> </ul>
Klassenbaum/ Klassenstrauß	Der erstellte Klassenbaum wird im Klassenzimmer aufgehängt. Jedes Kind füllt die Blüte aus und heftet sie mit einem der mitgebrachten Fotos an den Klassenbaum. Auch für Max und Maxi wird eine Blüte erstellt.  Die Kinder können sich auch gegenseitig befragen und so die Blüten ausfüllen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Flipchartpapier,</li> <li>• Stifte, Kleber, Schere</li> <li>• Klassenbaum/ Vase</li> <li>• Blütenschablonen für jedes Kind je eine und für Max und Maxi</li> <li>• Fotos der Kinder</li> </ul>
Hosentaschenbuch	Die Kinder basteln aus der Vorlage im Arbeitsheft das Hosentaschenbuch (S. 26/27). Auf das Deckblatt kleben sie ihr Foto (oder malen sich) und schreiben ihren Namen darauf.  Dann werden im Büchlein die Stärken und Schwächen festgehalten.  Im weiteren Verlauf des Projektes das Hosentaschenbuch immer wieder herausholen lassen und Stärken, Schwächen, Komplimente und Verhaltenswünsche eintragen bzw. die Kinder anregen, sich gegenseitig ins Heft zu schreiben.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hosentaschenbuch (Heft S. 37)</li> </ul>
Abschiedsritual	Abschlussrakete:  Alle stellen sich in einen Kreis und geben sich die Hand. Nun wird von 10 bis 0 rückwärts gezählt, dabei entweder im Takt die Hände vor und zurück schwingen oder mit einem Schritt vor und zurück gehen. Nach der Null wird ein gemeinsames „Tschüüüß!“ gerufen.	

# MAX UND MAXI SIND JETZT ENDLICH WIEDER DA

Melodie: *If you're happy, traditionell*  
Heft S. 4



1. Max und Ma - xi sind jetzt end - lich wie - der da, (klatsch klatsch) Max und  
2. Max und Ma - xi kön - nen wirk\_\_ - lich\_\_ viel, Max und

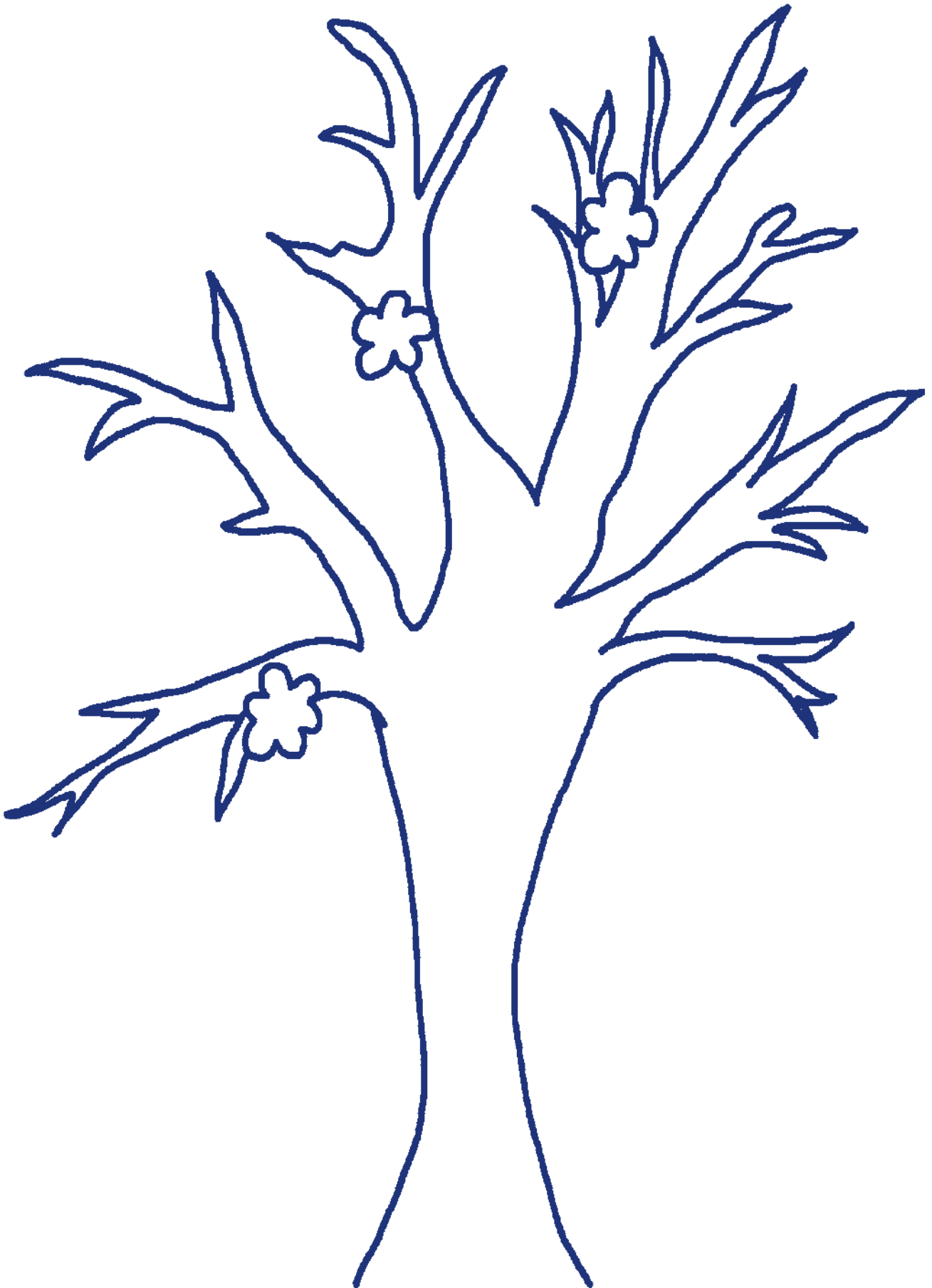


Ma - xi sind jetzt end - lich wie - der da, (klatsch klatsch) Brin - gen Spaß und neu - e Lie - der gu - te  
Ma - xi kön - nen wirk\_\_ - lich\_\_ viel, Hö - ren zu und schlich - ten Streit\_\_ hel - fen

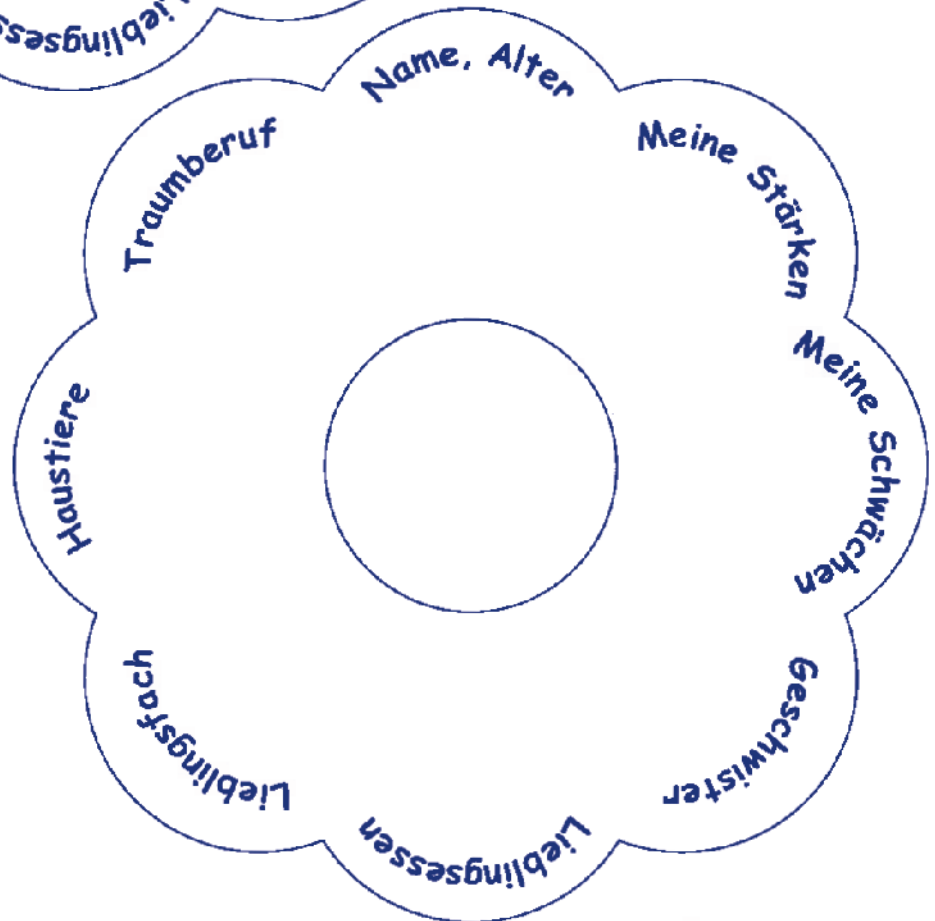
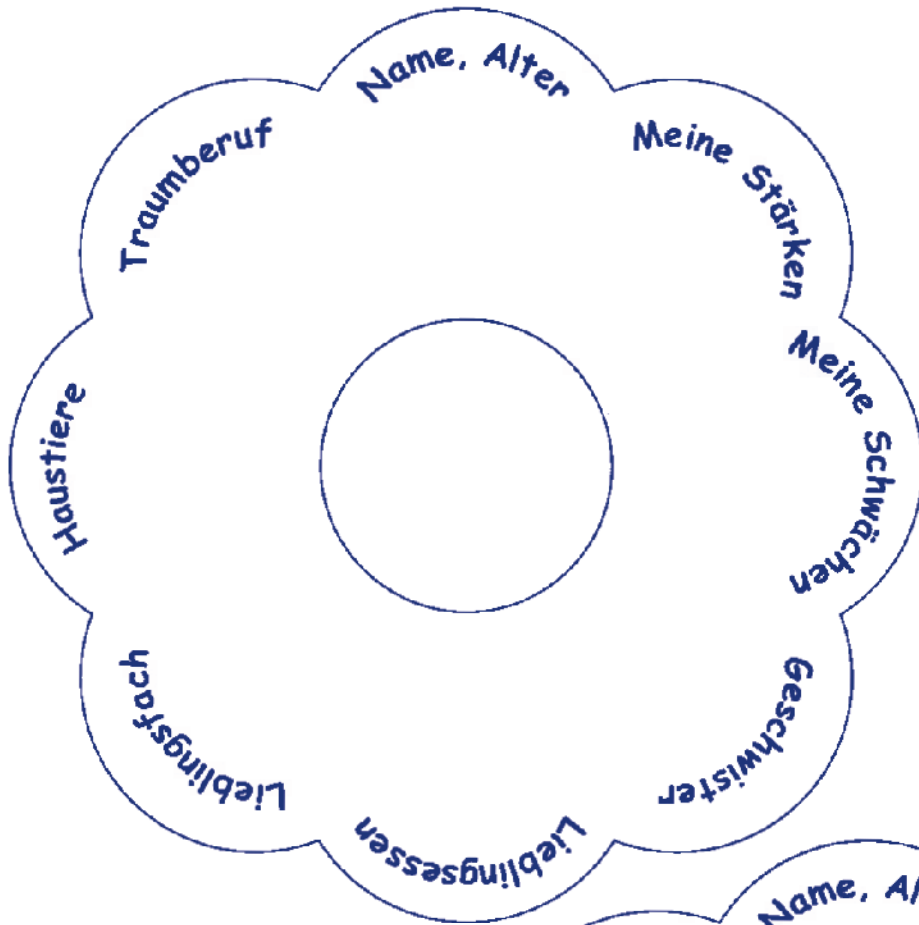


Re - geln, star - ke Spie - le, Max und Ma - xi sind jetzt end - lich wie - der da. (klatsch klatsch)  
an - dern sa - gen nein!\_\_ Max und Ma - xi sind jetzt end - lich wie - der da.

# KLASSENBAUM



# BLÜTENSCHABLONEN



BLÜTENSCHABLONEN  
MAX UND MAXI

**Name, Alter**  
Max, 9 Jahre

**Traumberuf**  
Koch

**Meine Stärken**  
Lesen,  
Radfahren,  
Verstehen,  
helfen

**Meine Schwächen**  
Schüchtern  
ich bekomme  
dann rote  
Ohren

**Geschwister**  
kleiner  
Bruder

**Lieblingsessen**  
Spaghetti  
mit  
Tomatensauce

**Lieblingstisch**  
Sach-  
unterricht

**Haustiere**  
Hamster

**Name, Alter**  
Maxi, 9 Jahre

**Traumberuf**  
Polizistin

**Meine Stärken**  
mutig,  
Schnell,  
geschickt im  
Sport

**Meine Schwächen**  
schnell zornig,  
streite oft

**Geschwister**  
kleiner  
Bruder

**Lieblingsessen**  
Kartoffeln  
mit Spinat  
und Spiegelei

**Lieblingstisch**  
Sport

**Haustiere**  
keine

# ANLEITUNGEN

## KLASSENBAUM – BLÜTEN – HOSENTASCHENBUCH

### Klassenbaum

Der Klassenbaum kann im Kunst- oder Zeichenunterricht als Gemeinschaftsarbeit entstehen:

- Baum aus Tonzeichenpapier ausschneiden und auf weißen Karton (etwa 1 m x 80 cm) aufkleben (Muster siehe nächste Seite).

Einfachere Ausführung:

- Baum auf weißen Karton vorzeichnen (etwa 1 m x 80 cm).
- Mit Borstenpinsel oder Schwamm Volltonfarbe auf tupfen (gute Effekte entstehen, wenn mehrere Brauntöne ungemischt verwendet werden).

Alternativ:

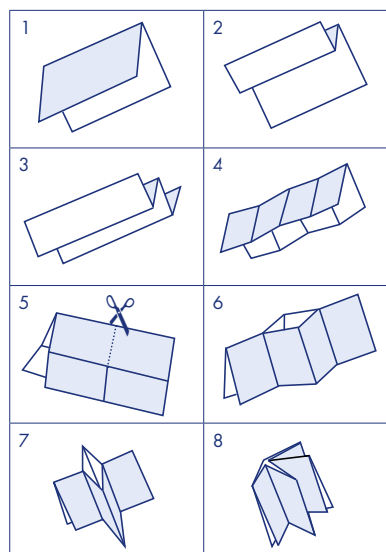
- Auf ein großes Papier, zum Beispiel Flipchartpapier, eine Blumenvase mit Stängeln und Blättern vormalen.

### Blüten

- Blüten aus farbigem Pastellpapier ausschneiden (Schablone siehe vorige Seiten), für jedes Kind 1 Blüte.
- Fotos der Kinder in die Mitte kleben.

### Hosentaschenbuch *(Vorlage im Heft S. 37/38)*

- Die Vorlage auf S. 27 für jedes Kind auf farbiges Kopierpapier (DIN A4) kopieren. (Falls das Praxisheft für Schüler vorhanden ist, finden Sie darin eine Vorlage auf S. 37/38.)
- Das Hosentaschenbuch entlang dem Rahmen ausschneiden
- Kopie mehrmals falten und einschneiden, siehe Skizze.
- Das Deckblatt mit dem Platz für das Foto muss vorne zu liegen kommen.





## SELBSTWERTGEFÜHL



Das Kapitel „Selbstwertgefühl“ soll pädagogischen Fachkräften helfen, Kindern mehr Selbstvertrauen zu geben. Ziel ist es, den Kindern zu zeigen, dass jeder seine eigenen Erfolgserlebnisse, Begabungen und Stärken hat.

## SELBSTWERTGEFÜHL



### SPIEGELSTUNDE

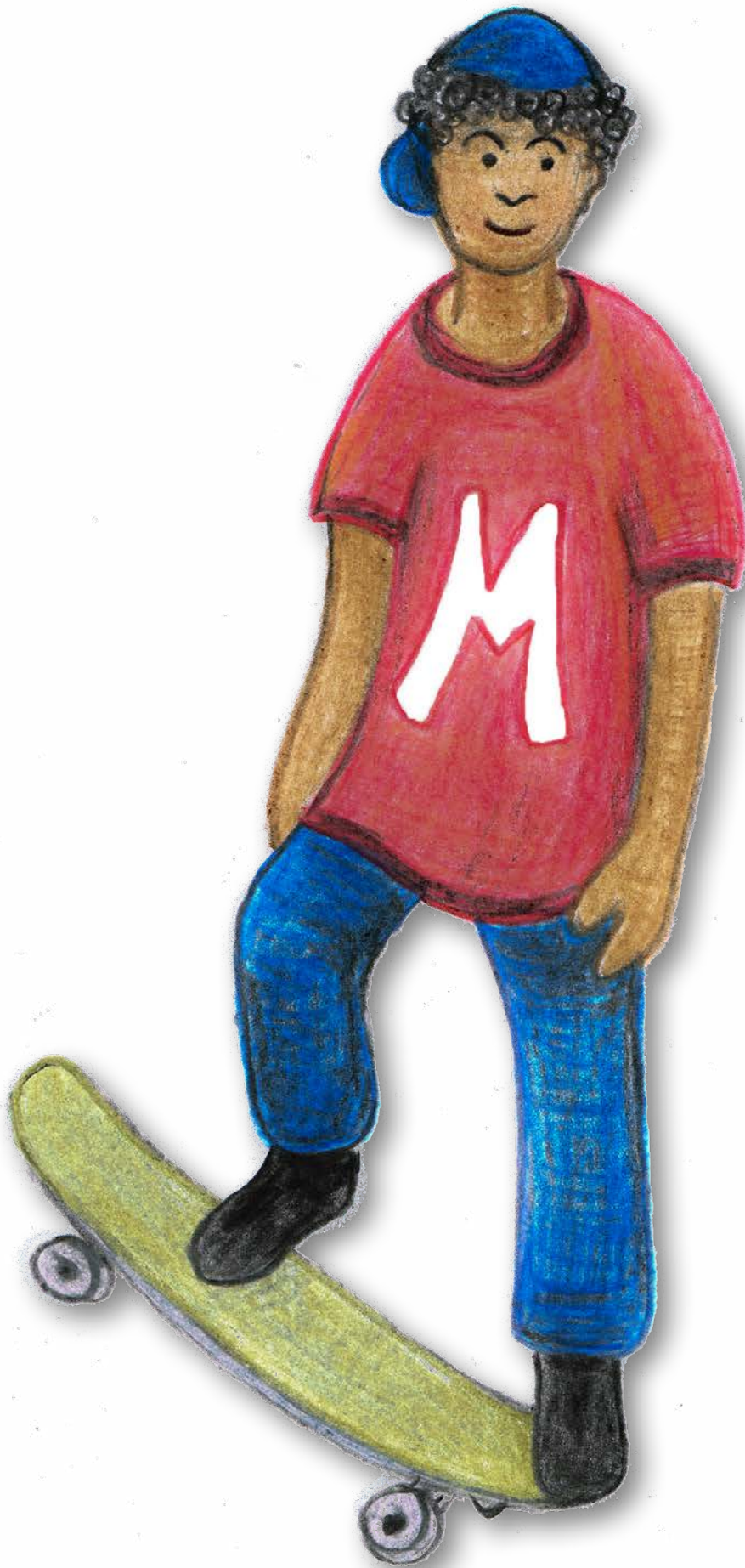
Klasse 1/2  
45 Min

Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie
Die Einmaligkeit der eigenen Person erkennen Selbstwertgefühl aufbauen	Ich bin eine einzigartige Person.	Achtsamer Umgang mit jedem Kind & mir selbst.	Machen Sie sich – auch in der Auseinandersetzung – jeden Tag die Einzigartigkeit Ihres Kindes bewusst.

Überblick	Erläuterungen	Material
Vorbereitung	Die Projektleitung befestigt vor der Stunde einen mit Klebemagnetstreifen versehenen Spiegel hinter der Tafel oder klebt ihn mit Gewebeklebeband fest.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiegel oder Spiegelkachel (mind. 10x10cm)</li> <li>• Klebemagnetstreifen o. Gewebeklebeband</li> </ul>
Begrüßungsritual	Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liedtext (Heft S. 3)</li> </ul>
Abfrage der Wochenaufgabe	Zum Beispiel: <b>Wie hat es mit dem freundlichen Grüßen geklappt?</b> <b>Was konnten die Kinder beobachten bzw. erfahren?</b>	
Die Einmaligkeit der Person kennen lernen	Die Abbildung „Das ist Max“ (S. 30), einer besonderen Person, hängt an der Tafel bzw. wurde mit Hilfe eines Overheadprojektors an die Wand geworfen. Die Kinder beschreiben nochmals die bereits bekannten besonderen Eigenschaften und das Aussehen von Max.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Folie oder vergrößerte Abbildung von „Das ist Max“</li> </ul>

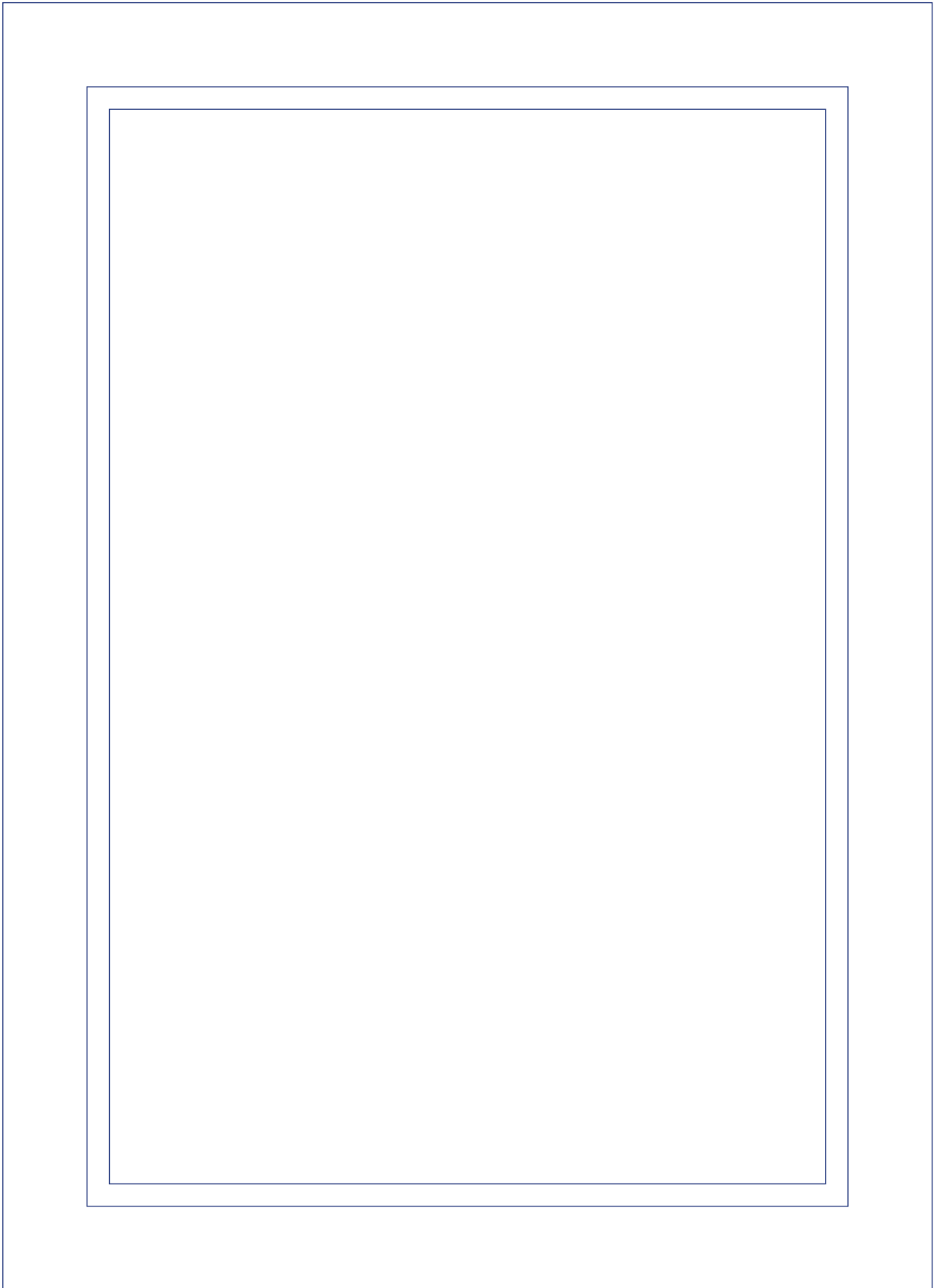
<p>Stilleübung: ICH im Spiegel</p>	<p>Auf der Rückseite der Wandtafel befindet sich der Spiegel. Die Projektleitung erklärt zusammen mit der Handpuppe Max: <i>„Wenn ihr eine Berührung an der Schulter spürt, kommt bitte nach vorne. Hinter der Tafel seht ihr das Bild einer ganz besonderen, einzigartigen Person. Bitte erzählt es nicht weiter, was ihr erlebt habt, bis alle dran waren. Ihr legt jetzt alle den Kopf auf den Tisch, entspannt euch, schließt die Augen und träumt etwas Schönes.“</i></p> <p>Wenn vorhanden, berührt eine zweite Projektleitung (oder ein auserkorenes Kind) jeweils ein Kind an der Schulter. Dieses Kind darf vorgehen und hinter die Tafel schauen. Die Projektleitung empfängt jedes Kind einzeln an der Tafel und sagt: <i>„Du stehst jetzt eine einzigartige Person!“</i>.</p> <p>Nach der Bildbetrachtung kommt das Kind zurück und die Projektleitung sagt: <i>„Richtig, du bist die einzigartige Person – nun darfst du dich in den Spiegelrahmen malen.“</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Handpuppe Max</li> <li>• Wandtafel</li> <li>• Spiegel oder Spiegelkachel</li> <li>• Evtl. Entspannungsmusik als Hintergrundmusik</li> <li>• CD-Player</li> </ul>
<p>Selbstbetrachtung durch Malen</p>	<p>Nach der Bildbetrachtung kehrt das Kind an seinen Platz zurück und malt das Spiegelbild, das es gesehen hat, in den Spiegelrahmen „Das bin ich“ (S. 31). Wer sein Bild gemalt hat, darf den Rahmen farbig verzieren. Während der ganzen „Zeremonie“ kann im Hintergrund Entspannungsmusik laufen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Das bin ich“ (Heft S. 11)</li> <li>• Bunte Holzstifte</li> </ul>
<p>Wiederholungsrunde</p>	<p>Wenn alle Kinder sich gemalt haben, dürfen sie ihre Bilder hochheben. Auf die Frage: <i>„Wer ist eine einzigartige Person?“</i>, antworten die Kinder gleichzeitig: <i>„ICH!“</i></p>	
<p>Abschiedsritual</p>	<p>Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) durchführen.</p>	

DAS IST MAX



# DAS BIN ICH

*Heft S. 11*





## SELBSTWERTGEFÜHL

## ICH ZAUBERE EIN LÄCHELN AUF DEIN GESICHT

Klasse 1/2  
45 Min

Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie
Das Selbstwertgefühl der Kinder durch Lob steigern Eigene Stärken erkennen und annehmen Das Bedürfnis wecken, anderen positive statt negative Gefühle zu schenken	Ich kann Komplimente annehmen. Ich kenne meine Stärken und Fähigkeiten. Ich habe einen Schatz zur Aufmunterung.	Kinder loben. Kindern Komplimente machen.	Bewusst das Kind loben.

Überblick	Erläuterungen	Material
Vorbereitung	Die Projektleitung erstellt anhand der Kopiervorlagen: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lobsonnenstrahlen mit Komplimenten für jedes Kind (S. 34/35).</li> <li>• Schachtelhüllen für die Schatzkästchen (S. 36).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klassensatz Streichholzschachteln ohne Streichhölzer</li> </ul>
Begrüßungsritual	Zur Begrüßung das Freundlied (S. 17) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liedtext (Heft S. 3)</li> </ul>
Basteln eines MAX-BESSER-Schatzkästchens	Jedes Kind erhält eine Streichholzschachtel und eine Schachtelhülle. Die Kinder malen zunächst den abgebildeten Max aus und schreiben ihren Namen darauf, anschließend falten sie die Schachtelhülle an den Linien entlang und kleben die Hülle auf das Schatzkästchen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Streichholzschachtel</li> <li>• Schachtelhülle</li> <li>• Buntstifte</li> <li>• Kleber</li> </ul>
Max stellt Maxi vor	Max stellt seine Freundin Maxi vor, an der er einige Eigenschaften besonders schätzt. Maxi sagt, was ihr an Max gefällt. z.B. Max: <i>„Ich mag Maxi, weil sie deutlich ihre Meinung sagt, mutig ist, immer gute Ideen hat und es mit ihr immer was zu lachen gibt, ...“</i> z.B. Maxi: <i>„Mir gefällt an Max, dass er meist gut drauf und freundlich ist, gut zuhören kann, sehr hilfsbereit ist und dass er auch in schwierigen Situationen immer ruhig bleibt, ...“</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Handpuppen Max und Maxi</li> </ul>

Lobrunde durch die Lehrkraft	Die Projektleitung ruft nacheinander die Kinder einzeln auf, welche dann nach vorne kommen. Die Projektleitung liest nun laut das Lob des Kindes vor, z.B. <b>„Tim, ich mag an dir, dass...“</b> , und überreicht dann den vorbereiteten, beschrifteten Lobsonnenstrahl. Die anderen Kinder applaudieren.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorbereitete Lobsonnenstrahlen</li> </ul>
Reflexion der Lobrunde	Die Kinder sollen spüren, was angenehme, freundliche Worte bewirken und wie sie angenehme Gefühle erzeugen.	
Fertigstellen des MAX-BESSER-Schatzkästchens	Die Kinder falten den Lobsonnenstrahl, den sie vorher von der Projektleitung bekommen haben, als Ziehharmonika und kleben ihn mit einem Ende in die vorbereitete Schachtel. Nun ist das Schatzkästchen fertig.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lobsonnenstrahl von der Lehrkraft</li> <li>• Gebasteltes Schatzkästchen</li> </ul>
Max und Maxi	Die Kinder, die bereits fertig sind, dürfen Max und Maxi (S. 19) anmalen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Abbildungen Max und Maxi (Heft S. 9/10)</li> </ul>
Hausaufgabe	Die Kinder erhalten die Aufgabe, ihre Stärken aus eigener Sicht, aus der Sicht der Eltern, der Freunde, der Verwandten, etc. auf das Arbeitsblatt „Meine Stärken“ (S. 37) zu schreiben.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Meine Stärken“ (Heft S. 12)</li> </ul>
Wochenaufgabe	...öfters einmal ein Kompliment aussprechen.	
Abschiedsritual	Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) durchführen.	

# ANLEITUNG LOBSONNENSTRAHLEN

## Lobsonnenstrahlen

Die Projektleitung kopiert die Vorlage der Lobsonnenstrahlen so oft, dass für jedes Kind ein Lobsonnenstrahl vorhanden ist.

Auf die kopierte Vorlage schreibt sie zu den einzelnen Kindern passende Komplimente. Ein Exemplar erhalten die Kinder für ihr MAX-BESSER-Schatzkästchen während der Projekteinheit.

..... Sarah ....., **ich mag an dir**, ... dass du anderen Kindern .....

..... *gerne etwas erklärst, wenn sie es nicht verstanden haben.* .....

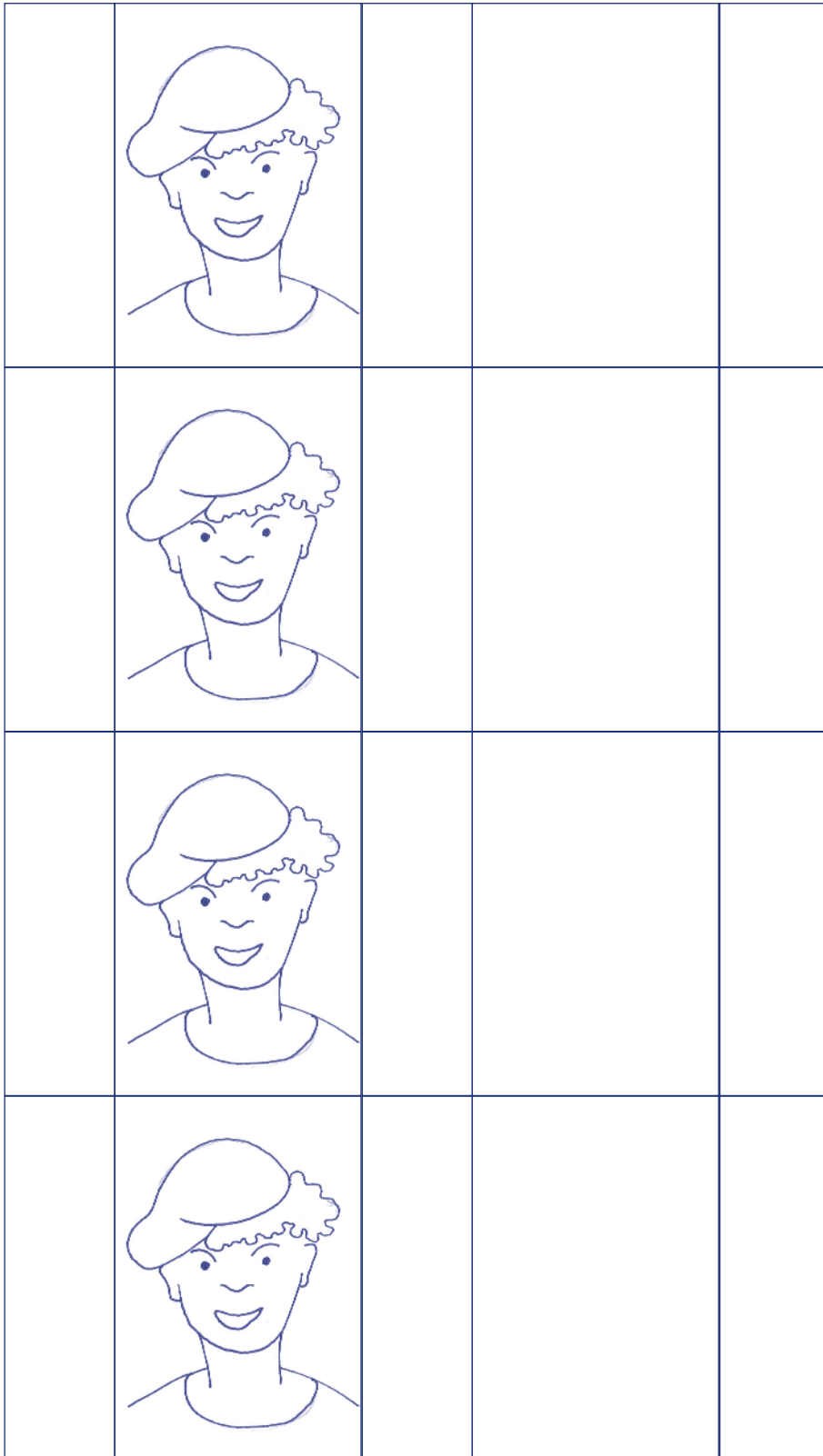
..... Dominik ....., **ich mag an dir**, ... dass du immer versuchst .....

..... *zu vermitteln, wenn zwei Kinder sich streiten.* .....

# LOBSONNENSTRAHLEN

..... , ich mag an dir, .....	.....
..... , ich mag an dir, .....	.....
..... , ich mag an dir, .....	.....
..... , ich mag an dir, .....	.....
..... , ich mag an dir, .....	.....

# SCHACHTELHÜLLE FÜR DAS SCHATZKÄSTCHEN



Maße vor dem Kopieren den Streichholzschachteln anpassen!

# MEINE STÄRKEN

Heft S. 12



Das mag ich an mir selbst,  
das kann ich gut:

.....  
.....  
.....  
.....

Das mag meine Mama an mir:

.....  
.....  
.....  
.....

Das mag mein Papa an mir:

.....  
.....  
.....  
.....

Das mag ..... an mir:

.....  
.....  
.....  
.....



# SELBSTWERTGEFÜHL

## KLASSENSONNE

Klasse 1/2  
45 Min

Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie
Ein positives Klassenklima schaffen	Ich kann Komplimente aussprechen und trage zu einem guten Klassenklima bei.	Die Klasse stärken, fördern und fordern (durch soziale Spiele, durch Lob und Anerkennung, Beispiel geben durch öffentliche Klärung von Konflikten. Regeleinhaltung!)	Das Kind ermutigen, seinen Teil zu einer guten Klassengemeinschaft beizutragen.

Überblick	Erläuterungen	Material
Vorbereitung	Die Projektleitung erstellt anhand der Anleitung (S. 41) eine Sonne, einen „negativen“ Sonnenstrahl und für jedes Kind einen unausgefüllten gelben Lobsonnenstrahl.	
Begrüßungsritual	Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liedtext (Heft S. 3)</li> </ul>
Hausaufgabenkontrolle	Die Hausaufgaben mit MAX-BESSER-Stempel kontrollieren. (Arbeitsblatt „Meine Stärken“)	<ul style="list-style-type: none"> <li>MAX-Besser-Stempel</li> </ul>
Klassensonne	Die Kinder erhalten jeweils einen unausgefüllten gelben Sonnenstrahl. Nun schreiben sie Komplimente von ihrer/ihrer Nebensitzer/in auf und tragen es sich gegenseitig vor der ganzen Klasse vor. Man bedankt sich für die guten Worte und klebt den Streifen um den vorbereiteten Kreis herum. Der Kreis bleibt frei. Kleben alle Streifen dran, so beschriftet man den gelben Kreis der Sonne mit dem Namen der Klasse. So ist eine Klassensonne entstanden. Diese Klassensonne versprüht mit den guten Worten ein wohniges Klassenklima.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gelbe Sonne</li> <li>unausgefüllte Lobsonnenstrahlen</li> <li>Kleber</li> <li>Stift</li> </ul>
Negativer Strahl	Max entdeckt auf dem Boden einen schwarzen Strahl und bittet ein Kind, diesen Strahl aufzuheben und vorzulesen. Gemeinsam wird nun überlegt, wie sich die Person fühlt, die diese Botschaft empfängt: Unangenehme, unfreundliche, wüste Worte → unangenehme Gefühle Angenehme, freundliche Worte → angenehme Gefühle Dieser schwarze Strahl wird ganz schnell zerrissen und ins Altpapier geworfen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Negativer Strahl</li> </ul>

<p>Stilleübung: Traumreise „Die Wärme der Sonne spüren“</p>	<p>Die Projektleitung liest langsam, mit kurzen Pausen, den Text der Traumreise.</p> <p><b>Die Wärme der Sonne spüren</b></p> <p>„Lege oder setze dich bequem hin und schließe die Augen. Achte auf deinen Atem, der gleichmäßig und ruhig kommt und geht wie die Wellen am Strand ...</p> <p>Der Atem kommt und geht ganz von selbst (Pause).</p> <p>Du merkst, dass du langsam ruhig wirst (Pause).</p> <p>Es ist ein schöner, sonniger Sommertag. Du bist auf einer großen, weiten Wiese. Es duftet nach Gras und Blumen (Pause).</p> <p>Die Sonne steht hoch am blauen Himmel und schickt ihre wärmenden Strahlen zur Erde (Pause).</p> <p>Du legst dich ins warme weiche Gras (Pause). Bienen summen um dich herum (Pause).</p> <p>Du spürst die warmen Sonnenstrahlen auf deiner Haut, (Pause) auf deinem Gesicht (Pause), auf deinen Händen (Pause), auf deinen Armen und Beinen (Pause), auf deinem Bauch (Pause).</p> <p>Dein ganzer Körper wird durchströmt von dem hellen, warmen Sonnenlicht. Eine Wolke schiebt sich ein Stück vor die Sonne (Pause), es wird ein wenig dunkler und kühler (Pause). Ein leichter Wind kommt auf. Dich fröstelt fast (Pause).</p> <p>Doch schon taucht hinter der Wolke die Sonne wieder auf und schickt mit ganzer Kraft ihre Wärme zu dir. Nun ist dir wieder wohlig warm. Du bist ruhig und entspannt (Pause).</p> <p>Genieße die warmen Sonnenstrahlen noch einen Augenblick und komme dann langsam zurück. Du nimmst den Klassenraum wieder wahr, deine Klassenkameradinnen und Klassenkameraden, die Geräusche um dich herum (Pause)</p> <p>Balle die Fäuste (Pause), strecke dich (Pause), atme tief ein und aus (Pause) und öffne die Augen.“</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entspannungsmusik</li> </ul>
---	---	---

Überblick	Erläuterungen	Material
Rückmeldung zur Traumreise	Die Kinder berichten über ihre Erfahrungen bei der Traumreise. Auch die Projektleitung gibt eine wertungsfreie Rückmeldung über ihre Beobachtungen.	
Ideensammlung: Verbesserung des Klassenklimas	Die Projektleitung regt an: <i>„Manchmal reichen schon Kleinigkeiten, um in der Klasse ein sonniges Klima zu schaffen, z.B. freundlich sein. Euch fällt bestimmt noch mehr ein...“</i> Die Kinder sammeln Ideen dazu.	
Wochenaufgabe	Besonders freundlich zu sein...	
Abschiedsritual	Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) durchführen.	

# ANLEITUNG KLASSENSONNE

## Lobsonnenstrahlen

Die Projektleitung kopiert die Vorlage der Lobsonnenstrahlen von Seite 35 so oft auf gelbes Papier, dass für jedes Kind ein Lobsonnenstrahl vorhanden ist.

## Sonne

Die Projektleitung fertigt aus gelbem Tonpapier einen Kreis (Durchmesser ca. 15 cm). Dieser Kreis wird wiederum auf einen blauen (Himmel) Tonkarton DIN A2 geklebt. Rundherum werden später die von den Kindern ausgefüllten Lobsonnenstrahlen als Sonnenstrahlen geklebt. In den inneren Kreis kann nun die Klasse eingetragen und das Plakat im Klassenzimmer aufgehängt werden.



## „Negativer“ Sonnenstrahl

Den unteren Strahl kopieren und ausschneiden.

**Du bist blöd und doof!**



# SELBSTWERTGEFÜHL

## ICH BIN TOLL!

Klasse 3/4  
45 Min

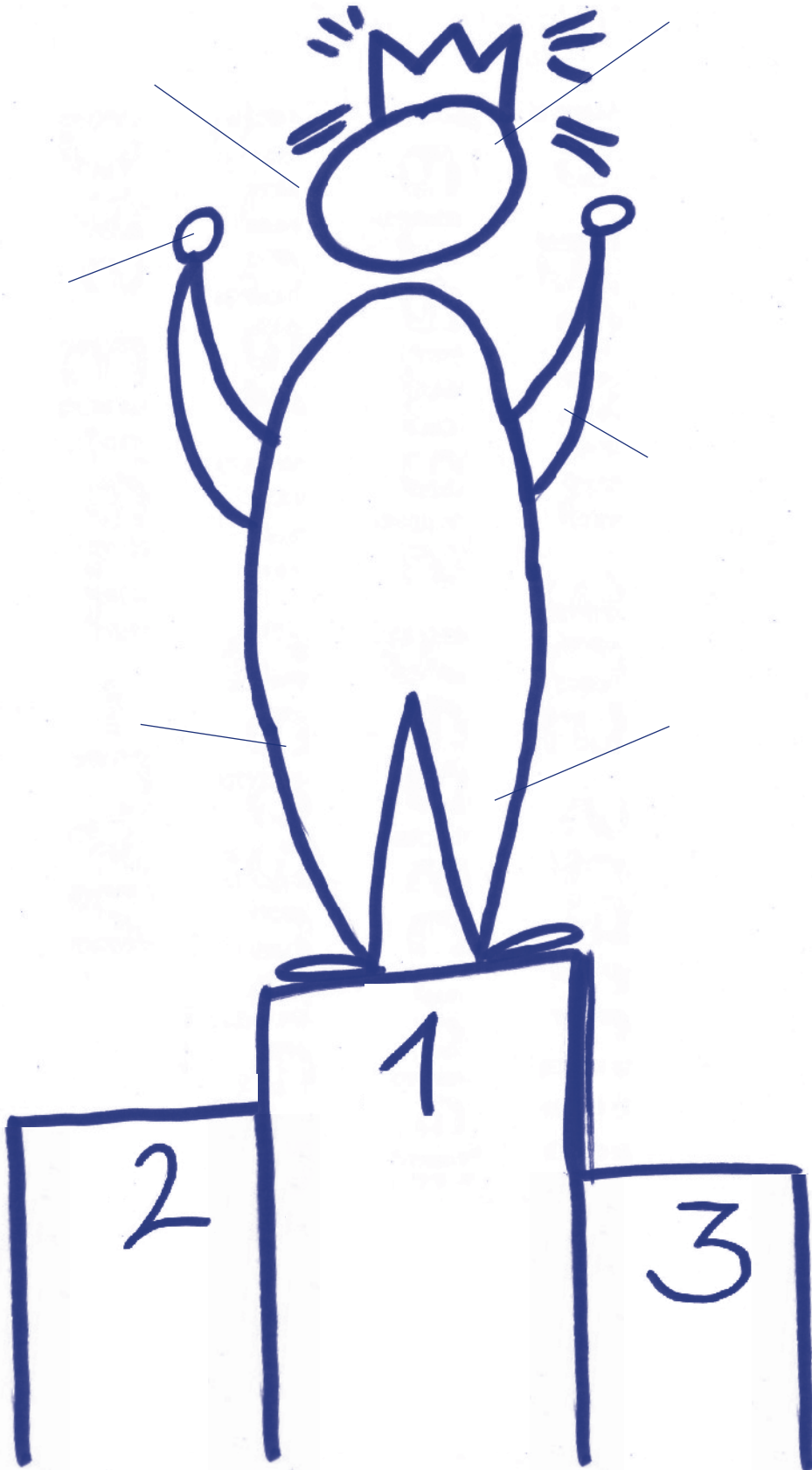
Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie
Stärkung des Selbstbewusstseins Sich barmachen von Stärken, positiver Stolz	Ich kenne meine Stärken und baue sie aus Ich darf auf mich stolz sein	Von sich aus bekannte Stärken des Kindes (evtl. aus Übergabegespräch) erwähnen, Blickwinkel von defizitorientiert zu ressourcenorientiert wechseln	Sich die Stärken des eigenen Kindes klar machen, diese vor dem Kind benennen und Entwicklungsschritte loben.

Überblick	Erläuterungen	Material
Begrüßungsritual	Als Begrüßung „Max und Maxi sind jetzt endlich wieder da“ (S. 22) singen.	• Liedtext (Heft S. 4)
Entspannungsübung	Zum Einstieg führt die Projektleitung mit der Klasse eine kurze Meditation durch, so können die Kinder in ihren Körper hineinspüren. <i>Setze dich aufrecht auf deinen Stuhl. Lass deinen Atem ruhig fließen und beobachte ihn dabei. Achte darauf, wie dein Bauch größer wird, wenn du einatmest und kleiner, wenn du ausatmest. (Pause)</i> <i>Spüre die Kraft, die der Atem in deinem Bauch zurücklässt, sie lässt dich gerade sitzen. (Pause)</i> <i>Spüre die Arme, wie viel Kraft in ihnen steckt, um Dinge hochzuheben und wie viel Zärtlichkeit, um einen Menschen oder ein kleines Tier zu umarmen. (Pause)</i> <i>Spüre Deine Beine und Füße, wie sie dich tragen und dir Halt geben. (Pause)</i> <i>Spüre die Kraft, die in dir steckt. (Pause)</i> <i>Komm nun mit deiner Aufmerksamkeit wieder langsam zurück in unser Klassenzimmer. Strecke und recke dich!</i>	
Stärkemensch	Jedes Kind füllt für sich den Stärkemenschen aus, d.h. es schreibt seine Stärken zu den jeweiligen Körperstellen. Auf die Körperregion bezogen fällt es leichter, seine Stärken zu finden. Zum Beispiel beim Kopf: Ich kann gut zuhören, gut beobachten, gut formulieren..., bei den Beinen: Ich kann schnell laufen, ich kann gut still stehen...	• Stärkemensch (Heft S. 13)

Das mag ich an Dir!	Die Kinder gehen zu Musik durch den Raum. Wird die Musik gestoppt, bleiben alle auf ihrem Platz stehen und suchen sich das Kind, das Ihnen am nächsten steht. Diesem sagen sie, was sie an ihm mögen.  So oft die Musik wieder anstellen, bis alle mindestens 5 Kindern ein Kompliment gemacht haben.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CD-Spieler</li> <li>• Musik-CD</li> </ul>
Besonders stolz bin ich auf mich...	Vielleicht hat das Kind von den anderen noch eine Stärke erfahren, an die es gar nicht gedacht hat. Die drei Stärken, auf die es besonders stolz ist, schreibt es ins Podest unter die Rangplätze.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stärkemensch (Heft S. 13)</li> </ul>
Lied singen	„If you're happy and you know it“ (S. 45) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liedtext (Heft S. 4)</li> </ul>
Abschiedsritual	Zum Abschied die Abschlussrakete (S. 21) durchführen.	

# STÄRKEMENSCH

Trage deine Stärken ein.  
Heft S. 13



# WENN DU FRÖHLICH BIST / IF YOU'RE HAPPY

Melodie: traditionell  
Heft S. 4



deutsch 1. Wenn du fröh-lich bist, dann klat-sche in die Hand, (klatsch klatsch) wenn du  
englisch 1. If you're hap-py and you know it, clap your hands. If you're



fröh-lich bist, dann klat-sche in die Hand (klatsch klatsch) Ja, du kannst es al-len zei-gen, musst Ge-  
hap-py and you know it, clap your hands. If you're hap-py and you know it and you



föh-le nicht ver-schwei-gen, wenn du fröh-lich bist, dann klat-sche in die Hand. (klatsch klatsch)  
real-ly want to show it, If you're hap-py and you know it, clap your hands.

deutsch

englisch

- |   |   |
|---|---|
| <p>2. Wenn du wütend bist, dann stampe mit dem Fuß,<br/>wenn du wütend bist, dann stampe mit dem Fuß.<br/>Ja, du kannst es allen zeigen,<br/>musst Gefühle nicht verschweigen,<br/>wenn du wütend bist, dann stampe mit dem Fuß.</p>                | <p>2. If you're happy and you know it, slap your sides.<br/>If you're happy and you know it, slap your sides.<br/>If you're happy and you know it<br/>and you really want to show it,<br/>If you're happy and you know it, slap your sides.</p>       |
| <p>3. Wenn du traurig bist, dann wein' doch einfach mal,<br/>wenn du traurig bist, dann wein' doch einfach mal.<br/>Ja, du kannst es allen zeigen,<br/>musst Gefühle nicht verschweigen,<br/>wenn du traurig bist, dann wein' doch einfach mal.</p> | <p>3. If you're happy and you know it, stomp your feet.<br/>If you're happy and you know it, stomp your feet.<br/>If you're happy and you know it<br/>and you really want to show it,<br/>If you're happy and you know it, stomp your feet.</p>       |
| <p>4. Wenn du albern bist, dann drehe dich im Kreis,<br/>wenn du albern bist, dann drehe dich im Kreis.<br/>Ja, du kannst es allen zeigen,<br/>musst Gefühle nicht verschweigen,<br/>wenn du albern bist, dann drehe dich im Kreis.</p>             | <p>4. If you're happy and you know it, snap your fingers.<br/>If you're happy and you know it, snap your fingers.<br/>If you're happy and you know it<br/>and you really want to show it,<br/>If you're happy and you know it, snap your fingers.</p> |
| <p>5. Wenn du ängstlich bist, versteck' dich irgendwo,<br/>wenn du ängstlich bist, versteck' dich irgendwo.<br/>Ja, du kannst es allen zeigen,<br/>musst Gefühle nicht verschweigen,<br/>wenn du ängstlich bist, versteck' dich irgendwo.</p>       | <p>5. If you're happy and you know it, sniff your nose.<br/>If you're happy and you know it, sniff your nose.<br/>If you're happy and you know it<br/>and you really want to show it,<br/>If you're happy and you know it, sniff your nose.</p>       |
| <p>6. Wenn du mutig bist, dann brülle wie ein Stier,<br/>wenn du mutig bist, dann brülle wie ein Stier.<br/>Ja, du kannst es allen zeigen,<br/>musst Gefühle nicht verschweigen,<br/>wenn du mutig bist, dann brülle wie ein Stier.</p>             | <p>6. If you're happy and you know it, shout "We are".<br/>If you're happy and you know it, shout "We are".<br/>If you're happy and you know it<br/>and you really want to show it,<br/>If you're happy and you know it, shout "We are".</p>          |



## GEFÜHLE

**Das Kapitel „Gefühle“ soll dabei helfen, Gefühle zu verstehen und zu akzeptieren. Kinder sollen lernen, mit verschiedenen Gefühlssituationen wie beispielsweise Freude, Angst oder Trauer umzugehen. Der Umgang mit positiven und negativen Gefühlen wird mit Hilfe der dargestellten Methoden geübt.**

Gefühle sind wichtige Orientierungsmerkmale im Umgang mit anderen Menschen. Die Gefühle anderer zu erkennen und anzunehmen ist wesentlich für die menschliche Kommunikation. Sichtbare Gefühle erleichtern dem Gegenüber die Kommunikation. Verschiedene Lebenssituationen und konkrete Anlässe in der Schule können genutzt werden, damit die persönliche Ausdrucksweise für Gefühle und der Umgang mit ihnen gelernt wird.

Angst, Trauer, Wut, Freude – Gefühle haben Namen. Auf spielerische Art und Weise lernen die Kinder sie zu differenzieren, eigene Empfindungen bewusst wahrzunehmen und sie durch Mimik oder Gestik zum Ausdruck zu bringen.

Kinder brauchen Bezugspersonen, denen sie ihre Gefühle mitteilen können und von denen sie bei „bedrückenden“ Gefühlen Hilfe bekommen. Kinder haben das Recht auf unangenehme und „komische“ Gefühle. Diese bringen zum Ausdruck, dass etwas nicht stimmig ist.



# GEFÜHLE

## DAS MAG ICH – DAS MAG ICH NICHT

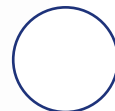
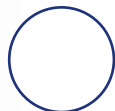
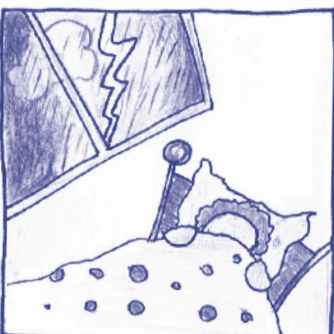
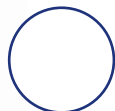
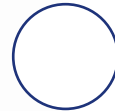
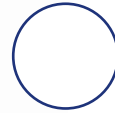
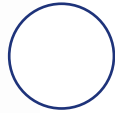
Klasse 1/2  
45 Min

Ziele		Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie
Eigene und fremde Gefühle erkennen können Mit Gefühlen sozial verträglich umgehen lernen Das Einfühlungsvermögen schulen		Ich weiß, was mir gut tut.	Einstellungen begründen – z. B. ich mag es, wenn die Klasse leise ist, dann kann ich gut arbeiten. Ich mag es nicht, wenn es laut ist, da bekomme ich Kopfschmerzen.	Sagen, warum ich etwas mag bzw. nicht mag und welche Gefühle dabei eine Rolle spielen (wohl/unwohl) – warum? Z. B. Ich bin traurig, wenn du deine Schwester anschreist! Ich freue mich/bin stolz auf dich, weil du die Spülmaschine ausgeräumt hast. Wichtig: Regeln werden nicht diskutiert.
Überblick				
<b>Erläuterungen</b>				
Vorbereitung	Arbeitsblatt „Das mag ich – das mag ich nicht“ (S. 49) als Klassensatz kopieren.			
Begrüßungsritual	Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) singen.			
Arbeitsblatt: „Da fühle ich mich wohl/unwohl“	Die Kinder bearbeiten nun das Arbeitsblatt „Da fühle ich mich wohl/unwohl“ (S. 48). Sie kennzeichnen auf jedem Bild ihre Gefühle mit Smileys 😊 und Cryleys ☹️. Es gibt Situationen, die für die einen angenehm, für die anderen aber unangenehm sind. Es folgt ein kurzes Gespräch über das Arbeitsblatt.			
Stilleübung: Wohlgefühle/Unwohlgefühle	Die Kinder nehmen eine bequeme Sitzhaltung ein und achten auf ihre Atmung (Entspannungsatmung/Bauchatmung). Dann wird der Kopf auf den Tisch gelegt. Die Projektleitung liest Fallbeispiele „Das mag ich – das mag ich nicht“ vor (S. 49). Bei unangenehmen Gefühlen sollen die Kinder den Kopf heben und schütteln, bei angenehmen Gefühlen den Kopf liegen lassen.			
Arbeitsblatt: Das mag ich – das mag ich nicht	Nun erhalten die Kinder das Arbeitsblatt. Sie kennzeichnen zuerst die einzelnen Situationen mit einem Smiley 😊 bzw. Cryley ☹️. Anschließend schneiden sie die einzelnen Situationen aus. Diese kleben sie in ihr Arbeitsheft auf S. 14 für „Das mag ich“ oder auf S. 15 für „Das mag ich nicht“ ein. Sie können die entsprechende Seite noch durch eigene Beispiele ergänzen.			
Abschiedsritual	Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) durchführen.			
<b>Material</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>Liedtext (Heft S. 3)</li> <li>„Da fühle ich mich wohl/unwohl“ (Heft S. 16)</li> <li>Klassensatz „Das mag ich – das mag ich nicht“ „Das mag ich/nicht“ (Heft S. 14/15)</li> </ul>				

# DA FÜHLE ICH MICH WOHL/UNWOHL

Heft S. 16

Da fühle ich mich wohl 😊 / unwohl ☹️.



## DAS MAG ICH – DAS MAG ICH NICHT

Wenn du etwas gerne magst, dann zeichne dieses Gesicht: 😊

Wenn du etwas nicht magst, zeichne dieses Gesicht: ☹️

Schneide die Kästchen dann aus und kebe sie auf die passende Seite im Praxisheft S. 14/15.

<b>Ich werde gekitzelt.</b> <input type="radio"/>	<b>Ich werde gezwickt.</b> <input type="radio"/>
<b>Ich werde geschlagen.</b> <input type="radio"/>	<b>Ich bekomme ein Geschenk.</b> <input type="radio"/>
<b>Jemand spielt mit mir.</b> <input type="radio"/>	<b>Kuscheln.</b> <input type="radio"/>
<b>Mein Kopf wird gestreichelt.</b> <input type="radio"/>	<b>Ich werde ausgelacht.</b> <input type="radio"/>
<b>Ich bekomme ein Küsschen.</b> <input type="radio"/>	<b>Jemand stellt mir ein Bein.</b> <input type="radio"/>
<b>Ich darf nicht mitspielen.</b> <input type="radio"/>	<b>Ich werde getröstet.</b> <input type="radio"/>

# DAS MAG ICH

*Heft S. 14*



# DAS MAG ICH NICHT

*Heft S. 15*





# GEFÜHLE

## GEFÜHLSWÜRFEL

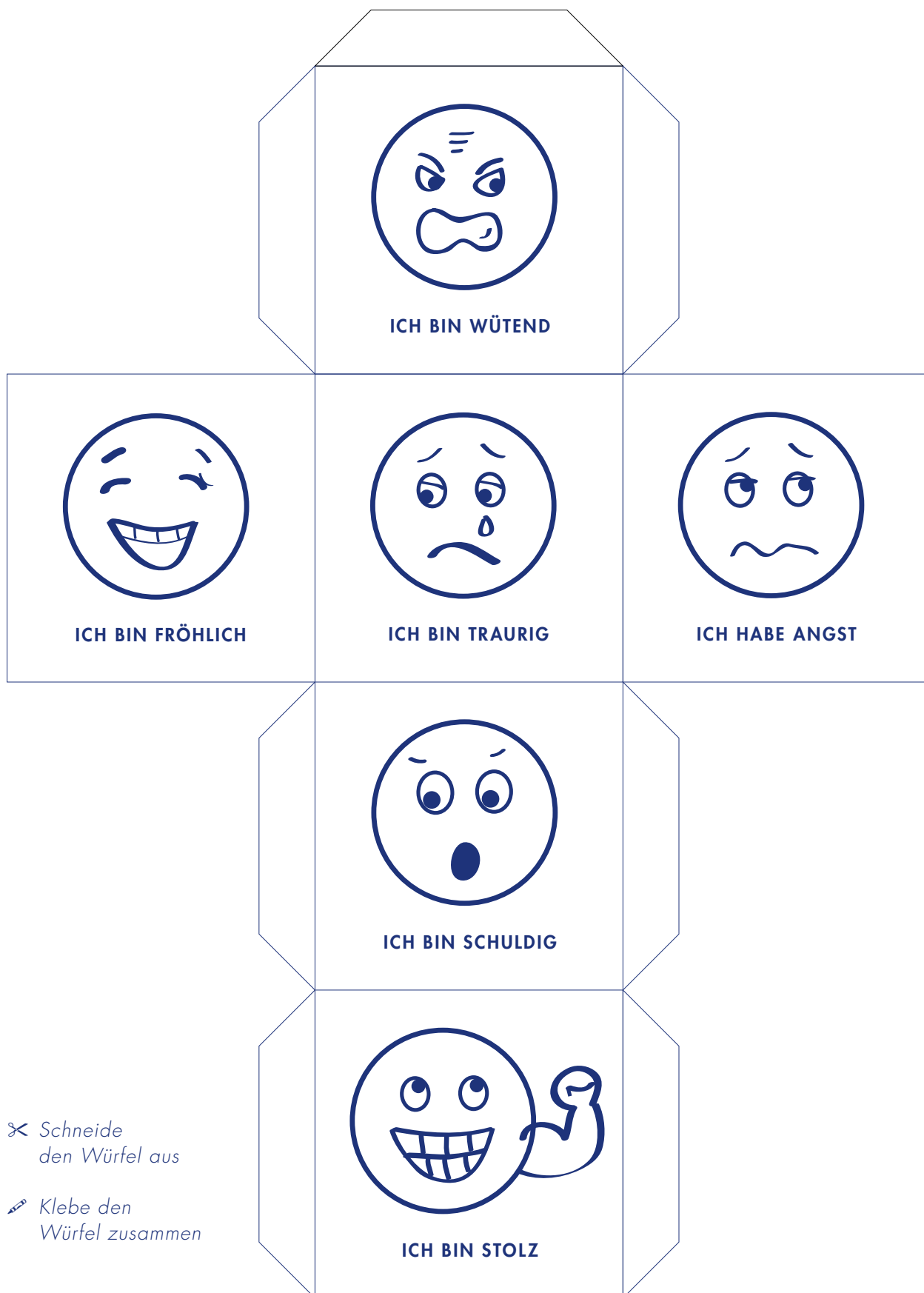
Klasse 1/2  
45 Min

Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie
Gefühle erkennen können Gefühle pantomimisch darstellen können	Ich weiß, welche Gefühle es gibt, wie ich mich fühle und wie es der anderen Person geht.	Auch den eigenen Gefühlshaushalt achten (Psychohygiene)	Auch den eigenen Gefühlshaushalt achten (Psychohygiene)

Überblick	Erläuterungen	Material
Vorbereitung	Arbeitsblatt „Gefühlswürfel“ (S. 54) auf Tonkarton o. ä. als Klassensatz kopieren. Einen Würfel für das Spiel vorbereiten. Text- und Bildkarten des Gefühlswürfels für den Sitzkreis kopieren und ausschneiden.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arbeitsblatt Gefühlswürfel</li> </ul>
Begrüßungsritual	Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liedtext (Heft S. 3)</li> </ul>
Sitzkreis: Zuordnen von Gefühlen zu passenden Begriffen	Die Kinder sitzen im Stuhlkreis. Die Projektleitung legt die 6 Bildkarten, auf denen verschiedenen Gefühle abgebildet sind, und dazu passende Textkarten ungeordnet im Sitzkreis aus. Nun werden die Bilder und Begriffe geklärt und einander zugeordnet. Die Kinder erzählen passende Situationen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Karten „Text- und Bildkarten des Gefühlswürfels“</li> </ul>
Spiel: Gefühle raten	Die Kinder sitzen weiterhin im Stuhlkreis. Nun steht ein Kind auf, verlässt den Kreis, würfelt mit dem vorbereiteten Gefühlswürfel so, dass die Klasse das gewürfelte Bild nicht sehen kann. Das Kind geht in den Kreis zurück und versucht das auf dem gewürfelten Bild dargestellte Gefühl pantomimisch darzustellen. Die anderen Kinder interpretieren und benennen das Gefühl.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gefühlswürfel</li> </ul>

Hausaufgabe: Gefühlswürfel	Jedes Kind erhält die vorbereitete Vorlage eines Gefühlswürfels mit nach Hause zum Basteln und zum Spielen (dieser verbleibt dann auch zu Hause).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klassensatz „Gefühlswürfel“</li> </ul>
Abschiedsritual	Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) durchführen.	

# GEFÜHLSWÜRFEL



✂ Schneide  
den Würfel aus

✎ Klebe den  
Würfel zusammen

TEXT- UND BILDKARTEN DES GEFÜHLSWÜRFELS



**ICH BIN WÜTEND**



**ICH BIN FRÖHLICH**



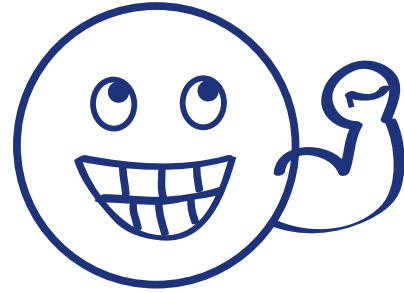
**ICH BIN TRAUIG**



**ICH HABE ANGST**



**ICH BIN ERSCHROCKEN**



**ICH BIN STOLZ**



# GEFÜHLE

## ALLE GEFÜHLE SIND OKAY

Klasse 1/2  
45 Min

Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie
Erkennen, dass alle Gefühle erlaubt sind, aber nicht jedes Verhalten Sich in verschiedene Gefühlssituationen hineinversetzen können Sinnbetonendes Lesen und Vortragen üben	Ich darf meine Gefühle zeigen und weiß, wie ich mich verhalten kann (, denn nicht jedes Verhalten ist erlaubt!)	Gefühle und Verhalten deutlich herausarbeiten: Ich sehe, dass du wütend bist, dann sage, was du ändern möchtest (anstatt zuzuschlagen). Regelerinnerung: SAGEN STATT SCHLAGEN Eigene Gefühle, wenn angebracht, auch ausdrücken, Beispiel für angemessenen Umgang anbieten	Dem Kind beim Formulieren von Gefühlen helfen Eigene Gefühle ausdrücken Beispiele für angemessenen Umgang anbieten

Überblick	Erläuterungen	Material
Vorbereitung	Basteln eines Stimmungsbarometers (Vorlage S. 58), ggf. Wäscheklammern mit Namen versehen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tonkarton</li> <li>• Wäscheklammern</li> </ul>
Begrüßungsritual	Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liedtext (Heft S. 3)</li> </ul>
Gedicht lesen und interpretieren	Max lernt mit den Kindern das Gedicht „Meinst du, dass das richtig ist?“ (S. 59). Es wird gemeinsam gelesen und interpretiert. Die Kinder erfahren über dieses Gedicht, dass alle Gefühle erlaubt sind. Man darf jedoch nicht alles machen, z.B.: Bei Wut kann ich schreien, aber nicht schlagen. Weitere Beispiele können aufgezeigt werden.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gedicht (Heft S. 17)</li> </ul>
Verschiedene Gefühle farbig kennzeichnen	Jedes Kind liest das Gedicht nochmals leise für sich und kennzeichnet dabei die verschiedenen Gefühle und deren Ausdrucksweise mit verschiedenen Farben. Danach werden die Gefühle mit dem passenden „Smiley“ verbunden.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Farbstifte</li> </ul>

Gedicht vortragen	<p>Die Kinder werden in vier Gruppen eingeteilt. Jede Gruppe bekommt eine Strophe zum Vortragen. Die Kinder sollen üben, diese Strophe sinnbetonend zu sprechen und die Gefühle möglichst echt nachahmen.</p> <p>Anschließend wird das Gedicht gruppenweise mit Bewegungen vor der Klasse vorgetragen (Applaus nicht vergessen).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gedicht (Heft S. 17)</li> </ul>
„Bewegungssingen“	<p>Das Lied „Wenn du fröhlich bist“ (S. 45) wird erlernt und gemeinsam mit dazu passenden Bewegungen gesungen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liedtext (Heft S. 4), deutsche Version</li> </ul>
Stimmungsbarometer	<p>Im Anschluss wird das Stimmungsbarometer eingeführt.</p> <p>Je nach Stimmung heften die Kinder die Wäscheklammer mit ihrem Namen unter Sonne (gutes Gefühl), Wolke (gemischtes Gefühl) und Gewitter (unangenehmes Gefühl).</p> <p>Sollten Sie keine Namensklammern haben, so stellen sich die Kinder an das jeweils passenden Symbol.</p> <p>Die Kinder dürfen freiwillig sagen, warum sie sich jetzt so fühlen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sonne, Wolke, Gewitter</li> </ul>
Abschiedsritual	<p>Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) durchführen.</p>	

## STIMMUNGSBAROMETER

Aus großen Bogen Tonkarton werden farblich passend eine Sonne, eine Wolke und eine Gewitterwolke gebastelt. Diese Symbole sollten mindestens eine Größe von DIN A3 erreichen. Für jedes Kind wird eine Wäscheklammer mit seinem Namen beschriftet, oder die Kinder stellen sich zu dem jeweiligen Symbol, wobei die Symbole im Klassenzimmer verteilt werden.



# MEINST DU, DASS DAS RICHTIG IST?

Heft S. 17



1. Wenn ich richtig wütend bin von der Zehe bis ans Kinn, dann tobe ich, dann schreie ich. Meinst du, dass das richtig ist?



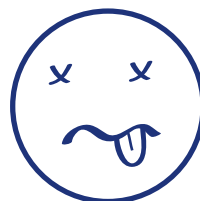
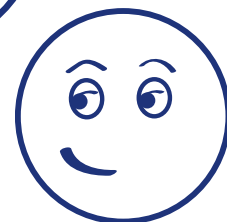
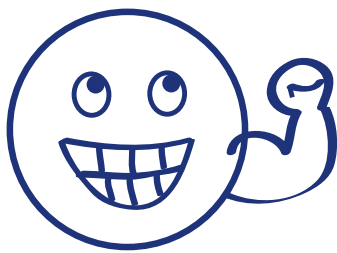
2. Wenn ich richtig traurig bin von der Zehe bis ans Kinn, dann schluchze und dann weine ich. Meinst du, dass das richtig ist?

3. Wenn ich richtig fröhlich bin von der Zehe bis ans Kinn, dann lache und dann freu ich mich. Meinst du, dass das richtig ist?



4. Alle Gefühle darf ich zeigen, keins davon muss ich verschweigen, die guten und die schlechten nicht, denn alles, alles, das bin ich!

Birgit Wiedenmann





# GEFÜHLE

## GEFÜHLE IM TAGESABLAUF


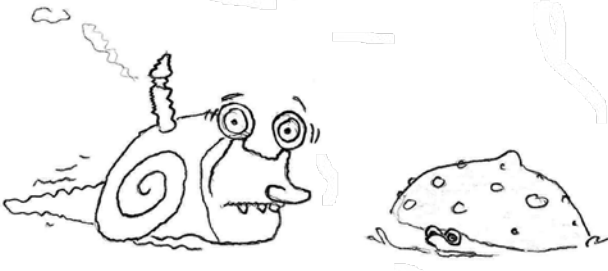

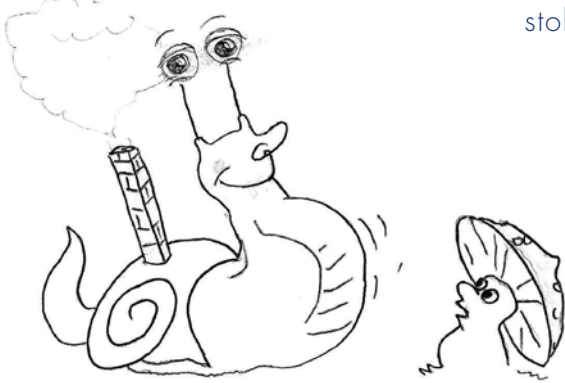
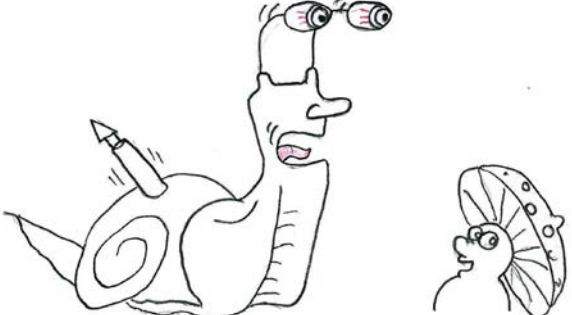



Klasse 3/4  
90 Min

Ziele		Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie
Vertiefung des Bausteins „Gefühle“ für 3./4. Klasse		Ich erkenne Gefühle bei mir und bei anderen, ich kann mein Gefühl angemessen ausdrücken	Eigene Gefühle klar benennen Den Kindern beim Erkennen der Gefühle helfen (Fragen, Formulierungsangebote) Vermitteln, dass alle Gefühle erlaubt sind (aber eben nicht alle resultierenden Handlungen)	Auf Gefühle des Kindes achten, sie ggf. erfragen oder benennen Vermitteln, dass alle Gefühle erlaubt sind (aber eben nicht alle Handlungen)
Überblick	Erläuterungen			Material
Vorbereitung	Gefühlekärtchen (S. 62) auf festes Papier kopieren, in Einzelbilder zerschneiden und evtl. laminieren. Gefühlescheiben (Anleitung S. 63, Kopiervorlagen S. 64/65) vorbereiten.			<ul style="list-style-type: none"> <li>Festes Papier</li> </ul>
Begrüßungsritual	Als Begrüßung „Max und Maxi sind jetzt endlich wieder da“ (S. 22) singen.			<ul style="list-style-type: none"> <li>Liedtext (Heft S. 4)</li> </ul>
Gefühle im Tagesablauf	<p>Die Projektleitung liest den Text „Ein Tag mit Max“ vor und macht zwischen den Abschnitten Pausen. Die Kinder legen beim Vorlesen ihren Kopf auf den Tisch.</p> <p><i>„Ein Tag mit Max“</i></p> <p><i>Die Sonne scheint und es ist schön warm. Zum ersten Mal in diesem Jahr kann Max im T-Shirt herumlaufen. Seine Mutter hat ihm versprochen, mit ihm heute Nachmittag ein Eis essen zu gehen. (Pause)</i></p> <p><i>Jetzt ist es nicht mehr weit bis zur Schule. Max muss nur noch an dem Haus mit dem großen Garten vorbei. Manchmal kommt der riesige schwarze Hund angeschossen und bellt laut. Max bekommt rasendes Herzklopfen, aber er ist schon spät dran. Schnell läuft er am Haus vorbei. (Pause)</i></p> <p><i>In der ersten Stunde haben sie Deutsch. Frau Bühler gibt das letzte Diktat heraus. Mist, schon wieder so viele Fehler, obwohl er doch so viel geübt hat.</i></p>			<ul style="list-style-type: none"> <li>Text „Ein Tag mit Max“</li> </ul>

	<p><i>Max steigen Tränen in die Augen. Olli, der neben ihm sitzt, bemerkt das und sagt: „Du Heulsuse!“ . Jetzt ist Max sauer. (Pause)</i></p> <p><i>In der letzten Stunde hat Max Sachunterricht. Darin ist er richtig gut und die Stunde macht ihm Spaß. Er freut sich, dass er als Einziger eine schwierige Frage beantworten kann. (Pause)</i></p> <p><i>Nach der Schule wartet Maxi auf Max und geht mit ihm nach Hause. Jetzt muss er nicht alleine Laufen und heute Nachmittag geht es ja noch zum Eisessen ...</i></p> <p>Nach dem Vorlesen erzählen die Kinder die Geschichte nach. Dabei beschreiben sie die Gefühle von Max.</p> <p>Zu den gleichen Gefühlen erzählen die Kinder eigene Erlebnisse.</p>	
Pantomimische Darstellung von Gefühlen	<p>Ein Kind kommt nach vorne und zieht eine Karte. Es spielt das darauf genannte Gefühl vor. Die anderen Kinder raten, welches Gefühl dargestellt wurde.</p> <p>Zur Vertiefung kann man alle Kinder an ihrem Platz dasselbe Gefühl darstellen lassen; Merkmale herausarbeiten. (Wie ist die Mimik? Wie ist die Körperhaltung?)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gefühllekärtchen</li> </ul>
Gefühle im Bild	<p>Für die verschiedenen Grundgefühle „Angst, Freude, Wut, Trauer“ in Kleingruppen oder einzeln Bilder malen lassen. Dabei können die Kinder kreativ sein. Sie können die Gefühle mit Farbe gestalten, Symbole malen, Auslöser zeichnen...</p> <p>Anschließend sollte es eine Ausstellung mit Erklärung geben/die Bilder sollten in der Großgruppe erläutert werden.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papier, Stifte, Wasserfarben, Wachsmalkreide...</li> </ul>
Hausaufgabe: Eine MAX-und-MAXI-Gefühlescheibe basteln	<p>Die Max-und-Maxi-Gefühlescheibe (S. 63 – 65) kann auch in einer extra Stunde gebastelt werden.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klassensatz Gefühlescheiben</li> <li>• Rundkopfklemmern</li> </ul>
Lied singen	<p>„Wenn du fröhlich bist“ (S. 45)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liedtext (Heft S. 4)</li> </ul>
Abschiedsritual	<p>Zum Abschied die Abschlussrakete (S. 21) durchführen.</p>	

# GEFÜHLEKÄRTCHEN

Gezeichnet von Johannes Henoch

<p>traurig</p> 	<p>ängstlich</p> 
<p>erfreut</p> 	<p>stolz</p> 
<p>überrascht</p> 	<p>schüchtern</p> 
<p>angeekelt</p> 	<p>wütend</p> 

# GEFÜHLESCHLEIBE

Grund- und Deckscheibe (auf festes Papier kopiert oder auf Pappe aufgezozen) werden bemalt und ausgeschnitten. Im Zentrum mit der Scherenspitze ein kleines Loch bohren und die beiden Scheiben mit einer Rundkopfkammer zusammenfügen.

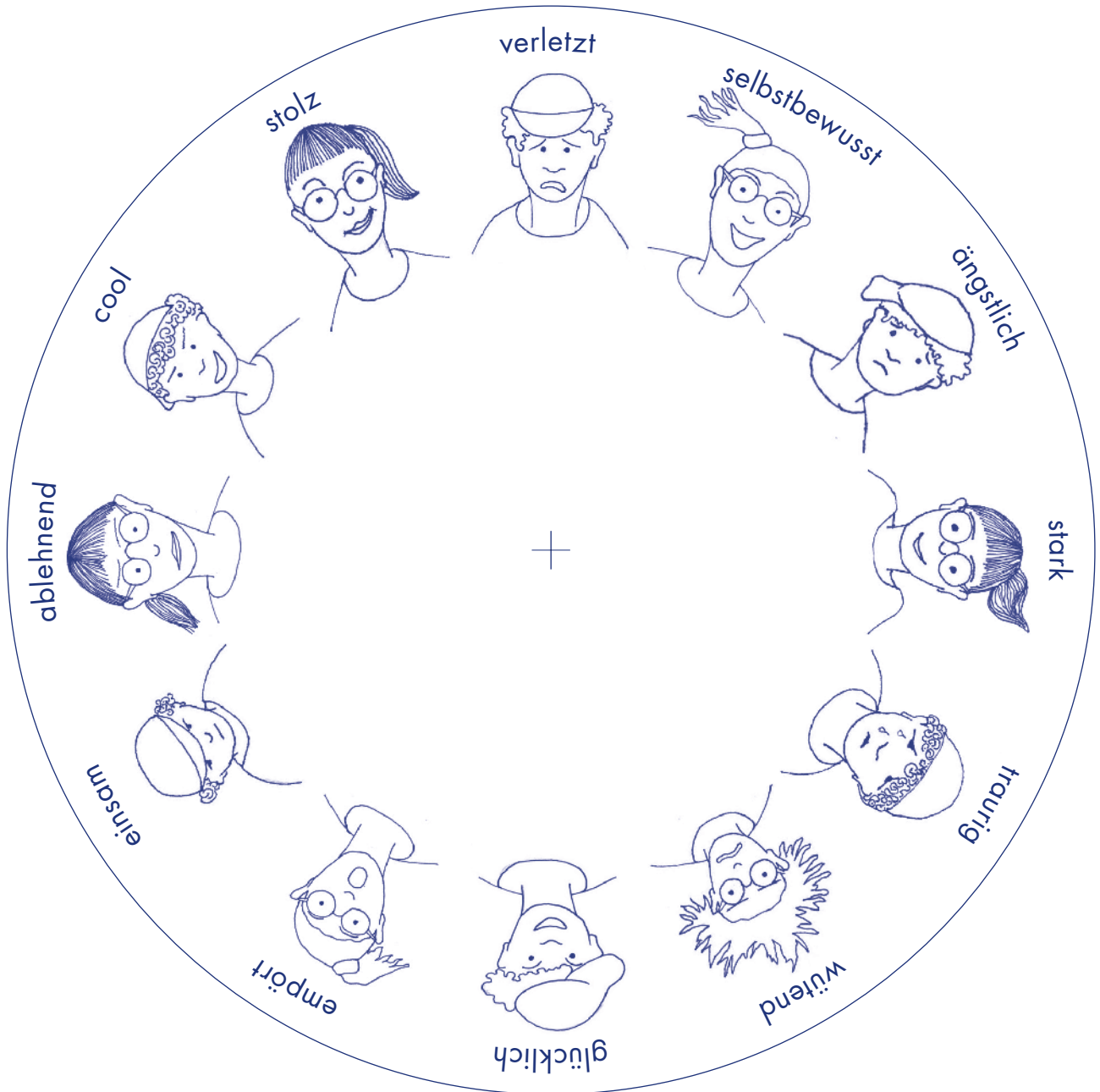
Die Gefühlescheibe begleitet die Kinder durch den Schulalltag. Bei geeigneten Anlässen lässt die Projektleitung die Kinder ihre Stimmung reflektieren und die aktuelle Gefühlslage und eventuelle Veränderungen während des Problemlösungsprozesses festhalten.

In den MAX-BESSER-Stunden können die Kinder zeigen, wie sich Max und Maxi oder sie selbst in einer Konfliktsituation fühlen und wie sich ihre Gefühle verändert haben, nachdem eine konstruktive Lösung gefunden worden ist. Die Arbeit mit der Scheibe konkretisiert den Umgang mit den eigenen Gefühlen und denen der anderen.

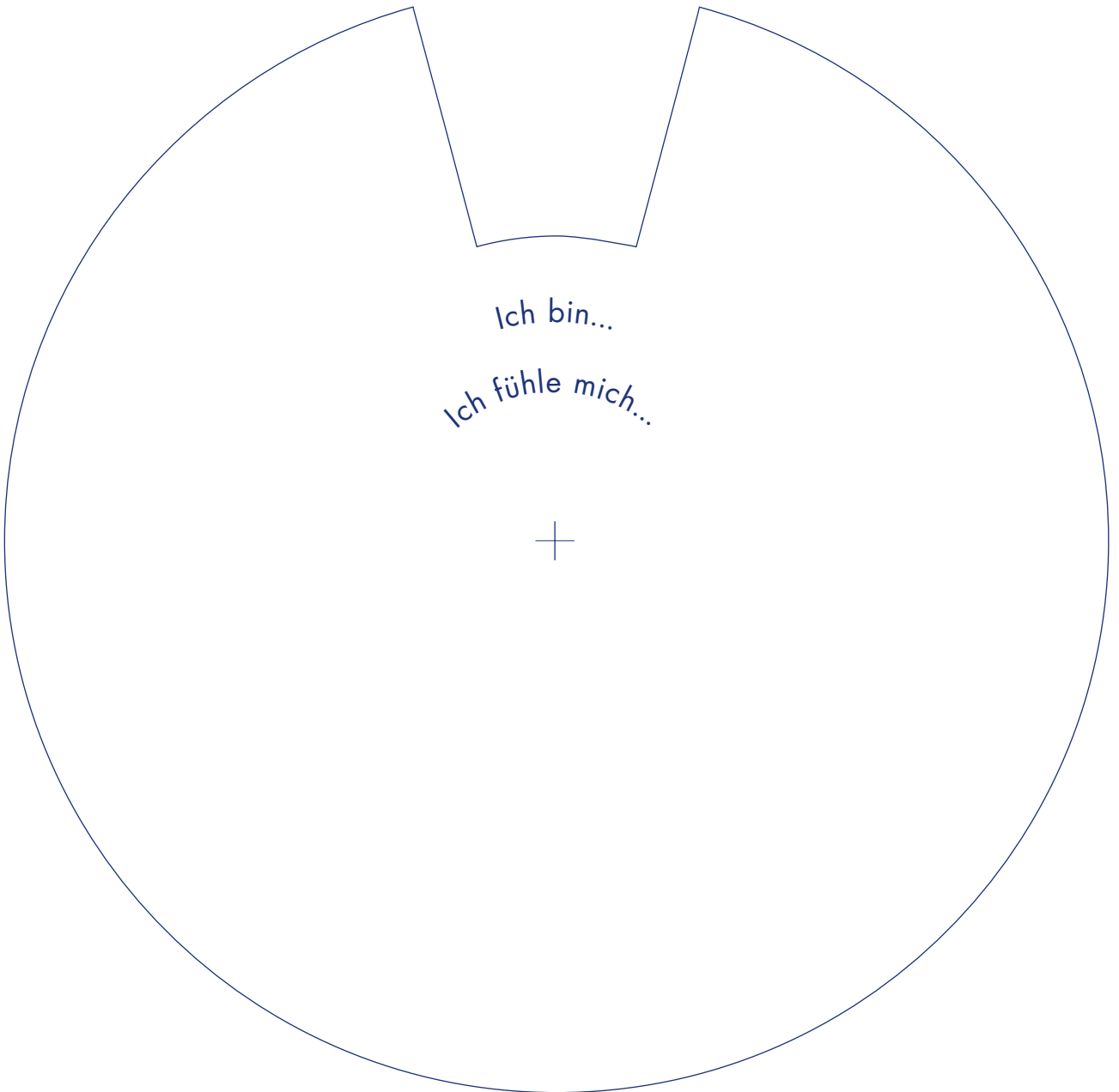
Die Kinder sollen sich über verschiedene Fragestellungen und Probleme Gedanken machen:

- Was fühle ich?
- Wie fühlt es sich an, wo spüre ich es?
- Da fühle ich mich wohl – da fühle ich mich unwohl – ich kann es unterscheiden.
- Das mag ich – das mag ich nicht – Gefühle zeigen können.

# GEFÜHLESCHEIBE



# GEFÜHLESCHEIBE





# GEFÜHLE

## DEINE STIMMUNG IST UNTEN – WAS NUN?

Klasse 1/2  
45 Min

<b>Ziele</b>	<b>Botschaften für die Kinder</b>	<b>Lehrkräfte</b>	<b>Eltern/Familie</b>
Bewusst machen, dass man seinen Gefühlen/ seiner Stimmung nicht hilflos ausgeliefert ist	Ich weiß, wie man sich in einer Krise verhält und dass man sich Hilfe holen darf.	Regelmäßig Stimmungsbarometer anwenden (z. B. zu Beginn des Unterrichts).	Auf die Stimmung des Kindes achten, es ggf. darauf ansprechen

<b>Überblick</b>	<b>Erläuterungen</b>	<b>Material</b>
Begrüßungsritual	Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liedtext (Heft S. 3)</li> </ul>
Stimmungsbarometer	Je nach Stimmung sortiert man sich unter Sonne (gutes Gefühl), Wolke und Gewitter (gemischtes, unangenehmes Gefühl) oder man hängt seine Namensklammer dran. Die Kinder dürfen freiwillig sagen, warum sie sich jetzt so fühlen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sonne, Wolke, Gewitter</li> </ul>
Hinführung zum Thema durch die Geschichte	Die Projektleitung liest die Geschichte „Kein guter Tag für Maxi?“ (S. 68) vor. <i>Alternativ kann auch „Maxi“ die Geschichte in der ich-Form vorfragen.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Geschichte „Kein guter Tag für Maxi?“</li> </ul>
Nacherzählung	Die Kinder erzählen die Geschichte nach und beschreiben die Stimmung bzw. die Gefühle von Maxi („Sie ist wütend, traurig, einsam, schlecht drauf...“).	
Wie könnte die Geschichte weitergehen?	Die Kinder stellen Vermutungen an, wie die Geschichte weitergehen könnte. Der jeweilige Ausgang wird mit den Handpuppen (durch die Projektleitung oder aber auch durch die Kinder) nachgestellt. <b>Was muss passieren, damit es Maxi wieder besser geht?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Handpuppen</li> </ul>
Unterrichtsgespräch zu eigenen Erfahrungen	Die Kinder berichten von eigenen ähnlichen Erfahrungen. Es werden auch Überlegungen angestellt, welches die Gründe für ein Stimmungstief sein können.	

<p>Sammeln von Tricks zum Heben der Stimmung</p>	<p>Im Unterrichtsgespräch werden Ideen gesammelt, was man tun kann, wenn die Stimmung mal ganz unten ist.</p> <p><i>Wo bist du dann am liebsten? Was kannst du tun, damit es dir wieder besser geht?</i></p> <p><b>Hinweis:</b> Wichtige Fragen: siehe Kasten unten. In den höheren Klassen können die Ergebnisse auch im Heft festgehalten werden.</p>	
<p>Traumreise „Mein Kraftplatz – ein schöner Ort“</p>	<p>Die Projektleitung führt in die Traumreise (S. 69) ein.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Text „Mein Kraftplatz – ein schöner Ort“</li> </ul>
<p>Malen „Mein Kraftplatz“</p>	<p>Jedes Kind kann nun seinen Kraftplatz (S. 70), seinen schönen Ort ins Heft malen, ggf. zu Hause fertig malen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Mein Kraftplatz“ (Heft S. 18)</li> <li>• Farbstifte</li> </ul>
<p>Abschiedsritual</p>	<p>Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) durchführen.</p>	

<p><b>Wichtige Fragen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Was hilft mir?</li> <li>• Was brauche ich?</li> <li>• Was kann ich tun?</li> <li>• Was sollte ich lassen?</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Was mag ich? Was mag ich nicht?</li> <li>• Was will ich?</li> <li>• Was tut mir gut, nicht gut oder weh?</li> </ul>
--

## KEIN GUTER TAG FÜR MAXI?

Eigentlich fing der Tag für Maxi ganz gut an. Mama weckte sie freundlich mit einem Guten-Morgen-Kuss und überraschte sie mit einer nagelneuen Hose. Genau so eine, wie sich Maxi gewünscht hatte. Diese Hose hatte nämlich fünf Taschen, die sie mit ihrem Krimskrams füllen konnte. In die linke Tasche kam der Füller, in die rechte Tasche Kaugummi und in die anderen zwei Hosentaschen steckt sie ihren Glücksstein und den Hüpfgummi. In der letzten Tasche war sogar noch Platz für ihren kleinen Plüschhund Schnuffel.

Maxi wartet nun voller Stolz darauf, dass ihre Freundin Steffi sie endlich für die Schule abholt. Aber Steffi klingelt heute nicht. Enttäuscht macht sich Maxi alleine auf den Weg zur Schule. Doch was sieht sie, als sie um die Ecke biegt? Da ist doch ihre beste Freundin Steffi kichernd mit Sarah und Hanna unterwegs. Maxi stapft enttäuscht und traurig hinterher. Zuerst will sie den dreien noch nachrufen, aber vor lauter Enttäuschung bekommt sie kein Wort heraus. Je mehr Spaß die drei miteinander haben, umso trauriger wird Maxi, ja sie wird sogar langsam ein bisschen wütend auf ihre beste Freundin Steffi.

In der Schule angekommen, geht sie voller Stolz an ihren Platz und erwartet von Steffi, dass sie endlich ihre neue Hose bewundert. Aber Steffi beachtet sie nicht. Maxi stupst Steffi und zeigt auf ihre Hose. Hanna und Sarah schauen sich an und prusten los. „Hast du deine Hose mit Papas Rucksack verwechselt?“ Die übrigen Kinder fangen nun auch an, sie auszulachen. Sie schaut hilfeschend zu Steffi, doch diese lacht noch mehr als alle anderen.

Maxi wird wütend. Am liebsten hätte sie mit all ihrer Wut gegen Steffis Schienbein getreten. Doch im letzten Moment reißt sie sich zusammen. Maxi ballt ihre Hände zu Fäusten – in ihrem Kopf hämmert es. Stopp – Stopp – Stopp! Sie denkt an Max, der ihr seinen Trick verraten hat. Dann rennt sie los, stürmt zur Tür hinaus und die Treppen hinunter. Erst auf der letzten Stufe macht sie halt. Traurig setzt sie sich nieder. Dicke Tränen kullern ihr übers Gesicht ...

*Wuttrick siehe S. 79/81*

## TRAUMREISE MEIN KRAFTPLATZ – EIN SCHÖNER ORT

Lege oder setze dich bequem hin und schließe die Augen. Achte auf deinen Atem, der gleichmäßig und ruhig kommt und geht wie die Wellen am Strand ... Der Atem kommt und geht ganz von selbst ... Du merkst, dass du langsam ruhig wirst ...

Stell dir vor, du bist auf der Suche nach einem Ort: einem schönen, sicheren Ort. Dieser Ort kann bei dir zu Hause sein, er kann sich aber auch in der freien Natur befinden, in einem Wald, auf einer Wiese, auf einem Berg, an einem See oder es ist sonst ein Ort, an dem du dich sicher und geborgen fühlst. Erträume dir einen sicheren Ort ... Mache dich nun auf den Weg dorthin.

Was siehst du um dich herum? Welche Dinge, Farben gibt es?  
*(ca. 20 Sek. Pause)*

Was hörst du? Ist es laut oder leise? Welche Geräusche gibt es?  
*(ca. 20 Sek. Pause)*

Was spürst du ... auf der Haut ... an den Händen und Füßen ... warm oder kalt?  
*(ca. 20 Sek. Pause)*

Du spürst, wie dein Atem immer ruhiger wird und du anfängst, dich immer mehr zu entspannen. Du bist an deinem schönen Ort ...“  
*(1 Minute Pause)*

Genieße deinen Ort noch einen Augenblick und komme dann langsam zurück. Bringe das schöne Gefühl der Geborgenheit mit ins Klassenzimmer. Du nimmst den Klassenraum wieder wahr, deine Klassenkameradinnen und Klassenkameraden, die Geräusche um dich herum ... Balle die Fäuste ... strecke dich ... atme tief ein und aus ... und öffne die Augen.

# MEIN KRAFTPLATZ

*Heft S. 18*





## GEFÜHLE

## TRAURIGKEIT BRAUCHT IHREN PLATZ

Klasse 3/4  
45 Min

Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie
Umgang mit Traurigkeit Traurigkeit zulassen und annehmen	Trauer/Traurigkeit ist manchmal wichtig, ich darf dieses Gefühl empfinden. Ich kann trösten, beistehen, ablenken und helfen.	Trauer/Traurigkeit als Gefühlszustand von einiger Dauer akzeptieren, ggf. dem Kind durch Reden Empathie und Trost spenden.	Trauer/Traurigkeit als Gefühlszustand von einiger Dauer akzeptieren, trösten, helfen und aufheitern.

Überblick	Erläuterungen	Material
Vorbereitung	Karten für das Kartenspiel (S. 75) kopieren, eventuell laminieren und ausschneiden. Für die Trostkärtchen Papier (schön ist buntes Papier) in DIN A6 herrichten.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Festes Papier (Laminierfolie)</li> <li>Buntes Papier</li> </ul>
Begrüßungsritual	Als Begrüßung „Max und Maxi sind jetzt endlich wieder da“ (S. 22) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liedtext (Heft S. 4)</li> </ul>
Figurenspiel „Max trauert“	Den Text „Max trauert“ (S. 74) als Figurenspiel aufführen oder als Text vorlesen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Figuren Max und Maxi</li> <li>Text</li> </ul>
Fragen zum Punkt Traurigkeit	<p><i>Welche Situationen machen oder machen euch traurig?</i></p> <p><i>Wo und wie im Körper habt ihr die Traurigkeit gespürt?</i></p> <p><i>Was hilft euch, damit ihr getröstet werdet?</i></p> <p><i>Ist es peinlich, wenn ein Kind weint, weil es traurig ist? Und bei Erwachsenen?</i></p> <p><i>Wie würdet ihr einen Freund/eine Freundin trösten?</i></p>	
Kartenspiel zu Trauer	Reihum würfeln die Kinder. Wer eine 1 oder 6 würfelt, zieht eine Karte und beantwortet die Frage bzw. sagt etwas zu der Aussage. Die Karte kann anschließend in der Gruppe diskutiert werden. Hier ist besonders darauf zu achten, dass alle respektvoll miteinander umgehen und alle eine eigene Meinung haben dürfen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kartenspiel</li> <li>Würfel</li> </ul>

Phantasiereise „Mein Krafttier“	Die Projektleitung liest die Phantasiereise „Mein Krafttier“ (S. 76) vor.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Phantasiereise „Mein Krafttier“</li> </ul>
Malen „Mein Krafttier“	Die Kinder malen ihr Krafttier (S. 77) ins Arbeitsheft.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Mein Krafttier“ (Heft S. 19)</li> </ul>
Trostkärtchen	Trostkärtchen mit den Kindern basteln. Jedes Kind bekommt 1 – 2 Papierkärtchen. Darauf soll es einen tröstenden Spruch, zum Beispiel: „Kopf hoch!“ oder „Ich helfe dir.“, schreiben. Eventuell können die Kärtchen mit Glitzerstiften o.ä. verziert werden. Die Kinder sollen die Karten bei Bedarf zum Trostspenden hergeben.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trostkärtchen</li> <li>• Stifte</li> </ul>
Abschiedsritual	Zum Abschied die Abschlussrakete (S. 21) durchführen.	

## MAX TRAUERT

*Maxi sieht, dass Max mit hängendem Kopf auf einer Bank sitzt, und geht zu ihm hin.*

Maxi: Hey Max, was ist denn mit dir los?

Max: Ach, mein Hamster ist heute Morgen gestorben und jetzt bin ich total traurig.

Maxi: Oh, das tut mir leid. Ich kann mich daran erinnern, dass ich auch ganz traurig war, als unsere Katze gestorben ist. Hast du den Hamster schon beerdigt?

Max: Ja, wir haben ihn im Garten verbuddelt und ein Kreuz an die Stelle gestellt.

Maxi: Und eine Abschiedsfeier? Mir hat das damals total geholfen.

Max: Das ist eine gute Idee. Vielleicht geht es mir hinterher besser.  
Aber ich muss dann bestimmt weinen und das ist mir peinlich.

Maxi: Ach, Quatsch! Das ist doch normal, dass man weinen muss, wenn man traurig ist.  
Und meine Mama hat mal gesagt, wenn man die ganzen Tränen zurückhält,  
dann platzt einem irgendwann der Kopf. Obwohl ich mir das nicht vorstellen will....  
Und ich bin ja da und kann dich trösten!

Max: Dann lass uns eine richtig schöne Trauerfeier machen.  
Mit Musik und Blumen und Reden und so!

## KARTENSPIEL ZU TRAUER

<p><b>Darf ich lachen, wenn ich traurig bin?</b></p>	<p><b>Ist es okay, dass ich weine, wenn ich traurig bin?</b></p>	<p><b>Bist du lieber alleine oder lieber bei anderen Menschen, wenn du traurig bist?</b></p>	<p><b>Wie kannst du einen Freund/ eine Freundin trösten?</b></p>
<p><b>Hat Traurigkeit eine Farbe? Wenn ja, welche?</b></p>	<p><b>Wo spürst du Traurigkeit in deinem Körper?</b></p>	<p><b>Dürfen Erwachsene traurig sein?</b></p>	<p><b>Wie geht es dir, wenn Mama oder Papa traurig sind?</b></p>
<p><b>Kennen Indianer wirklich keinen Schmerz?</b></p>	<p><b>Kann man Traurigkeit abschalten?</b></p>	<p><b>Was hilft dir, wenn du traurig bist?</b></p>	<p><b>Wer hilft dir, wenn es dir mal nicht gut geht? Wie wird dir geholfen?</b></p>
<p><b>Können Tiere traurig sein?</b></p>	<p><b>Wie lange dauert traurig sein?</b></p>	<p><b>Wo bist du gerne, wenn du traurig bist?</b></p>	<p><b>Macht es einen Unterschied, ob Mädchen oder Jungen traurig sind?</b></p>

## FANTASIEREISE MEIN KRAFTTIER

Setze dich entspannt hin. Lege deinen Kopf auf den Tisch oder lehne ihn an einer Wand an.

Spüre deinen Atem. Er fließt ganz automatisch in deinen Bauch hinein und auch wieder hinaus. Lass ihn weiterfließen, hinein und hinaus, hinein und hinaus. *(Pause)*

Lass den Atem immer tiefer in deinen Bauch fließen und spüre, wie sich dein Bauch beim Einatmen hebt und beim Ausatmen senkt. *(Pause)*

Steige in Gedanken auf eine Wolke, sie steigt mit dir hoch in den Himmel. Die Wolke wärmt dich und gibt dir Schutz und Halt. Immer höher steigt die Wolke und fliegt mit dir davon. Ihr fliegt über Wälder und Wiesen, über Berge und Täler, über Seen und Flüsse. *(Pause)*

Du merkst, dass die Wolke langsam landet, immer näher kommt sie einer grünen Wiese. Kurz vor dem Boden hält sie an, so dass du bequem absteigen kannst. Du bist nun in der Welt der Krafttiere. Die Sonne scheint und es ist angenehm warm. Du hörst Vögel zwitschern und die Blätter in einem leichten Wind rascheln. Ansonsten ist es ganz still und du genießt diese Ruhe. *(Pause)*

Du siehst die weite Wiese mit vielen bunten Blumen. Weiter hinten siehst du einen Wald, auf der anderen Seite ein Feld. Schau dich genau um. *(Pause)*

Hier gibt es viele Krafttiere, aber nur eines zeigt sich dir, nämlich dein persönliches. Suche dein Krafttier auf der Wiese, im Wald, auf dem Feld. Sei einfach nur aufmerksam und es wird sich dir zeigen. *(Pause)*

Nun hast du dein Krafttier entdeckt. Beobachte es aus der Entfernung. Wie sieht es aus? Ist es ein Tier, das auf der Erde lebt? Ein Fabelwesen? *(Pause)*

Langsam gehst du näher zu deinem Krafttier hin. Begrüße dein Krafttier behutsam. Stelle dich mit deinem Namen vor. Vielleicht hat es auch einen Namen. Unterhalte dich in Gedanken mit deinem Krafttier. Wenn du Sorgen hast, kannst du ihm gleich davon erzählen. Es will für dich da sein. Dir zuhören und dir Kraft geben. *(längere Pause)*

Für heute ist die Zeit im Land der Krafttiere um. Verabschiede dich von deinem Krafttier und steige auf die Wolke, die dich wieder in deine Welt zurück bringt. *(Pause)*

Du sitzt wieder sicher auf der Wolke und sie fliegt dich über Wiesen, Wälder, Felder und Städte zurück in unser Klassenzimmer. Du spürst die Kraft, die dir dein Krafttier gegeben hat. Den Mut und die Zuversicht. Du weißt, dass du jederzeit zu deinem Krafttier zurückkehren kannst. Die Wolke wird da sein und dich hinfliegen. *(Pause)*

Nun landest du im Klassenzimmer und bist frisch gestärkt. Strecke und dehne dich. Schlage langsam die Augen wieder auf...

# MEIN KRAFTTIER

*Heft S. 19*



## GEFÜHLE

## MAXIS WUT

Klasse 1/2  
45 Min

Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie
Sozialverträglicher Umgang mit Wut	Ich kann mich wieder beruhigen (Max' Wut-Trick)	Bei gegebenem Anlass an den Wut-Trick erinnern, Kind evtl. dabei begleiten.	In der Schule hat Ihr Kind den Umgang mit Wut kennen gelernt, vielleicht möchten Sie das zuhause aufgreifen.

Überblick	Erläuterungen	Material
Vorbereitung	Die Seiten „Maxis Wut“ (S. 80) und „Max' Wut-Trick“ (S. 81) auf Folie kopieren.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 Folien</li> </ul>
Begrüßungsritual	Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liedtext (Heft S. 3)</li> </ul>
Stimmungsbarometer	Je nach Stimmung sortiert man sich unter Sonne (gutes Gefühl), Wolke und Gewitter (gemischtes, unangenehmes Gefühl). Die Kinder dürfen freiwillig sagen, warum sie sich jetzt so fühlen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sonne, Wolke, Gewitter</li> </ul>
Hausaufgabenkontrolle	Hausaufgabe „Malen des Kraftplatzes“ mit Max-Besser-Stempel kontrollieren	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Max-Besser-Stempel Stempelkissen</li> </ul>
Rückblende zur Geschichte „Kein guter Tag für Maxi?“	Die Projektleitung erinnert an die Geschichte „Kein guter Tag für Maxi?“ (S. 68). Ihr Inhalt wird kurz wiederholt und die Gefühle von Maxi werden beschrieben: <b>„Maxi war nicht nur traurig, sondern auch wütend. Am liebsten hätte sie geschlagen und getreten.“</b> Die Projektleitung erzählt von Maxis Schwäche, ihre Wut schlecht unter Kontrolle halten zu können	
„Maxis Wut“	<b>„Max kennt Maxis Problem. Maxi hat ihm auch schon einmal beschrieben, wie es ihr ergeht, wenn sie wütend ist. Das sieht dann so aus:“</b> Die Projektleitung präsentiert die Folie „Maxis Wut“ und deckt nach und nach die einzelnen Aussagen auf.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Folie „Maxis Wut“</li> </ul>

Unterrichtsgespräch	Kurzes Unterrichtsgespräch über „Maxis Wut“ und die Wuterfahrungen der Kinder. Die Projektleitung weist noch einmal darauf hin, dass Wut erlaubt ist, aber nicht jedes wütende Verhalten.	
Sammeln von Ideen zum sozialen Umgang mit Wut	Im Unterrichtsgespräch werden hilfreiche Ideen gesammelt, wie man mit Wut umgeht. Mögliche Ideen könnten sein: Anspannen, auf die Zähne beißen, Fäuste machen, ein Stoppsignal setzen, den „Wutort“ verlassen, ein Handtuch auswringen, mit den Füßen in der Luft Fahrrad fahren, auf ein Kissen schlagen, in ein Kissen schreien, losheulen, tief durchatmen, langsam rückwärts zählen,...	
Üben von sozial verträglichem Umgang mit Wut (Max' Wut-Trick)	Die Kinder überlegen, welchen Trick Max wohl Maxi verraten haben könnte, damit sie sich diesmal unter Kontrolle hatte. Im Anschluss wird Max' Wut-Trick ausprobiert und geübt: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leise „Stopp“ sagen.</li> <li>• Dreimal tief Luft holen und ausatmen.</li> <li>• Langsam von 10 rückwärts zählen.</li> <li>• Leise „Beruhige dich!“ sagen.</li> </ul>	
Eintrag ins Max-Besser-Heft	Die Projektleitung legt die Folie auf und deckt nach und nach die einzelnen Sätze auf. Die Kinder übertragen den Text ins Heft. Danach wird es nochmals mit der gesamten Klasse eingeübt.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Folie „Max' Wut-Trick“ (Heft S. 20)</li> </ul>
Abschiedsritual	Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) durchführen.	

## MAXIS WUT

... dann möchte ich jemanden verprügeln!

... dann möchte ich alles kurz und klein schlagen!

... dann würde ich am liebsten allen Leuten die Zunge herausstrecken!

... dann balle ich meine Hände zu Fäusten!

... dann schreie ich, so laut ich kann!

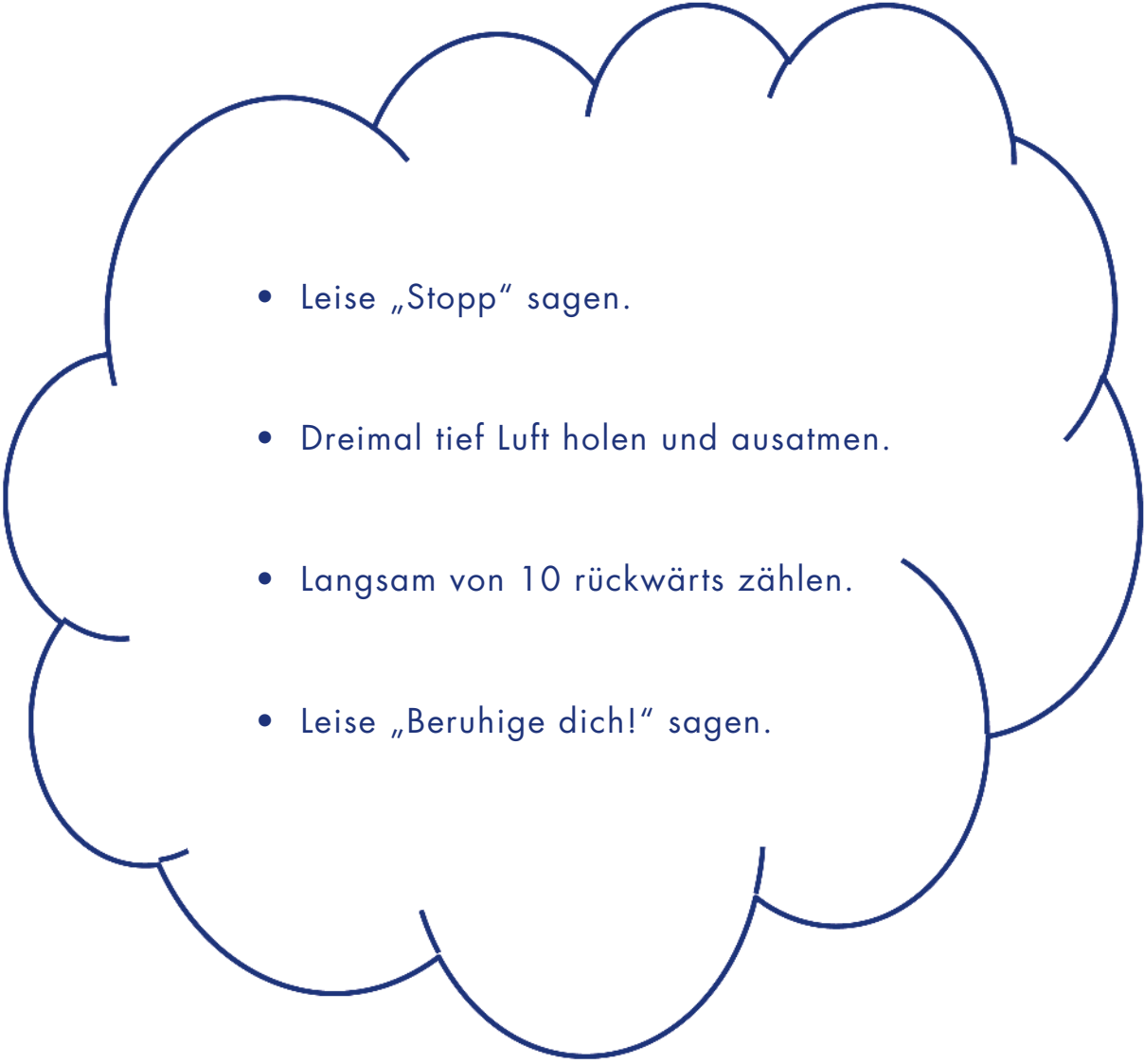
... dann möchte ich mein Heft zerfetzen!

... dann werde ich ganz rot im Gesicht!

**... dann tut es mir hinterher ganz arg leid!**

# MAX' WUT-TRICK

Heft S. 20

- 
- Leise „Stopp“ sagen.
  - Dreimal tief Luft holen und ausatmen.
  - Langsam von 10 rückwärts zählen.
  - Leise „Beruhige dich!“ sagen.



# GEFÜHLE

## WUT – EIN PROBLEMATISCHES GEFÜHL

Klasse 3/4  
90 Min

Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie
Auslöser, Signale von Wut und Umgang mit Wut kennen lernen Vertiefung richtigen Umgangs mit dem Gefühl „Wut“	Ich kenne und erkenne Wut als legitimes, aber ‚gefährliches‘ Gefühl Ich erkenne rechtzeitig Auslöser der Wut und gehe ihnen ggf. aus dem Weg Ich übe mich darin, mit diesem Gefühl umzugehen, ohne andere zu schädigen	Ad hoc auf das Gefühl eingehen, ggf. intervenieren, hinterher Auslöser etc. analysieren, Handlungsalternativen entwickeln Muster erkennen. Eigenes Frühwutsystem entwickeln.	Vorab mit dem Kind besprechen, wenn ein Wutausbruch kommt, was gemacht wird (z. B. Zeichnen vereinbaren, Zimmer aufsuchen, aus dem Zimmer gehen, Boxsack, etc.) und anschließend darüber reden.
Überblick	Erläuterungen	Material	
Begrüßungsritual	Als Begrüßung „Max und Maxi sind jetzt endlich wieder da“ (S. 22) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liedtext (Heft S. 4)</li> </ul>	
Figurenpiel „Maxi ist sauer“	Den Text „Maxi ist sauer“ (S. 84) als Figurenspiel aufzuführen oder als Text vorlesen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Figuren</li> <li>Max und Maxi</li> <li>Text</li> </ul>	
Reflexion in Kleingruppen	Die Kinder bearbeiten selbstständig in Kleingruppen das Arbeitsblatt „Wenn ich wütend bin...“ und berichten über ihre eigenen Erfahrungen mit Auslösern von Wut und Reaktionen bei Wut.  Danach Besprechung in der Klasse.	<ul style="list-style-type: none"> <li>„Wenn ich wütend bin“ (Heft S. 21)</li> </ul>	
Klassengespräch: Folgen von Wutreaktionen	Welche Reaktionen sind o.k., welche nicht? Warum?  Die Wutreaktionen werden an die Tafel geschrieben und in die Spalten „o.k.“ (grün) – „nicht o.k.“ (rot) sortiert. Der Lehrer/die Lehrerin lässt die Kinder dabei die Einordnung begründen.  Auf den Arbeitsblättern können die Kinder angemessene Reaktionen grün anstreichen, unangemessene rot.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tafel</li> </ul>	

Wutbilder	<p>Die Projektleitung weist darauf hin, dass es viele bildhafte Beschreibungen (Metaphern) für Wut, Ärger und Zorn gibt, nennt zwei Beispiele von der Liste und schreibt sie an die Tafel. Die Kinder ergänzen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• fuchsteufelswild sein</li> <li>• vor Wut rot anlauen</li> <li>• platzen vor Wut</li> <li>• Teufelswut</li> <li>• auf 180 sein</li> <li>• vor Wut kochen</li> <li>• austrasten, ausflippen</li> <li>• explodieren können</li> <li>• vor Wut außer sich sein</li> <li>• sich in der Luft zerreißen</li> <li>• Gift und Galle spucken</li> <li>• wutschnaubend</li> <li>• Feuerdrache</li> <li>• sich grün und blau ärgern</li> <li>• jemanden vor Wut an die Wand klatschen wollen</li> <li>• ...</li> </ul>	
„Wutbild-Metaphern“ visualisieren	<p>Die Kinder wählen aus der Liste an der Tafel den Ausdruck aus, der am besten auf sie zutrifft, wenn sie wütend sind. Jedes Kind malt diesen Ausdruck als „Mein Wutbild“ ins Heft. Anschließend werden die Bilder in der Klasse vorgestellt.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Mein Wutbild“ (Heft S. 22)</li> </ul>
Phantasiereise zum Wutabbau	<p>Die Kinder setzen oder legen sich bequem hin und schließen die Augen. Der Text der Atem- und Entspannungsübung (S. 87) wird vorgelesen, die Bilder der Kinder werden an geeigneter Stelle einbezogen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Text „Phantasiereise zum Wutabbau“</li> </ul>
Auswertung	<p>Im Anschluss wird die Fantasiereise ausgewertet. Frage: <b>„Wie sah dein Wutbild aus und wie konntest du die Wut verkleinern?“</b></p>	
Hausaufgabe	<p>Arbeitsblatt „Meine Wutreaktion“ (S. 88). Die Kinder beobachten sich ein bis zwei Wochen lang selbst und tragen ihre Wutreaktion in das Arbeitsblatt ein.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Meine Wutreaktion“ (Heft S. 23)</li> </ul>
Abschiedsritual	<p>Zum Abschied die Abschlussrakete (S. 21) durchführen.</p>	

## MAXI IST SAUER

Max: Hey, warum hast du gerade deinen kleinen Bruder getreten?

Maxi: Weil der doof ist und mich nervt!  
Verdammt noch mal – ich könnte alles kurz und klein schlagen!  
Ich bin so sauer!

Max: Was ist denn los? Jetzt komm erst mal wieder runter.  
Wer hat dich denn so auf die Palme gebracht

Maxi: Mein Trainer ist **so** gemein. Nur weil ich beim letzten Mal zu oft gefoult habe, hat er jemand anderen in die Mannschaft genommen. Dabei schieße ich immer noch die meisten Tore. Nachher verlieren wir noch das Spiel.

Max: Klar, jetzt hast du eine Riesenwut auf deinen Trainer.  
Aber deswegen musst du doch nicht deinen kleinen Bruder treten.  
Lauf eine Runde um den Block oder hau auf ein Kissen – aber für deinen Trainer kann dein Bruder wirklich nichts. Sag deinem Trainer, dass es dir Leid tut und dass du in Zukunft weniger Fouls machst.  
Vielleicht lässt er dich ja wieder mitspielen, wenn du weniger foulst.

# WENN ICH WÜTEND BIN

Heft S. 21



Maxi hat in der Geschichte eine „unbändige“ Wut.

Mach dir Gedanken zu den zwei folgenden Fragen und schreibe sie in den Kästchen auf. Vergleicht eure Antworten in der Gruppe. Wenn jedes Kind seine Meinung gesagt hat, überlegt gemeinsam, wer von euch das Ergebnis der ganzen Klasse vortragen soll.

**Das macht mich wütend:**

**Da spüre ich meine Wut / So fühlt sich meine Wut an:**

**So reagiere ich meine Wut ab:**

# MEIN WUTBILD

*Heft S. 22*

## PHANTASIEREISE ZUM WUTABBAU

Lege oder setze dich bequem hin und schließe die Augen.

Achte auf deinen Atem, der gleichmäßig und ruhig kommt und geht wie die Wellen am Strand ... Der Atem kommt und geht ganz von selbst ... Du merkst, dass du langsam ruhig wirst ... Beobachte eine Weile deinen Atem und spüre, an welcher Stelle in deinem Körper sich etwas bewegt ...

Jetzt stellst du dir dein gemaltes Wutbild vor und lässt es groß und größer, bunter und greller werden... wenn es laut in deinem Bild ist, lass es innerlich laut werden ... wenn einer die Palme hinauf geht, lass ihn ganz hinaufklettern ... wenn du vor Wut explodierst, stelle dir vor wie du in tausend Stück zersplitterst. *(kurze Pause)*

Dann entscheidest du, dass das Bild blasser wird, die Farben verschwinden, laufen aus ... die Töne werden leiser ... der Mensch klettert die Palme herunter ... du nimmst den Milchtopf vom Herd ... der Film mit den explodierenden Teilen läuft rückwärts und alle Teile gehen wieder zusammen ...

Lass das eine Weile geschehen, bis die Dinge sich wieder beruhigt haben ... bis dein Atem wieder ruhiger geworden ist ... ein und aus ... ein und aus ... Du nimmst den Klassenraum wieder wahr, deine Klassenkameraden, die Geräusche um dich herum ... Balle die Fäuste ... strecke dich ... atme tief ein und aus und öffne die Augen.

# MEINE WUTREAKTION

Heft S. 23

So habe ich diese Woche in Wutsituationen reagiert:


**Das war okay**



**Das war nicht okay**





 <b>ANGST</b>		<b>Klasse 3/4</b> <b>90 Min</b>	
<b>Ziele</b>	<b>Botschaften für die Kinder</b>	<b>Lehrkräfte</b>	<b>Eltern/Familie</b>
Angst als wichtiges Alarmsignal wahrnehmen Eigene Ressourcen der Angstbewältigung kennen lernen Externe Hilfen ansprechen	Ich erkenne Angst an mir Ich weiß, dass mich Angst häufig vor Gefahren warnen will Ich lasse mich aber nicht von ihr lähmen Wird die Angst zu groß, hole ich mir Hilfe	Erkennen, dass in problematischem Verhalten oft Angst versteckt ist Dem Kind helfen, seine Ängste zu benennen Der Dämon ist benannt - und/oder ist der Dämon benannt - ist er gebannt! Verlässlich Hilfe leisten und/oder organisieren.	Erkennen, dass in problematischem Verhalten oft Angst versteckt ist Dem Kind helfen, seine Ängste zu benennen Verlässlich Hilfe leisten (oder/und organisieren), wenn sie nötig ist Ängste des Kindes ernst nehmen
<b>Überblick</b>	<b>Erläuterungen</b>	<b>Material</b>	
Vorbereitung	„Auch Tiere haben Angst“ (S. 93) als Plakat vergrößern, „Zeichen von Angst – Hilfe bei Angst“ (S. 94) in der Anzahl der Kleingruppen kopieren.		
Begrüßungsritual	Als Begrüßung „Max und Maxi sind jetzt endlich wieder da“ (S. 22) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liedtext (Heft S. 4)</li> </ul>	
Figurenspiel „Max traut sich nicht“	Den Text „Max traut sich nicht“ (S. 92) als Figurenspiel aufführen oder als Text vorlesen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Figuren</li> <li>• Max und Maxi</li> <li>• Text</li> </ul>	
Auswertung	Die Projektleitung sollte ausdrücken, dass es normal ist, vor oder um jemanden Angst zu haben und dass für jedes Kind Angst sehr verschieden sein kann. Jedes Kind kann sagen, in welcher Situation es selbst schon einmal Angst hatte oder ein „mülmiges“ Gefühl spürte. Wichtig ist, dass hier niemand zum Reden gezwungen wird.		
Auch Tiere haben Angst	Die Klasse erarbeitet im Gespräch anhand der Tierzeichnungen (S. 93), woran man merkt, dass Tiere Angst haben (körperliche Anzeichen). Auswertung: Angst ist ein wichtiges Gefühl, da sie uns vor Gefahren warnt und unsere Sinne in gefährlichen Situationen schärft. Angst ist also Alarmanlage und Konzentrationshilfe. Zu viel Angst kann aber auch lähmen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Auch Tiere haben Angst“ als Plakat</li> </ul>	

Anzeichen bei Angst	<p>Die Kinder werden in Kleingruppen eingeteilt. Jede Gruppe erarbeitet anhand des Arbeitsblatts „Zeichen von Angst – Hilfe bei Angst“ (S. 94) eigene körperliche Zeichen von Angst (z.B. Bauchweh, enges Gefühl im Brustraum, feuchte Hände, rot werden, sich klein machen, wegdrehen, zurückweichen).</p> <p>Die Kinder sammeln auch, wer oder was ihnen geholfen hat, die Angst zu überwinden, und warum es manchmal schwer fällt, darüber zu sprechen.</p> <p>Am Schluss stellt ein Kind jeder Gruppe die Ergebnisse vor. Die Arbeitsblätter der Gruppen werden im Klassenraum aufgehängt.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Zeichen von Angst – Hilfe bei Angst“ für die Kleingruppen</li> </ul>
Hilfe holen	<p>Möglichkeiten, sich Hilfe zu holen, werden im Hosentaschenbuch (S. 27) eingetragen. Dabei darauf achten, dass konkrete Namen genannt werden, wie „Frau XY“ statt „meine Lehrerin“.</p> <p>Es sollten auch immer 2 bis 3 Personen sein, da eine ja mal krank sein kann oder man sich genau mit der Person zerstritten haben kann. Sind es zu viele, verliert man schnell den Überblick.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hosentaschenbuch (Heft S. 37)</li> </ul>
Lied singen	Das Lied „Mut tut gut“ (S. 95) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liedtext (Heft S. 5)</li> </ul>
Abschiedsritual	Zum Abschied die Abschlussrakete (S. 21) durchführen.	

## MAX TRAUT SICH NICHT

Maxi: Was ist denn mit dir los?

Schon den ganzen Morgen läufst du mit gesenktem Kopf herum und schaust niemanden an!

Max: Mir geht es nicht gut.

Maxi: Hast du Bauchweh?

Max: Ja, das auch.

Maxi: Bist du krank?

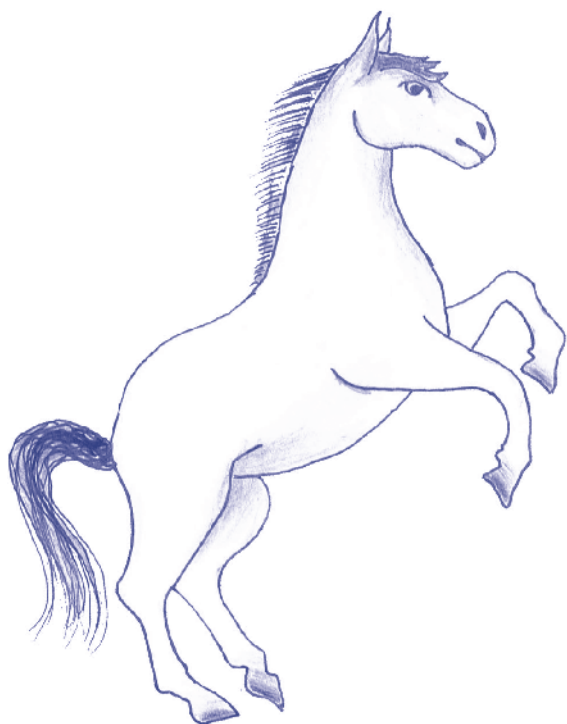
Max: Nein, eigentlich nicht. Aber heute in Deutsch, ... da muss ich ein ganz langes Gedicht aufsagen. Alleine vor der ganzen Klasse. Wenn ich nur daran denke, würde ich mich am liebsten in ein Mauseloch verkriechen oder flüchten.

Maxi: Ist das so schlimm für dich?

Max: Ja, ich habe Angst, dass ich anfangen könnte zu stottern und die anderen mich auslachen. Und dann kriege ich ganz schnell rote Ohren, wenn ich vor der ganzen Klasse alleine dastehe.

Maxi: Hmmmmm ...

# AUCH TIERE HABEN ANGST



## ZEICHEN VON ANGST – HILFE BEI ANGST

Überlegt euch in der Gruppe, wie euer Körper bei Angst reagiert hat.  
Schreibt alle Gedanken und Überlegungen in die Kästchen.

**Das hat mir geholfen  
(Personen und Verhalten):**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**Daran merke ich, dass ich Angst habe:**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**Warum fällt es manchmal schwer, über Angst zu reden?**

.....

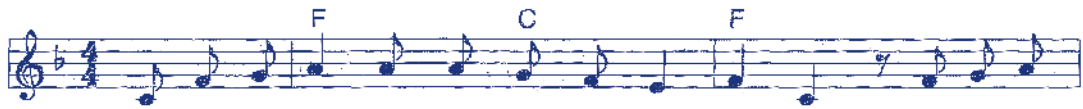
.....

.....

.....

# MUT TUT GUT LIED

Text und Melodie: Klaus W. Hoffmann  
Heft S. 5



1. Wenn du es wagst, dei - ne Mei - nung zu sa - gen, wenn du Er -



wach - se - ne lö - cherst mit Fra - gen, wenn du es schaffst dei-ne Angst zu be -



zwin - gen, mit ei-nem Kopf-sprung ins Was-ser zu sprin-gen, dann hast du



Mut, hast du Mut, dann hast du Mut, und Mut tut gut.

2. Wenn du dem hilfst, den die andern verlachen,  
wenn du es zugibst, auch Fehler zu machen,  
wenn du die Angst irgendwann überwindest,  
ganz offen sagst, was du gut und schlecht findest,  
dann hast du Mut,  
und Mut tut gut.

3. Wenn du versuchst, einen Streit zu verhindern,  
wenn du ein Lied singst vor fünfhundert Kindern,  
wenn du dich traust, dich verrückt zu verkleiden,  
obwohl du weißt, so was mag keiner leiden,  
dann hast du Mut,  
und Mut tut gut.

<b>GEFÜHLE</b>		<b>FREUDE</b>		<b>Klasse 3/4</b> <b>90 Min</b>	
<b>Ziele</b>	<b>Botschaften für die Kinder</b>	<b>Lehrkräfte</b>	<b>Eltern/Familie</b>		
Die Bedeutung von Wertschätzung erkennen	Ich kann mich richtig freuen, auch über kleine Dinge Ich drücke meine Freude so aus, dass andere an ihr teilhaben können	Den Kindern gelegentlich bewusst eine Freude machen Eigene Freude zeigen Anlässe schaffen, bei denen die Kinder anderen Kindern eine Freude machen können	Dem Kind gelegentlich unerwartet eine Freude machen Eigene Freude bewusst zeigen, wenn das Kind einem eine Freude gemacht hat		
<b>Überblick</b>	<b>Erläuterungen</b>	<b>Material</b>			
Vorbereitung	Lob- und Tadelssymbole (S. 99, Stern, Blume, Herz) auf farbiges Tonzeichenpapier oder auf selbstklebendes Etikettenpapier kopieren.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• farbiges Tonpapier</li> </ul>			
Begrüßungsritual	Als Begrüßung „Max und Maxi sind jetzt endlich wieder da“ (S. 22) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liedtext (Heft S. 4)</li> </ul>			
Figurenspiel „Freude“	Den Text „Freude“ (S. 98) als Figurenspiel aufführen oder als Text vorlesen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Figuren Max und Maxi</li> <li>• Text</li> </ul>			
Gesprächskreis	Die Überschrift „Freude“ groß an die Tafel schreiben. Im Gesprächskreis die Kinder berichten lassen, in welcher Situation sie sich schon einmal richtig freuen konnten. Stichworte an die Tafel schreiben. Alternativ können auch in Kleingruppen oder einzeln Bilder zum Thema Freude gemalt werden, bzw. die Bilder der Stunde „Gefühle im Tagesablauf“ herangezogen werden.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tafel</li> </ul>			
Wortspiel	Akrostichon zu Freude In Kleingruppen setzen sich die Kinder zusammen. Jede Gruppe erhält ein Blatt und Stifte. Die Gruppe schreibt das Wort Freude runterwärts und soll zu jedem Buchstaben ein Wort finden, das mit Freude zusammenhängt.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Blätter</li> <li>• Stifte</li> </ul>			
		Zum Beispiel: F reude R umhüpfen E is U nendlich D ienstschluss E ktase			

„Freude“-Spaziergang	Die Kinder gehen langsam durch den Raum, die Projektleitung gibt vor, worüber die Kinder Freude zeigen sollen, z.B.: ein neuentdeckter Gegenstand, sich lange nicht mehr gesehen haben, eine Überraschung bekommen, eine sehr gute Note geschrieben, endlich Ferien...	
Komplimenterunde	<p>Die Projektleitung teilt die vorbereiteten Lobsymbole aus. Jedes Kind bekommt einen Stern oder ein anderes Symbol und schreibt seinen Vornamen darauf.</p> <p>Im Losverfahren werden die Lobsymbole neu verteilt.</p> <p>Jedes Kind soll für das Kind, dessen Name auf dem Stern steht, ein Kompliment schreiben. Im Anschluß findet die „Komplimenterunde“ statt.</p> <p>Im Sitzkreis wird das Kompliment auf jedem Stern vorgelesen und übergeben.</p> <p>Hinweis: Die „Komplimenterunde“ kann jederzeit wiederholt werden.</p> <p>Es ist auch möglich, eine „Verbesserungsrunde“ durchzuführen:</p> <p>Jedes Kind schreibt dazu auf ein Symbol (Träne, Wolke, Blitz) für sich selbst eine Eigenschaft auf, an der es in der nächsten Zeit arbeiten möchte (z.B. pünktlich sein, Hausaufgaben erledigen, nicht dazwischen plappern, ...). Dann heftet das Kind das Symbol mit einer Büroklammer an das Hosentaschenheft (S. 27). Wichtig ist, dass das Kind sich einen Termin festlegt, bis wann es das Verhalten verbessert haben will. Zu diesem Zeitpunkt kann das Kind allein, mit der Klasse oder der Lehrkraft reflektieren, wie das Ergebnis ausfällt. Hat das Kind das Verhalten verbessert, wird das Verbesserungssymbol entfernt und feierlich entsorgt (z.B. in kleine Schnipsel gerissen). Und statt dessen wird ein Lobsymbol eingeklebt, dafür, dass das Kind an sich gearbeitet hat.</p> <p>Alternative zu Komplimenterunde:</p> <p>Als Alternative kann man die Kinder auch auffordern, die 3 Lobsymbole zu nutzen und selbst auszusuchen, welchen Klassenkamerad*innen sie für ein bestimmtes Verhalten loben wollen. In beiden Versionen ist es wichtig, dass nicht nur draufsteht „Du bist eine gute Freundin“ o.Ä., sondern warum, z.B. „Du hörst mir immer zu“.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Lob- und Tadel-symbole“</li> <li>• Hosentaschenbuch (Heft S. 37)</li> </ul>
Lied singen	Das Lied „Wenn du fröhlich bist“ (S. 45) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liedtext (Heft S. 4)</li> </ul>
Abschiedsritual	Zum Abschied die Abschlussrakete (S. 21) durchführen.	

## FREUDE

*Maxi kommt ganz aufgeregt zu Max.*

Maxi: Ich freu' mich so – ich bin ganz aufgeregt! Ich kann es kaum erwarten!

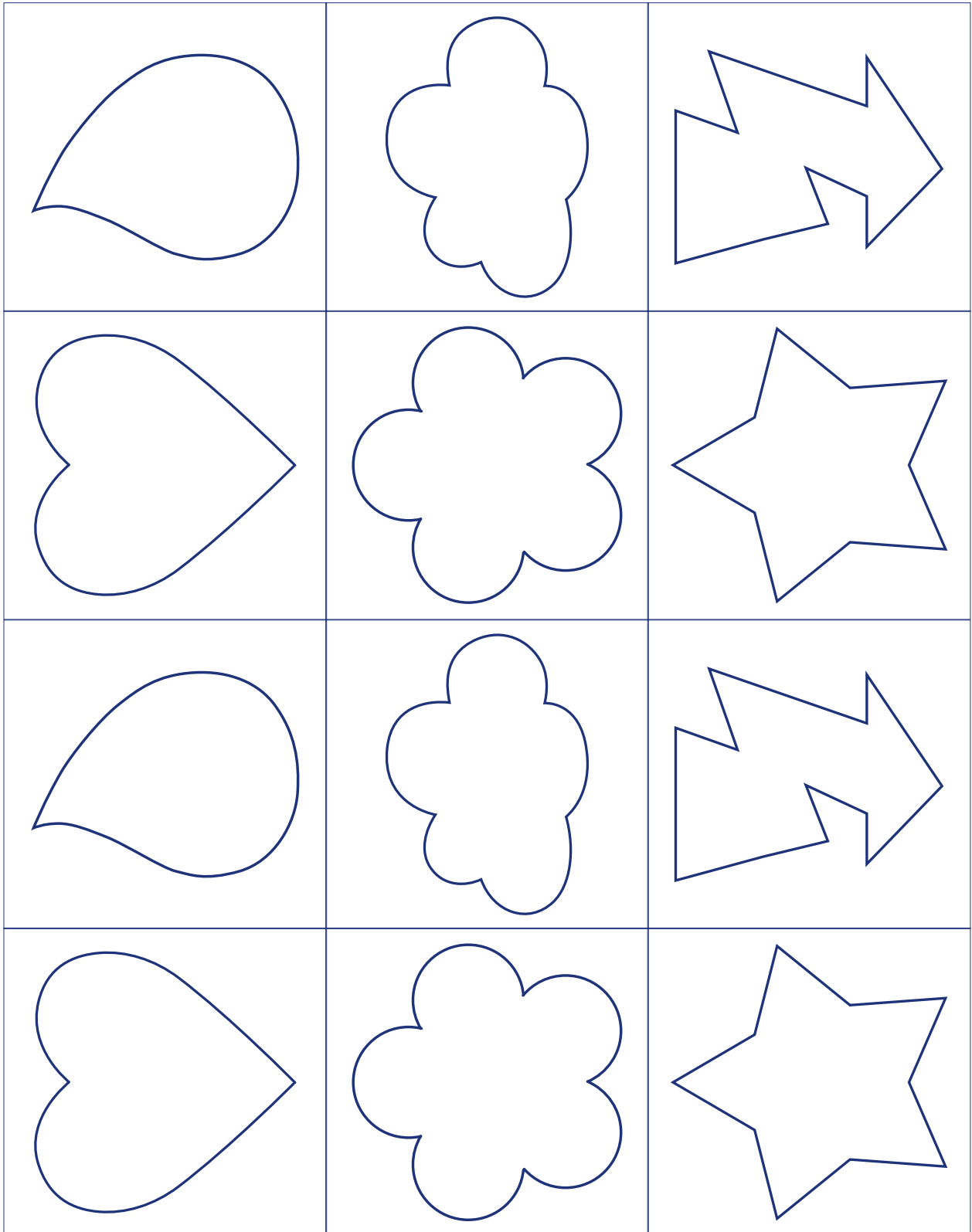
Max: Ja, was denn?

Maxi: Heute habe ich doch Geburtstag.  
Ich freue mich, wenn ich nach der Schule meine neuen Inliner ausprobieren kann.  
Und nachmittags kommen meine Freunde und wir machen Spiele.  
Du hast doch die Einladung bekommen?

Max: Ja klar. Ich habe schon ein tolles Geschenk für dich besorgt.  
An meinem Geburtstag bin ich auch immer total gut gelaunt,  
aber auch nervös. Ich hatte heute auch ein schönes Erlebnis,  
meine Lehrerin hat mich vor der ganzen Klasse für meinen Aufsatz gelobt.  
Ich war ganz stolz, obwohl es mir auch ein bisschen peinlich war.

Maxi: Ja, also ist das für uns beide ein Supertag heute.

# LOB- UND TADELSYMBOLE



<b>INSEL DER BÖSEN WORTE</b>				Klasse 1/2 45 Min
<b>Ziele</b>	<b>Botschaften für die Kinder</b>	<b>Lehrkräfte</b>	<b>Eltern/Familie</b>	
Umgang mit unerwünschtem Verhalten (hier: Kraftausdruck) üben.	Ich kann mich entschuldigen und Schaden wieder gut machen. Ich weiß, wie man freundlich spricht, und tue es auch	Die eigene Sprache kontrollieren, sich für zu harte Termini (passiert halt mal) entschuldigen.	Die eigene Sprache kontrollieren, besonders in der notwendigen Auseinandersetzung wenn Sie mit dem Kind streiten müssen. Sich für einen zu harten Ausdruck, der gelegentlich vorkommt, nachträglich entschuldigen.	
<b>Überblick</b>	<b>Erläuterungen</b>	<b>Material</b>		
Vorbereitung	Die Projektleitung stellt eine schwarze Schachtel mit Schlitz her. Das Arbeitsblatt „Böses Wort/Gutes Wort“ (S. 104) als Plakat vergrößern. Das Arbeitsblatt „Insel der bösen Worte“ (S. 103) als Klassensatz kopieren.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schuhkarton,</li> <li>• Schwarze Farbe + Pinsel</li> </ul>		
Begrüßungsritual	Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liedtext (Heft S. 3)</li> </ul>		
Einstimmung durch Geschichte: Insel der bösen Worte	Die Projektleitung erzählt von der „Insel der bösen Worte“ (S. 102). Dort hausen „wüste Kerle“, die ganz übel miteinander umgehen. Es gibt keine Freundlichkeit, kein Lächeln, keine lieben Worte; stattdessen hört man nur üble Beschimpfungen und Kraftausdrücke.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Text „Insel der bösen Worte“</li> </ul>		
Sammeln der den Kindern bekanntesten wüsten Ausdrücke in Einzelarbeit	Die Projektleitung teilt die Arbeitsblätter „Insel der bösen Worte“ aus und bittet die Kinder, in die Sprechblasen unfreundliche, verletzende, wüste Worte, die sie kennen, einzutragen. Wenn sie fertig sind, wird das Blatt so lange gefaltet, bis es die Größe von DIN A6 hat.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klassensatz Arbeitsblätter „Insel der bösen Worte“</li> </ul>		
Unterrichtsgespräch	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Was machen die Kraftausdrücke mit mir?</i></li> <li>• <i>Was ist daran schlimm, unangenehm, abstoßend...?</i></li> <li>• <i>Wann und warum werden die Ausdrücke verwendet?</i></li> </ul> <p>Menschen können unterschiedlich empfinden. Was für den einen noch okay ist, ist für den anderen schon nicht mehr in Ordnung. Darauf muss man Rücksicht nehmen.</p>			

	<p><b>An die Regel: SAGEN STATT SCHLAGEN erinnern.</b> Kraftausdrücke können auch schmerzen (z.B. im Herzen).</p>	
Insel der bösen Worte	<p>Nun geht die Schachtel reihum und sammelt die bösen Worte ein. Die Insel (Schachtel) verschlingt die bösen Worte. Der Schlitz wird zugedeckt, dass kein böses Wort mehr heraus kann.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schachtel „Insel der bösen Worte“</li> </ul>
Vereinbarungen von Maßnahmen für Regelverletzungen	<p>Nun erfolgt im Klassengespräch die Vereinbarung von Konsequenzen auf dem Plakat „Böses Wort/Gutes Wort“, welches anschließend im Klassenzimmer aufgehängt wird: <b>„Was tun wir, wenn ein Kind wieder ein böses Wort verwendet?“</b></p> <p>Mögliche Maßnahmen:</p> <p>Das betreffende Kind muss das böse Wort aufschreiben und auf die Insel der bösen Worte verbannen (das böse Wort kommt in die Schachtel). Dann schreibt es ein gutes Wort auf (z.B. ein Kompliment), welches das betroffene gekränkte Kind erhält. Dieses gute Wort kann es dann in sein Max-Besser-Heft auf Seite 36 einkleben.</p> <p>Weitere Maßnahmen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Händedruck mit mündlichem Entschuldigen</li> <li>• Sich bei dem Kind vor der ganzen Klasse entschuldigen</li> <li>• Dem Kind vor der Klasse einen lobenden Satz sagen</li> <li>• Dem Kind etwas Gutes tun (beim Aufräumen helfen, Stuhl hochstellen, seinen Dienst übernehmen,...)</li> <li>• Einen Entschuldigungsbrief schreiben bzw. malen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plakat „Böses Wort/ Gutes Wort“</li> </ul>
Hausaufgabe	<p>Das Arbeitsblatt „Insel der guten Worte“ (S. 105) ausfüllen. Dabei beachten, dass in die Sprechblasen gute Worte einzutragen sind.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Insel der guten Worte“ (Heft S. 24)</li> </ul>
Abschiedsritual	<p>Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) durchführen.</p>	

**Hinweis: Die Schachtel kann z.B. während eines Grillfestes verbrannt werden!**

## INSEL DER BÖSEN WORTE

Einmal fuhr der große Seefahrer Kapitän Langbart mit seinen Matrosen zur See, um auf seinem großen Schiff Gewürze von Indien nach Frankreich zu transportieren. In Indien wurde das Schiff beladen und dann waren Kapitän Langbart und seine Mannschaft dreißig Tage und Nächte unterwegs, als auf einmal im Morgengrauen eine vernebelte Insel vor ihnen auftauchte.

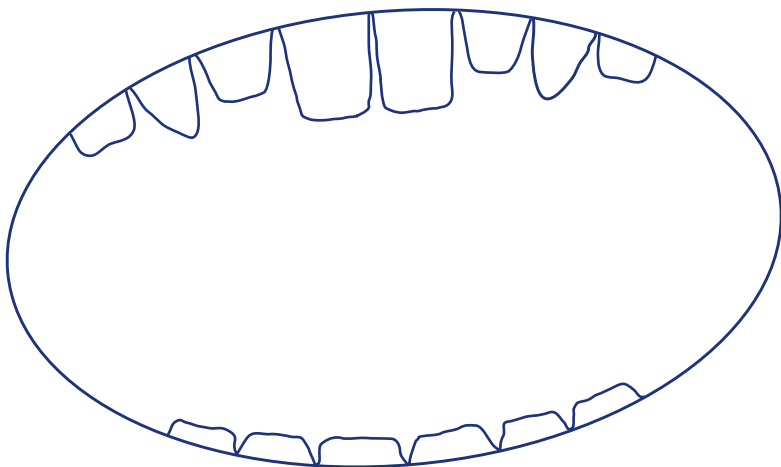
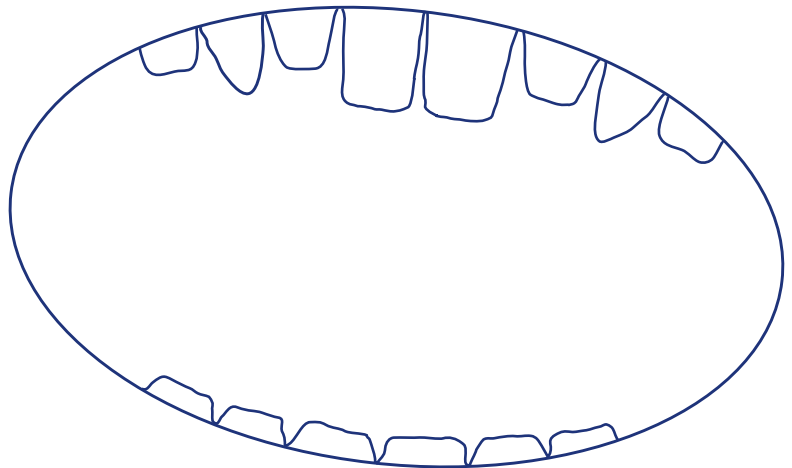
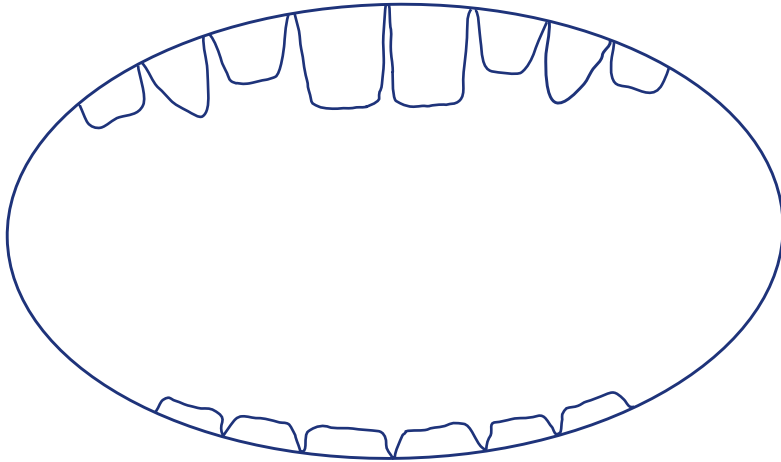
Das Schiff näherte sich der unbekanntem Insel. Furchtbare Dinge waren da zu hören: „Geh mir aus der Sonne, du fauler Sack, sonst mache ich dich platt wie eine Flunder!“ Eine andere Stimme fauchte: „Du Idiot, ich hasse dich wie niemand sonst auf dieser Welt!“ Am anderen Ende schrie noch einer: „Deinen Fraß esse ich nicht. Den kannst du den Säuen vorwerfen!“

Dem Kapitän und seiner Mannschaft wurde ganz kalt vor Schreck. Es gab sie doch, die Insel der bösen Worte, von der sie schon so oft gehört hatten. Alle dachten immer, das sei nur ein Märchen, jetzt war sie plötzlich ganz nah. Auf dieser Insel gab es kein Lächeln, kein einziges liebes Wort, man hörte ständig nur wüste Ausdrücke, die Menschen sprachen nicht miteinander, sie schrien sich nur an, wenn sie etwas sagen wollten. Sie konnten sich dabei nicht einmal in die Augen schauen. Freundschaften gab es nicht, alle Bewohner waren sich feind. Keiner konnte sagen, wieso und weshalb. Sie lebten seit Jahrhunderten in dieser schlimmen Umgebung, ohne ein freundliches Wort.

Kapitän Langbart und seine Mannschaft wussten, dass sie einen großen Bogen um diese Insel machen mussten, denn wer ihr zu nahe kam, wurde selbst zum Gefangenen der Insel: Ein böses Wort auf dem Schiff und sie wären von der Inselkraft angezogen worden wie von einem Magnet.

Von diesem Tag an sprachen sie auf dem Schiff nur noch freundlich und liebevoll miteinander, Kraftausdrücke und wüste Beschimpfungen gehörten der Vergangenheit an und nach weiteren dreißig Tagen und Nächten auf hoher See erreichten sie glücklich den lang ersehnten Hafen in Frankreich.

ARBEITSBLATT  
„INSEL DER BÖSEN WORTE“



## BÖSES WORT/GUTES WORT



Was tun wir, wenn ein Kind wieder ein böses Wort verwendet?

**Maßnahmen:**

Das Kind könnte dann ...

-

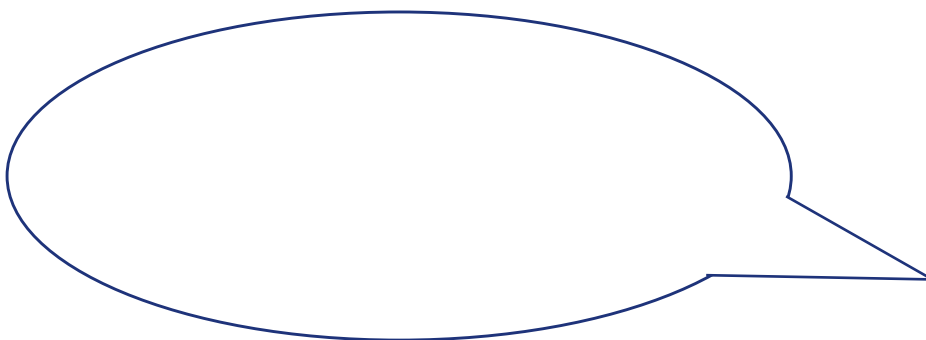
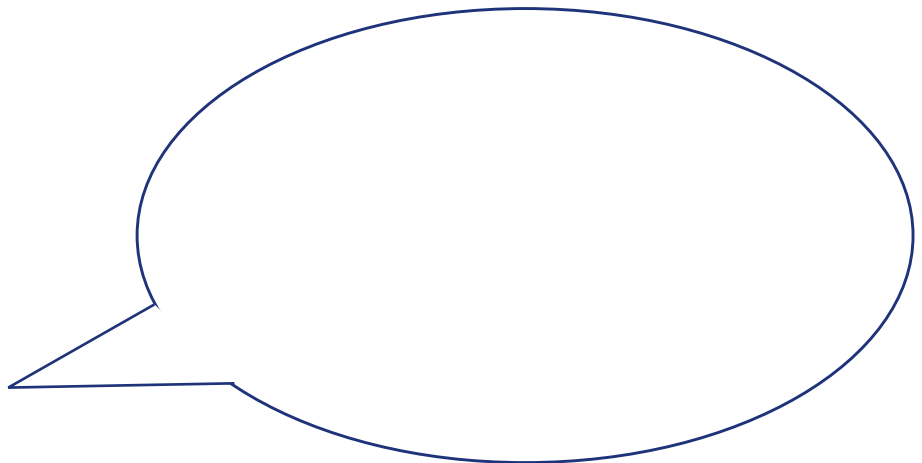
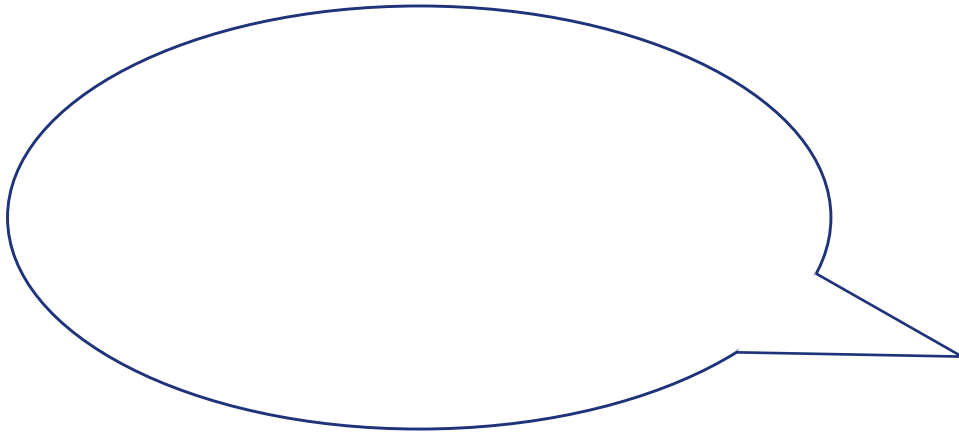
-

-



ARBEITSBLATT  
„INSEL DER GUTEN WORTE“

Heft S. 24





## SPRACHE

# ZUHÖREN IST EINE KUNST

Klasse 1/2  
45 Min

Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie
Zuhören können als besondere Fähigkeit erkennen und schätzen lernen Regeln für gutes Zuhören und Sprechen erarbeiten und üben	Ich kann gut zuhören.	Aktives Zuhören demonstrieren, sich die Zeit dafür nehmen, die Ruhe dafür einfordern	Dem Kind aufmerksam zuhören, im Gegenzug sein Zuhören einfordern, ggf. Gesprächsregeln aufstellen

Überblick	Erläuterungen	Material
Begrüßungsritual	Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liedtext (Heft S. 3)</li> </ul>
Hausaufgabenkontrolle	Das Arbeitsblatt „Insel der guten Worte“ (Heft S. 24) mit dem Max-Besser-Stempel kontrollieren	<ul style="list-style-type: none"> <li>Max-Besser-Stempel</li> </ul>
Einstimmung durch die Geschichte „Max, ein Künstler im Zuhören“	Die Projektleitung erzählt die Geschichte „Max, ein Künstler im Zuhören“ (S. 108).	<ul style="list-style-type: none"> <li>Text „Max, ein Künstler im Zuhören“</li> </ul>
Provokativer Zuhörtest „Kauderwelsch“	Die Projektleitung fragt nochmals, welche Kinder von sich glauben, auch gut zuhören zu können, und macht einen Zuhörtest. Die Kinder berichten von einem Wochenenderlebnis, aber nicht – wie üblich – der Reihe nach, sondern – um Zeit zu sparen – alle gleichzeitig.	

Unterrichtsgespräch	<p>Danach fordert die Projektleitung die Kinder auf:  <i>„Wer vorher behauptet hat, er oder sie könne gut zuhören, soll nun das Wochenenderlebnis eines anderen Kindes wiederholen.“</i></p> <p>Die Kinder erkennen, dass es so nicht geht und kommen durch den Test selbst auf eine grundlegende Regel des guten Zuhörens:  <b>ES DÜRFEN NICHT ALLE GLEICHZEITIG REDEN!</b></p>	
Zuhörttest mit zwei gleichzeitig Sprechenden mit Reflexion	<p>Zwei Kinder erzählen sich gleichzeitig ihr Wochenenderlebnis.  Die Kinder erkennen im Gespräch, dass man auch hier vieles nicht mitbekommt.  Die Projektleitung weist auf Streitsituationen hin, in denen auch gleichzeitig mehrere Parteien reden.</p>	
Zuhörttest mit nur einer sprechenden Person, die aber Gesprächsregeln nicht beachtet	<p>Die Projektleitung berichtet einem Kind ihr Wochenenderlebnis, wendet sich aber dabei ab. Sie spricht sehr leise und undeutlich, hampelt ggf. auf dem Stuhl herum.  Im Gespräch erarbeiten die Kinder, dass auch die sprechende Person sich an Regeln halten muss.  Die Projektleitung sammelt Zuhör- und Gesprächsregeln (siehe S. 109) an der Tafel.  Dann wird das Heft auf S. 25 aufgeschlagen und ggf. ergänzt.  Danach sollen die Kinder in Partnerarbeit sich abwechselnd ihr Wochenenderlebnis erzählen und danach wiedergeben unter Beachtung der Zuhör- und Gesprächsregeln.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tafel</li> <li>• Zuhörregeln (Heft S. 25)</li> </ul>
Wochenaufgabe	<p>Bei den Gesprächen auf die Zuhör- und Gesprächsregeln achten.</p>	
Abschiedsritual	<p>Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) durchführen.</p>	

## MAX, EIN KÜNSTLER IM ZUHÖREN

Max hat gute, empfindliche Ohren. Er kann nicht nur prima hören, sondern besitzt auch ein besonderes Talent zum Zuhören.

Max ist ein Junge, der viele Freunde hat. Er bekommt häufig Besuch. Immer sieht man jemanden bei ihm sitzen und mit ihm reden. Wer Kummer hat oder Hilfe braucht, geht zu Max. Warum ist das so? Ist Max besonders klug, dass er jedem einen guten Rat geben kann? Findet er immer die richtigen Worte, wenn jemand Trost braucht? – Nein, das alles kann Max nur genau so gut wie du oder ich.

Kann Max dann vielleicht irgendetwas, das alle in gute Laune versetzt? Kann er besonders schön singen? Kann er besonders gut Fußball spielen? Oder kann er vielleicht tanzen oder akrobatische Kunststücke vorführen? – Nein, auch das ist es nicht.

Kann er zaubern? Weiß er vielleicht einen Zauberspruch, mit dem man alle Sorgen und Ängste vertreiben kann? – Nein, auch das kann Max nicht.

Aber Max kann etwas ganz Besonderes, das nur wenige Menschen gut können. Das ist ...“

*Kinder raten lassen.*

...ZUHÖREN!

Ihr sagt, das sei nichts Besonderes? Irrtum: Wirklich zuhören können ist eine tolle Kunst, es ist etwas ganz Besonderes. Das können nur wenige. Max kann es!

Er kann so zuhören, dass jemand, der traurig ist, plötzlich wieder lachen kann, oder jemand, der ein Problem hat, wie von selbst die Lösung findet. Hat jemand Angst, wird selbst diese meist mit jedem Wort kleiner und verschwindet schließlich ganz.



Dabei sitzt Max einfach nur da, schaut den anderen mit seinen großen leuchtenden Augen an und lauscht mit seinen großen roten Ohren. Manchmal wiederholt er nur das Gehörte und fragt, ob er es richtig verstanden hat. Das ist alles. Max hört mit aller Aufmerksamkeit zu und schon geht es dem anderen besser, er fühlt sich verstanden und glaubt wieder an sich selbst. So kann Max zuhören. Kannst du auch zuhören? Vielleicht nicht ganz so gut wie Max, aber immerhin so, dass du gut verstehst, was andere dir sagen wollen.

# ZUHÖRREGELN

Heft S. 25

**Meine Augen  
sehen hin!**

**Meine Ohren  
hören zu!**

**Mein Mund  
ist geschlossen!**

**Meine Hände  
und meine Füße  
halten still!**



Aber:

Ich frage nach, wenn  
ich es nicht richtig  
verstanden habe.

Hin und wieder stimme ich zu,  
dass ich es verstanden habe.

## **Aber auch Reden ist eine Kunst!**

Wenn du sprichst:

- Warte, bis die anderen zu Ende gesprochen haben!
- Sprich langsam, laut und deutlich!
- Finde einen geeigneten Ort und eine gute Zeit!



## SPRACHE

### ZUHÖREN IST EINE KUNST – VERTIEFUNG

Klasse 3/4  
45 Min

<b>Ziele</b>		<b>Botschaften für die Kinder</b>	<b>Lehrkräfte</b>	<b>Eltern/Familie</b>
Zuhören können als besondere Fähigkeit erkennen und schätzen lernen Regeln für gutes Zuhören und Sprechen einüben		Ich nehme meine Umwelt wahr Ich höre meinen Mitmenschen aktiv zu	Selbst aktiv zuhören Für genügend Ruhe sorgen, wenn ein Kind spricht Einfordern, dass die Kinder aktiv zuhören, der Lehrkraft wie untereinander	Selbst aktiv zuhören Vom Kind einfordern, dass es den Eltern ebenfalls zuhört Angenehme Gesprächsräume schaffen, zeitlich wie räumlich
<b>Überblick</b>		<b>Erläuterungen</b>		
Vorbereitung		Das Arbeitsblatt „Schreidiktat“ (S. 112) so oft kopieren und die Witze ausschneiden, dass jedes Kind einen Witz erhält. Bei Bedarf laminieren. „Zuhörregeln“ als Plakat vergrößern.		
Begrüßungsritual		Als Begrüßung „Max und Maxi sind jetzt endlich wieder da“ (S. 22) singen.		
Einstieg Wahrnehmungsübungen		Die Kinder sind ganz still, legen den Kopf auf den Tisch und spitzen die Ohren. Die Lehrkraft erzeugt mit verschiedenen Gegenständen (z.B. Bleistift, Buch, Kissen, Kreide, Jacke, Schlüssel...) Geräusche. Die Kinder sollen die Gegenstände erraten. Vorher die Geräusche ausprobieren. Den Schwierigkeitsgrad steigern.		
Partnerübung Schreidiktat		Die Kinder bilden Paare. Sie sitzen sich gegenüber, mindestens 2 – 3 Meter voneinander entfernt. Jedes Kind hat ein Blatt Papier und einen Stift bereitgelegt. Nun werden an alle Kinder kleine Texte verteilt. Darauf achten, dass die Partner nicht denselben Text bekommen. Auf Kommando diktiert die erste Hälfte der Klasse (vorher bestimmen, wer beginnt) ihren jeweiligen Partnern den ersten Satz mit Satzzeichen. Wer den Satz fertig aufgeschrieben hat, diktiert seinem Partner den ersten Satz der eigenen Vorlage. Es wird so lange gegenseitig diktiert, bis jedes Kind seinen Text fertig geschrieben hat.  (Hinweis: Vor Beginn dieser Stunde unbedingt Kolleginnen/Kollegen davon in Kenntnis setzen, dass es teilweise sehr laut wird. Das erspart Ärger!)		
<b>Material</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liedtext (Heft S. 4)</li> <li>• „Schreidiktat“ Witze-Kärtchen</li> </ul>		

Partnerübung: zuhören	Paare bilden. Ein Kind erzählt dem anderen den Inhalt einer kürzlich gesehenen Fernsehsendung, eines Kinofilms, eines gelesenen Buches, das andere hört aufmerksam zu. Dann werden die Rollen getauscht. Das andere Kind erzählt nun seine Geschichte.	
Reflexion im Klassengespräch	Die Klasse bildet einen Sitzkreis und wertet die Übungen gemeinsam aus. Beispielfragen zur Auswertung: <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Welche Unterschiede gab es zwischen den verschiedenen Übungen?</b></li> <li>• <b>Wie fühlt ihr euch in den verschiedenen Situationen?</b></li> </ul> (Beispiele: Lautstärke wurde unangenehm, beim Reden wird man unkonzentriert, man fühlt sich wohl, wenn jemand zuhört, ...) <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Woran merkt man, dass das Gegenüber gut zuhört?</b></li> </ul>	
Regeln für gutes Zuhören	Regeln für gutes Zuhören wiederholen. Das Plakat dazu gut sichtbar aufhängen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Zuhörregeln“ (Heft S. 25)</li> </ul>
Hausaufgabe: gut zuhören	Die Kinder füllen das Arbeitsblatt „Wie gut kann ich zuhören?“ (S. 113) entsprechend der Anleitung zu Hause aus. In der nächsten Woche die Ergebnisse gemeinsam besprechen. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bei zukünftigen Gesprächsrunden auf gutes Zuhören achten.</li> <li>• Kinder für gutes Zuhören loben. Die Kinder, die in den Gesprächsrunden gut zuhören konnten, werden mit einem „Herz für gutes Zuhören“ im Hosentaschenbuch belohnt (Aufkleber, Stempel, Zeichnung der Projektleitung).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Wie gut kann ich zuhören?“ (Heft S. 26)</li> </ul>
Abschiedsritual	Zum Abschied die Abschlussrakete (S. 21) durchführen.	

### Ohrenspitzer-Programm

„Ohrenspitzer“ ist ein Programm, mit dem Kinder das Hören, vor allem das Hinhören lernen können, indem sie zuhören oder selbst Hörspiele verfassen. Es wurde in Kooperation von LFK, LMK, SWR und LMZ entwickelt. Der Ohrenspitzerkoffer beinhaltet CDs (Hörspiele, Geräusche) und die technische Ausstattung, um selbst Hörspiele oder ähnliches aufzunehmen. Er kann im Ostalbkreis über das Kreismedienzentrum entliehen werden. Mehr Informationen finden Sie unter [www.ohrenspitzer.de](http://www.ohrenspitzer.de).

## SCHREIDIKTAT

<p>Frau Kessel macht Urlaub am Meer. Sie ist sehr ängstlich und fragt am Strand den Bademeister: „Gibt es hier etwa Quallen und Krebse?“ „Ja,“ meint der Bademeister, „aber nur keine Angst. Die meisten werden von den Haifischen weggefressen.“</p>	<p>Klaus und Petra unterhalten sich. „Ich muss jeden Abend um halb acht ins Bett“, sagt Klaus zu Petra. „Dann ist ja deine Mutter um eine halbe Stunde gemeiner als meine.“</p>
<p>Ein Mann schaut einem Gärtner zu, der Mist karrt. „Wo kommt der denn hin?“, will er wissen. „Auf die Erdbeeren“, antwortet der Gärtner. Der Mann schüttelt den Kopf. „Komisch, wir haben immer Schlagsahne draufgetan.“</p>	<p>Eine alte Frau bringt einen Brief zur Post. „Sie haben die Adresse vergessen“, meint der Postbeamte. „Habe ich nicht! Aber andere Leute geht es ja nichts an, an wen ich schreibe.“</p>
<p>Stolz sagt ein Geizhals zu seiner Frau: „Ich bin heute einem Bus nachgelaufen und habe so das Fahrgeld gespart.“ Darauf entgegnet die Frau: „Oh Mann! Wärst du einem Taxi nachgerannt, hättest du noch mehr gespart.“</p>	<p>„Ich würde so gerne Ski fahren“, sagt der Tausendfüßler. „Aber immer, wenn ich die Bretter endlich angeschnallt habe, ist der Winter schon vorbei.“</p>
<p>Alfred möchte einen Rasierapparat kaufen. Der Verkäufer sagt: „Nehmen Sie den hier! Mit dem haben schon viele Kunden gute Erfahrungen gemacht!“ Darauf meint Alfred: „Nein, danke, ich möchte lieber einen neuen kaufen.“</p>	<p>Otto wird mit einer Pilzvergiftung ins Krankenhaus eingeliefert. „Aber,“ tadelt ihn der Arzt, „Sie dürfen doch nur Pilze essen, die Sie gut kennen.“ „Hab ich doch gemacht“, sagt Otto kleinlaut. „Ich kenne eben nur Fliegenpilze.“</p>

# WIE GUT KANN ICH ZUHÖREN

Heft S. 26

Es gibt viele Gelegenheiten, bei denen es wichtig ist, auf gutes Zuhören zu achten.

## Aufgabe: Beobachte dich an drei Tagen!

Wenn du gut zugehört hast, darfst du einen Kreis um das Ohr machen.

Wenn du nicht gut zugehört hast, weil du in Gedanken woanders warst oder selber geredet hast, machst du ein Kreuz über das Ohr. Aber ehrlich sein!

Daneben schreibst du auf, wem und bei welcher Gelegenheit du gut oder schlecht zugehört hast.

Ein Kind schreibt es am 1. Tag so auf:

	Tag 1
Mama oder Papa	<del>?</del> Mama: nicht gut zugehört, dass ich um 6 Uhr heimkommen sollte.
Lehrerin oder Lehrer	?
Freundin oder Freund, Geschwister	<del>?</del> Maxi: schlecht zugehört, als sie mir vom Kinofilm erzählt hat

## HABE ICH GUT ZUGEHÖRT?

	Tag	Tag	Tag
Mama oder Papa	?	?	?
Lehrerin oder Lehrer	?	?	?
Freundin oder Freund, Geschwister	?	?	?



## SPRACHE

### WOHLFÜHL- UND UNWOHLSÄTZE

Klasse 1/2  
45 Min

Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie
<p>Die unterschiedliche Wirkung von „du“ und „ich“ Bereitschaft wecken, in Zukunft Wohlfühlsätze zu sprechen</p> <p>Das eigene Unwohlsein mit Hilfe von Ich-Botschaften mitteilen lernen</p> <p>Mit Ich-Botschaften die Bereitschaft fördern sich zu ändern</p> <p>Das gegenseitige Verständnis und die sozialen Beziehungen untereinander verbessern.</p>	<p>Ich weiß, wie man etwas freundlich sagen kann (Wohlfühlsätze) und wie man sich teilt, wenn es einem nicht gut geht.</p>	<p>Auf eigene Du-Botschaften achten (in der Praxis manchmal sehr schwierig), Ich-Botschaften bewusst einsetzen, Kinder zum Umformulieren, besonders bei 'harten' Du-Botschaften animieren, Formulierungshilfen gewähren</p>	<p>Bewusst von sich aus sprechen, beim Kind zu 'harten' Formulierungen ansprechen, ggf. mit ihm zusammen umformulieren</p>

Überblick	Erläuterungen	Material
Vorbereitung	Vier Bilderkarten zur „Stolperszene“ (S. 116/117) kopieren, ausschneiden und evtl. laminieren.	
Begrüßungsritual	Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liedtext (Heft S. 3)</li> </ul>
Rollenspiel „Stolperszene“	<p>Die Projektleitung ruft vier Kinder auf, die Lust haben, ein kleines Theaterstück zu spielen. Diese Kinder erhalten jeweils eine Bildkarte (S. 116/117) zu einer „Stolperszene“. Vor der Tür üben sie diese Szene kurz ein. Danach führen sie es vor der Klasse auf.</p> <p>Beim zweiten Durchlauf wird das auf dem Boden liegende Kind nach jeder Bemerkung der Kinder gefragt, wie es sich fühle.</p> <p>Ergebnis: „Ich hoffe, es ist nichts passiert! Komm, ich helfe dir.“</p> <p>Nur bei dieser Aussage geht es dem Kind gut.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vier Bilderkarten zur „Stolperszene“</li> </ul>
Ergebnissicherung an der Tafel	Die Bildkarten werden anschließend der Reihe nach an die Tafel geheftet. Das am Boden gelegene Kind darf die Szene grün kennzeichnen, die ihm hilfreich war bzw. angenehme statt unangenehme Gefühle verursacht hat.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Grüner, abwischbarer Folienstift</li> </ul>

Sag es freundlich	Die Kinder dürfen nun das Arbeitsblatt „Sag es freundlich“ (S. 118) bearbeiten, d. h. alle Aussagen, die unangenehme Gefühle hervorrufen, rot mit Lineal durchzustreichen, alle Aussagen, die angenehme Gefühle erzeugen, grün anzumalen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Sag es freundlich“ (Heft S. 27)</li> <li>• Farbstifte, Lineal</li> </ul>
Detektivspiel	Im Anschluss erhalten die Kinder den Detektivauftrag, welches Wort die Freundlichkeit ausmacht. Dieses Wort („ich“) mit „grün“ einkreisen. Das Wort („du“), das den Unwohlsatz ausmacht, mit rot einkreisen. Bei der „Stolperszene“ vormachen.	
Wohlfühl- und Unwohlsätze	Das Arbeitsblatt „Wohlfühl- und Unwohlsätze“ (S. 119) bearbeiten. Die Anweisungen befolgen. Bei der letzten Aussage könnte evtl. stehen: „ <b>Ich wünsche, dass du etwas netter bist.</b> “	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Wohlfühl- und Unwohlsätze“ (Heft S. 28)</li> </ul>
Wochenaufgabe	...sage es freundlich!	
Abschiedsritual	Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) durchführen.	

### Unwohlsätze

Eine Du-Botschaft verletzt die andere Person in ihrem Selbstwert.

Beispiel: Paul tritt David auf den Fuß und David reagiert mit den Worten: „Du Depp, was soll das?“

Die Du-Botschaft vermittelt eine direkte Information über Paul (Du bist ein Depp), aber nur eine indirekte Information über David (Der ärgert sich über Paul).

### Wohlfühlsätze

Bei einer Ich-Botschaft sagt man etwas über sich selbst, über die eigene Sichtweise (die Sachlage)

und die eigene emotionale Reaktion (seine Gefühle) sowie die eigenen Interessen, damit der/die andere einen verstehen kann.

Man greift die andere Person nicht verbal an, problematisiert also das Verhalten des/der anderen, nicht aber seine/ihre Person.

### Vertiefende Literatur

Marshall Rosenberg „Gewaltfreier Kommunikation“, ISBN 978-3-95571-572-4

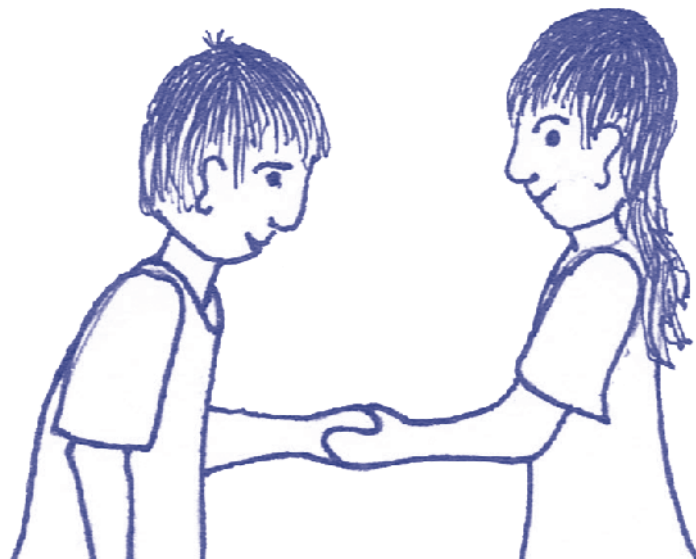
Jamie Walker „Gewaltfreier Umgang mit Konflikten in der Grundschule“, ISBN 3-589-05036-5

BILDERKARTEN ZUR  
STOLPERSZENE

**Huch!**



**Ich hoffe, es ist nichts passiert!  
Komm, ich helfe dir.**



BILDERKARTEN ZUR  
STOLPERSZENE

**Du Depp, mach doch die Augen auf!**







**Du kannst auch nie aufpassen!**



# SAG ES FREUNDLICH

Heft S. 27

Male alle Wohlfühlsätze mit grüner Farbe an und streiche alle Unwohlsätze mit einem roten Stift und Lineal durch.

<p><b>Huch!</b></p> 	<p><b>Ich hoffe, es ist nichts passiert!</b></p>	<p><b>Du Depp, mach doch die Augen auf!</b></p>	<p><b>Du kannst auch nie aufpassen!</b></p>
<p><b>Ich habe für euch einen Kuchen gebacken.</b></p> 	<p><b>Meinst du, wir sind Allesfresser?</b></p>	<p><b>Du willst mich wohl vergiften?</b></p>	<p><b>Ich probiere ihn gerne.</b></p>
<p><b>Oh, meine Blume ist verwelkt.</b></p> 	<p><b>Du hast sie bestimmt schlecht gegossen.</b></p>	<p><b>Sei nicht traurig, ich hab noch eine übrig.</b></p>	<p><b>Na und, du Heulsuse!</b></p>
<p><b>Ach, jetzt ist mein Bild kaputt!</b></p> 	<p><b>Hättest du das Wasserglas auf die andere Seite gestellt!</b></p>	<p><b>Schade, ich fand dein Bild so schön!</b></p>	<p><b>Selbst schuld, hättest du das Wasserglas nicht so voll gemacht!</b></p>

# WOHLFÜHL- UND UNWOHLSÄTZE

Heft S. 28

Male alle Wohlfühlsätze mit grüner Farbe an und alle Unwohlsätze mit roter Farbe an.

**Ich möchte in Ruhe arbeiten können, sei bitte leise.**

**Du Blödmann, halt die Klappe!**

**Ich möchte, dass du den schmutzigen Tisch putzt.**

**Du bist ein elender Schmutzfink!**

**Wohlfühlsätze beginnen oft mit \_\_\_\_\_ .**

**Unwohlsätze beginnen oft mit \_\_\_\_\_ .**

**Beschimpfungen und Beleidigungen sind immer Unwohlsätze.**

**Ich finde deine Idee nicht gut.**

**Du hast ja nicht mehr alle Tassen im Schrank!**

**Du kannst wohl nie etwas richtig machen?**

**Ich sehe da einen Fehler. Schau dir das nochmals an.**

**Ich \_\_\_\_\_**

**Du bist blöd!**



## SPRACHE

# WOHLFÜHLSÄTZE – ICH-BOTSCHAFTEN

Klasse 3/4  
90 Min

<b>Ziele</b>		<b>Botschaften für die Kinder</b>	<b>Lehrkräfte</b>	<b>Eltern/Familie</b>
Vertiefung von Wohlfühlsätzen, also „Ich-Botschaften“		Ich kann abschätzen, wie meine Sätze auf andere wirken Ich bemühe mich, Sätze zu sagen, bei denen die anderen sich wohlfühlen können, auch, wenn ich etwas kritisieren möchte.	Die eigene Sprache kontrollieren Bei ungeeigneten oder verletzenden Äußerungen intervenieren, nach dem suchen, was wirklich ausgedrückt werden soll, Formulierungshilfe geben	Die eigene Sprache kontrollieren, auch in der Auseinandersetzung Die eigenen Bedürfnisse ausdrücken Dem Kind Formulierungshilfe geben
<b>Überblick</b>		<b>Erläuterungen</b>		
Vorbereitung		Beispiele der Giraffensprache und die 4 Teilaspekte (S. 127–131) kopieren und eventuell laminieren. Um es für die Kinder deutlicher zu machen, können die 4 Aspekte auch auf verschiedenfarbiges Papier kopiert werden.		
Begrüßungsritual		Als Begrüßung „Max und Maxi sind jetzt endlich wieder da“ (S. 22) singen.		
Einstiegs Geschichte zu Ich-Botschaften		<p>Die „Einstiegs Geschichte zu Ich-Botschaften“ (S. 124) vorlesen. Auswertung:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Warum gilt die Giraffe als friedliches Tier? Sie hat ein großes Herz, das das Blut den langen Hals hinauf pumpen muss; im Sprachgebrauch meint ein großes Herz auch, dass ein Mensch sehr gütig ist; durch den langen Hals frisst sie da die Blätter ab, wo die anderen Tiere nicht hinkommen und hat so keine Fressrivalen; wenn eine Giraffe trinkt, stellen sich die anderen schützend um sie herum, damit kein wildes Tier sie angreifen kann</li> <li>• Warum gilt der Wolf als gefährliches Tier? Er ist ein Raubtier, er kann laut knurren und mit den Zähnen fletschen.</li> <li>• In der gewaltfreien Kommunikation steht der Wolf für einen rüden Umgangston, für Angriffe und wertenden Umgang miteinander; die Giraffe steht für einen wertfreien Umgang, bei dem die Gefühle aller bedacht werden und sogenannte „Ich-Botschaften“ verwendet werden.</li> </ul>		
<b>Material</b>		<b>Material</b>		
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liedtext (Heft S. 4)</li> <li>• Text</li> </ul>		

<p>Figurenspiel „Maxi ist sauer auf Max“</p>	<p>Den Text „Maxi ist sauer auf Max“ (S. 125) als Figurenspiel aufzuführen oder als Text vorlesen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Figuren</li> <li>• Max und Maxi</li> <li>• ein „Freundebuch“</li> <li>• Text</li> </ul>
<p>Unterschied von Wohlfühlsätzen und Unwohlsätzen (Ich- und Du-Botschaften)</p>	<p><i>Ihr habt eben selbst bei dem Rollenspiel gemerkt, dass Maxi zu Recht sehr verärgert war. Aber sie hat ihren Ärger so heftig und mit starken Vorwürfen und Beleidigungen ausgedrückt, dass Max zum Schluss gar nichts anderes übrig blieb als wegzugehen. Vielleicht dauert der Streit jetzt eine Weile an und beide fühlen sich schlecht dabei.</i></p> <p><i>Maxi hat sehr viele Sätze verwendet, bei denen Max sich nicht wohl fühlt, sogenannte „Unwohlsätze“.</i></p> <p><b>Unwohlsätze beginnen oft mit „du“</b> und machen dem/der anderen Vorwürfe, die verletzen und beleidigen. Es sind Sätze, die das Gegenüber dazu bringen, sich zu verteidigen. Sie sind in der Wolfssprache.</p> <p><i>Es gäbe auch andere Möglichkeiten für Maxi, über ihren Ärger zu sprechen, nämlich in der Giraffensprache, also in Wohlfühlsätzen.</i></p> <p><b>Wohlfühlsätze beginnen oft mit „ich“</b> und sagen etwas darüber aus, wie ich mich fühle und was ich mir von dem/der anderen erhoffe und erwarte.</p> <p><b>Sie kritisieren nicht die andere Person, sondern nur ein Verhalten.</b> Sie sind in der Giraffensprache.</p> <p><i>Mit der Giraffensprache fühlen sich beide Beteiligten wohler.</i></p>	
<p>Wolfssprache/ Giraffensprache</p>	<p>Arbeitsblatt „Wolfssprache/Giraffensprache“ (S. 126) gemeinsam lesen</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Wolfssprache/ Giraffensprache“ (Heft S. 29)</li> </ul>

Überblick	Erläuterungen	Material
<p>Übersicht Giraffensprache</p>	<p>Wir teilen die Botschaft in der Giraffensprache in die 4 Bestandteile auf:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. Beobachtung</b> (neutrales Beobachten, ohne Wertung!) Welches Verhalten ist der Auslöser? Was war der Anlass für die Aussage?</li> <li><b>2. Gefühl</b> Welches Gefühl spüre ich? Wie geht es mir damit?</li> <li><b>3. Bedürfnis</b> Welches Bedürfnis habe ich? Was brauche ich, damit es mir besser geht?</li> <li><b>4. Wunsch</b> Welches Verhalten wünsche ich mir vom anderen/von der anderen? Wie soll er/sie sich in Zukunft in diesem Punkt verhalten?</li> </ol> <p>Beispiel: Statt <b>„Immer drängelst du dich vor“</b> könnten die Alternative lauten:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Beobachtung Es gibt eine Warteschlange. Ein Kind geht von hinten nach ganz vorne.</li> <li>2. Gefühl Ich bin wütend und ärgerlich.</li> <li>3. Bedürfnis Ich will fair behandelt werden.</li> <li>4. Wunsch Das andere Kind soll sich hinten anstellen.</li> </ol> <p>-&gt; <b>„Bitte stell dich auch an wie ich!“</b></p> <p>Sie können zur Veranschaulichung die Einzelaspekte der 4 Satzteile und den Beispielsatz an die Tafel pinnen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Giraffensprache</li> <li>• 4 Einzelaspekte</li> <li>• Beispiele</li> <li>• Giraffensprache</li> </ul>

Erläuterung „Beobachtung“	<p>Wichtig ist bei der wertfreien Beobachtung, dass es nur darum geht, Situationen zu beschreiben. Was habe ich beobachtet? Was gehört? Was gesehen? Ganz ohne Bewertung!</p> <p>Zum Üben können verschiedene Bilder angeschaut und beschrieben werden oder kurze Geschichten vorgelesen werden.</p>	
Erläuterung „Gefühl“	Die Wiederholung der Gefühle kann mittels eines Spiels, wie Pantomimeraten, erfolgen. Die Kinder können ihre gebastelte Gefühllescheibe herausholen und sie bei den Übungen einsetzen (siehe S. 63-65).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gefühllescheibe</li> </ul>
Erläuterung „Bedürfnis“	Ausarbeitung des Arbeitsblattes „Wer hat welches Bedürfnis?“ (S. 132, Lösung S. 133)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Wer hat welches Bedürfnis?“ (Heft S. 30)</li> </ul>
Erläuterung „Wunsch“	<p>Der Wunsch beinhaltet ein konkretes Verhalten, kein Wunschzettel an das Christkind oder den Weihnachtsmann. Dabei ist auch darauf zu achten, dass der Wunsch deutlich beschrieben wird.</p> <p>Die Äußerung „Hör bitte auf, mich zu hauen!“ beinhaltet nicht schubsen, beißen, Haare ziehen, das darf man also noch...</p> <p>Besser ist in diesem Fall: „Bitte halte Abstand von mir!“, „Bitte lass mich in Ruhe!“.</p>	
An Beispielen üben	<p>Die Arbeitsblätter „Vom Wolf zur Giraffe“ (S. 134/135) erarbeiten lassen. Am besten machen Sie das erste Beispiel mit den Kindern gemeinsam. Der Rest kann von den Kindern in Paarübungen oder alleine ausgefüllt werden. (Lösungsvorschläge S. 133)</p> <p>Im Plenum werden dann die Antworten ausgewertet. Auch nach dem Aspekt „Wie geht es den Angesprochenen bei der Wolfsprache/Giraffensprache?“</p> <p>Die Lösungen der Übungssätze können unter den einzelnen Aspekten an die Tafel geschrieben werden.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Vom Wolf zur Giraffe“ (Heft S. 31/32)</li> </ul>
Abschiedsritual	Zum Abschied die Abschlussrakete (S. 21) durchführen...	

## EINSTIEGSGESCHICHTE ZU ICH-BOTSCHAFTEN

Es war einmal eine Giraffe, die von allen Tieren sehr geschätzt wurde. Sie galt als großzügig und weitsichtig, als sehr friedliches Tier. An diesem Tag war es sehr heiß und die Giraffe suchte, wie so viele andere Tiere, ein Wasserloch, um ihren Durst zu stillen.

Im Wald traf sie auf einen Wolf, der die Zähne fletschte und sie anknurrte: „Hau hier bloß ab, Langhals! Das ist mein Revier, sonst beiß ich dich!“

Der Wolf war es gewohnt, dass alle Tiere Angst vor ihm hatten, und dachte, die Giraffe würde nun die Flucht ergreifen. Aber zu seiner Verwunderung blieb die Giraffe ganz ruhig stehen und fragte ihn freundlich: „Warum knurrst du denn so? Bist du etwa erschrocken, als ich plötzlich hinter dem großen Baum hervorgetreten bin?“

Da war der Wolf baff, denn sie hatte Recht.

Die Giraffe sprach weiter: „Ich bin auf dem Weg zu einem Wasserloch, denn ich bin sehr durstig. Hast du nicht auch Durst und möchtest mitkommen?“

Ja, der Wolf hatte auch Durst, großen sogar und auch er suchte ein Wasserloch. Aber durch all die Büsche und Bäume konnte er keines finden und dann war da noch die Giraffe plötzlich aus dem Nichts aufgetaucht ... kein Wunder, dass er so sauer war, dachte er sich.

Deshalb antwortete er der Giraffe: „Ich sehe hier kein Wasserloch. Also zieh Leine!“

Die Giraffe lächelte und meinte: „Wir können gemeinsam gehen. Ich kann über die Büsche und Bäume hinwegsehen und kann von weit weg schon vieles sehen. Dafür kannst du mich auf die Gefahren am Boden aufmerksam machen!“

Davon ließ sich der Wolf überzeugen. Und so suchten sie gemeinsam weiter.

## MAXI IST SAUER AUF MAX

*Ausgangslage (als Selbstgespräch spielen):*

*Max: Maxi hat mir gestern ihr Freundschaftsbuch gegeben. Beim Schreiben ist mir die Seite gerissen und aus Versehen habe ich mit der Tinte einen Klecks gemacht. Dabei wollte ich mir doch besonders Mühe geben!*

*Maxi (aufbrausend): Du hast ja mein Album total versaut!  
Nie kann man dir etwas geben!  
Alles musst du immer kaputt machen!*

*Max (schüchtern): Aber ...*

*Maxi: Du bist wirklich das Allerletzte, du bist so was von schlampig und ...*

*Max (ganz hilflos): Es tut mir leid, aber ...*

*Maxi (immer noch sehr angriffslustig): Dir leihe ich nie wieder etwas aus, du bist so gemein!*

*Max dreht sich wortlos um und geht.*

# WOLFSSPRACHE/GIRAFFENSPRACHE

Heft S. 29



## WOLFSSPRACHE

Der Wolf schimpft, beleidigt, greift an.  
Er spricht in Unwohlsätzen.

### Unwohlsätze

- tun der anderen Person mit Worten weh
- sagen etwas Schlechtes über die andere Person
- sind voller Feindseligkeit und lösen Streit aus oder machen ihn schlimmer

## GIRAFFENSPRACHE

Die Giraffe sagt, wie es ihr geht und denkt auch an die Gefühle der anderen Person. Sie spricht in Wohlfühlsätzen.

### Wohlfühlsätze

- sagen, wie ich mich fühle
- sagen der anderen Person, was mich stört, ohne zu verletzen oder sie zu beleidigen
- sagen sehr deutlich, was ich mir wünsche oder erwarte.

### Die Botschaft der Giraffensprache hat 4 wichtige Teile

Beobachtung: Beschreibung, was ich gesehen/gehört habe.  
(Ohne, was ich dazu denke, vermute, glaube!)  
*Wenn ich sehe/höre/beobachte/mitbekomme, dass ...*

Gefühl: Wie geht es mir damit?  
Ich sage das Gefühl ganz deutlich! Nicht nur gut/schlecht.  
(Ich kann auch meine Gefühlscheibe nutzen)  
*Dann bin ich ... / Dann fühle ich mich ...*

Bedürfnis: Was brauche ich, damit es mir besser geht?  
*Ich möchte ... / Ich brauche ...*

Wunsch: Hier spreche ich die andere Person das erste Mal an.  
Ich äußere einen Wunsch, wie sich mein Gegenüber ab sofort verhalten soll.  
Ich sage es ganz genau und vermeide „Hör auf mit ...!“  
*Kannst du bitte ... / Bitte ...*



**Wenn sich jemand vordrängelt,  
dann bin ich wütend und ärgerlich.**

**Ich möchte Fairness.**

**→ „Bitte stell dich auch an wie ich!“**

**Wenn in der Klasse geschwätzt wird,  
dann bin ich irritiert.**

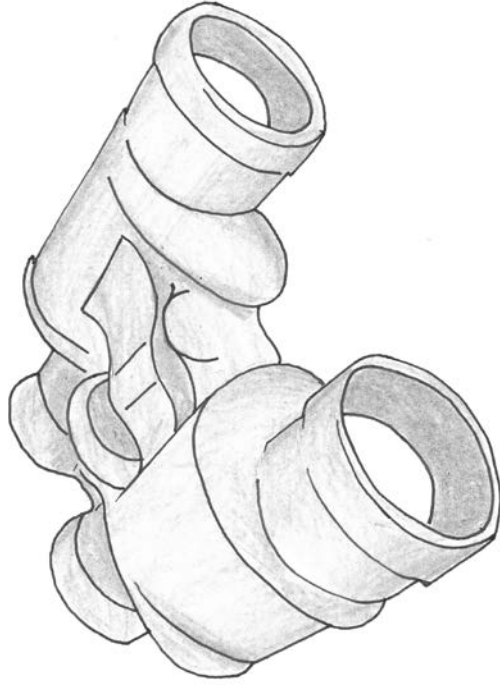
**Ich brauche Ruhe zur Konzentration.**

**→ „Bitte seid leise!“**

# BEOBACHTUNG

**Ist neutral (ohne Bewertung).**

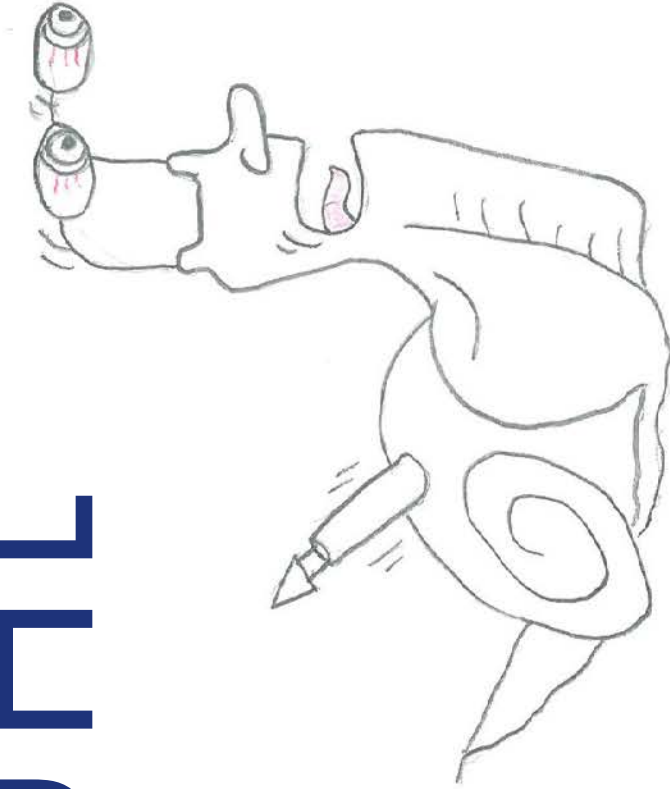
Wenn ich sehe/höre/beobachte/mitbekomme, dass ...



# GEFÜHL

**Wie geht es mir?**

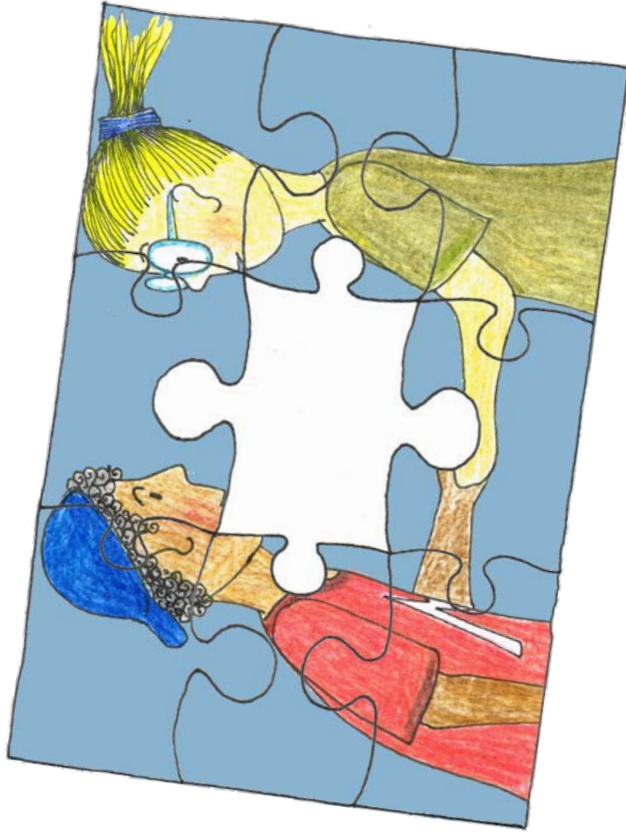
Dann bin ich ... / Dann fühle ich mich ...



# BEDÜRFNIS

**Was brauche ich, damit es mir besser geht?**

Ich möchte ... / Ich brauche ...

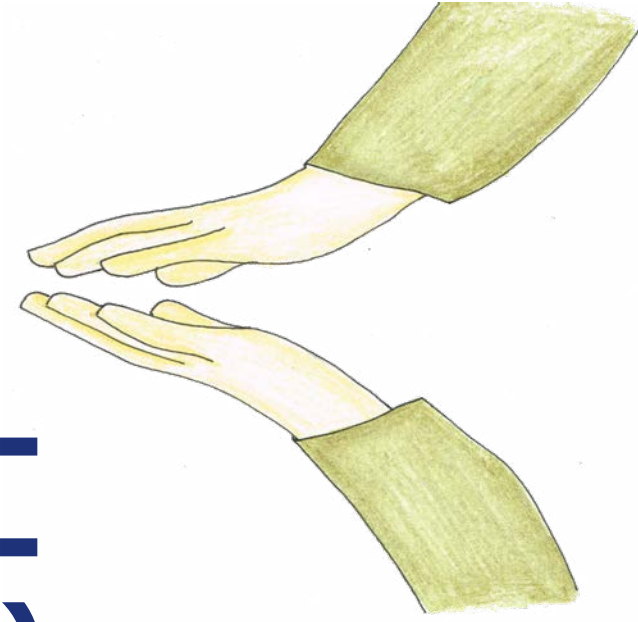


# WUNSCH

**Welches Verhalten wünsche ich mir von der anderen Person?**

Möglichst konkret und positiv formulieren!

Kannst du bitte ... / Bitte ...



# WER HAT WELCHES BEDÜRFNIS?

Heft S. 30

## Verbinde mit dem entsprechenden Bedürfnis:

Erik knurrt der Magen.	Regenschutz
Lisa ist weit gerannt und hat einen trockenen Mund.	Rücksicht
Leo versteht die Hausaufgaben nicht.	Bewegung
In der Schule war es heute sehr anstrengend.	Gesellschaft
Anton sieht zwei ältere Schüler, vor denen er sich fürchtet.	Erholung
Tim ist oft nachmittags alleine.	Nahrung
In der Schule muss Lilo lange still sitzen.	Schutz
An der Ampel wird Klara angerempelt.	Hilfe
Lina spielt im Park. Plötzlich fängt es an zu regnen.	Getränk

# LÖSUNGEN

## WER HAT WELCHES BEDÜRFNIS?

Erik knurrt der Magen.	Nahrung
Lisa ist weit gerannt und hat einen trockenen Mund.	Getränk
Leo versteht die Hausaufgaben nicht.	Hilfe
In der Schule war es heute sehr anstrengend.	Erholung
Anton sieht zwei ältere Schüler, vor denen er sich fürchtet.	Schutz
Tim ist oft nachmittags alleine.	Gesellschaft
In der Schule muss Lilo lange still sitzen.	Bewegung
An der Ampel wird Klara angerempelt.	Rücksicht
Lina spielt im Park. Plötzlich fängt es an zu regnen.	Regenschutz

## VOM WOLF ZUR GIRAFFE – LÖSUNGSVORSCHLÄGE

### **Immer stehst du im Weg!**

Wenn mir jemand im Weg steht,  
dann ärgere ich mich.  
Ich brauche die Freiheit mich zu bewegen.

→ **Bitte lass mich durch!**

### **Nie darf ich mitspielen!**

Wenn ich nicht mitspielen darf,  
fühle ich mich einsam.  
Ich möchte Gesellschaft.

→ **Bitte lasst mich mitspielen**

### **Du bist ja so lahm wie eine Schnecke!**

Wenn jemand so langsam läuft,  
macht mich das nervös,  
weil ich den Bus erwischen will.

→ **Bitte beeile Dich!**

### **Du bist Schuld, dass wir verloren haben!**

Wenn wir verlieren,  
macht mich das traurig.  
Ich wäre gerne stolz auf unsere Mannschaft.

→ **Mach das nächste Mal bitte besser mit!**

### **Du hast ja immer Einsen! Du bist eine Streberin!**

Wenn ich schlechte Noten habe,  
bin ich enttäuscht und neidisch.  
Ich hätte auch gerne Erfolg!

→ **Bitte hilf mir beim Lernen!**

### **Hör gefälligst auf, mich zu schubsen, sonst knallt's!**

Wenn mich jemand schubst,  
ärgert mich das.  
Ich will, dass mit mir rücksichtsvoll umgegangen wird.

→ **Bitte löse das Problem friedlich!**

### **Immer müsst ihr euch prügeln!**

Wenn sich Kinder prügeln,  
bekomme ich Angst, dass etwas Schlimmes passiert.  
Ich wünsche mir Sicherheit.

→ **Bitte löst das Problem friedlich!**

### **Immer bist du zu spät!**

Wenn jemand zu spät kommt,  
irritiert mich das,  
ich möchte ungestört unterrichten.

→ **Bitte achte darauf, dass du ab sofort pünktlich bist!**

# VOM WOLF ZUR GIRAFFE

Teil 1  
Heft S. 31

## Wandelt folgende Sätze um:

Wolf: Immer stehst du im Weg!

Giraffe: Wenn (Beobachtung).....  
Dann (Gefühl).....  
Ich möchte/brauche (Bedürfnis).....  
Bitte (konkrete Bitte).....

Wolf: Nie darf ich mitspielen!

Giraffe: .....  
.....  
.....  
.....

Wolf: Du bist ja so lahm wie eine Schnecke!

Giraffe: .....  
.....  
.....  
.....

Wolf: Du bist schuld, dass wir verloren haben!

Giraffe: .....  
.....  
.....  
.....

# VOM WOLF ZUR GIRAFFE

Teil 2  
Heft S. 32

Wolf: Du hast ja immer Einsen! Du bist eine Streberin!

Giraffe: .....  
.....  
.....  
.....

Wolf: Hör gefälligst auf, mich zu schubsen, sonst knallt's!

Giraffe: .....  
.....  
.....  
.....

Wolf: Immer müsst ihr euch prügeln!

Giraffe: .....  
.....  
.....  
.....

Wolf: Immer bist du zu spät!

Giraffe: .....  
.....  
.....  
.....



## MEDIEN

Grundschul Kinder wachsen nicht medienfern auf, deshalb sollte bereits beim Schuleintritt eine gute Basis für einen kompetenten Medienumgang geschaffen werden. Fernsehen ist nach wie vor das interessanteste Medium bei jüngeren Kindern.

Kinder brauchen im Umgang mit Medien Begleitung von pädagogischen Fachkräften und Eltern. Wichtig ist es dabei, den Kindern Orientierung im Mediendschungel und kreative Handlungsmöglichkeiten zu geben. Medienpädagogische Erlebnisse können so wahrgenommen und aufgearbeitet werden, denn Kinder haben durch die Digitalisierung ihren „Spielplatz“ enorm erweitert.

Viele Kinder bekommen mit dem Wechsel in die 5. Klasse ein Smartphone. Aber kennen sie sich damit auch aus?

**Nähere Infos zu In-App-Käufen, Urheberrecht, Datenschutz, Kinder-/und Jugendschutz siehe Infokästen auf den nächsten Seiten.**



## MEDIEN

### MAXIS LANGEWEILE

Klasse 1/2  
45 Min

Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie
Bewusstmachen des Medienkonsums Alternativen zum Medienkonsum erarbeiten (diverse Spiel – und Beschäftigungsmöglichkeiten)	Ich bin mir bewusst, wie viel Zeit ich mit Bildschirmmedien verbringe, ich kenne und nutze daneben auch andere Möglichkeiten wie z.B. draußen zu spielen.	Gute, spannende alternative Freizeitbeschäftigungen vorzeigen (Wandertage, Sporttage, via Sochunterricht etc.) Reifen Umgang mit Medien demonstrieren.	Mit dem Kind spannende und persönlich berührende Dinge unternehmen (Ausflüge, Spiele, regelmäßiges Vorlesen...) Selbst reifen Umgang mit Medien demonstrieren.

## Überblick

Vorbereitung

## Erläuterungen

Das Material und ein Muster des Zeitstrahls vorbereiten.

## Material

- siehe S. 139/140

Begrüßungsritual	Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liedtext (Heft S. 3)</li> </ul>
Figurenspiel: Maxis Langeweile	Den Text „Maxis Langeweile“ (S. 138) als Figurenspiel aufführen oder als Text vorlesen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Figuren Max und Maxi</li> <li>• Text</li> </ul>
Was machst Du?	<p>Auf den Boden wird ein Seil gelegt. Über das Seil dürfen die Kinder steigen, die nachmittags gerne mit Freunden spielen – abgefragt wird, was sie machen, welche Unternehmungen, usw.! Dann dürfen sie zurückgehen.</p> <p>Danach dürfen die Kinder über das Seil steigen, die täglich TV anschauen – abgefragt wird, welche Sendungen, wann, wie lange! Dann dürfen sie zurückgehen.</p> <p>Danach dürfen die Kinder über das Seil steigen, die bereits ein Smartphone haben – abgefragt wird, was sie damit machen! Danach dürfen sie zurückgehen.</p> <p>Dann dürfen die Kinder über das Seil steigen, die sich ein TV-Gerät im Zimmer wünschen und/oder ein Smartphone – abgefragt wird, warum?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Seil (man kann es auch als Busspiel spielen. Die Kinder warten an der Bushaltestelle, nun kommt der Bus, es steigen alle Kinder ein, die...)</li> </ul>
Alternativen	<p>In der Partnerarbeit oder in einer Kleingruppe dürfen die Kinder auf mehrere Karten jeweils eine Beschäftigung darauf schreiben. Diese Karten werden nun laut vorgelesen und auf ein Plakat geklebt. Überschrift könnte lauten: Alles, nur nicht langweilig!</p> <p>Maxi liest nochmals einiges vor und freut sich schon, die Spiele/Beschäftigungen mit Max ausprobieren zu dürfen. Beide verabreden sich dazu.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plakat (Tonkarton DIN A2)</li> </ul>
Wochenaufgabe	<p>Wochenplan für Medienkonsum erstellen: Wie lange schaue ich – TV, Smartphone, Tablet,...?</p> <p>Nicht zur Kontrolle, sondern lediglich zum Bewusstmachen, wie lange man insgesamt mit Medien verbringt.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Medienkonsum- übersichtsblatt</li> </ul>
Abschiedsritual	Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) durchführen.	

## MAXIS LANGEWEILE

*Die Handpuppen unterhalten sich. Maxi erzählt Max, was sie den ganzen Nachmittag so macht. Maxi sitzt oft vor dem Fernseher und schaut sich viele Kinderfilme an, denn ihr ist es langweilig und ihre Freundinnen haben oft keine Zeit.*

Maxi: Mama hat auch meistens keine Zeit, denn sie muss arbeiten, kochen, putzen oder einkaufen gehen. Manchmal hat sie auch keine Lust, mit mir etwas zu spielen. Das ist alles gar nicht schlimm, es kommen ja ganz tolle Filme und wenn ein Film zu Ende ist, beginnt schon eine neue Geschichte. Es hört nie auf, immer kommt was anderes. Manchmal Lou, 4 ½ Freunde, Hexe Lilli, Peter Pan, Super Wings, Lauras Stern und noch vieles mehr.\*

*(Max ist entsetzt und wundert sich.)*

Max: Okay, wenn es draußen regnet, könnte ich es verstehen, dass man den ganzen Tag vor dem Fernseher verbringt. Aber jeden Tag!

### Version A

*(Maxi überlegt. Dann fragt sie die Kinder.)*

Maxi: Was macht ihr denn so?... *die Kinder dürfen antworten.*

Wow, ihr habt richtig gute Ideen. Ich bekomme jetzt richtig Lust zum Spielen. Hättest du gerade Zeit, Max? Wollen wir zusammen spielen?

### Version B

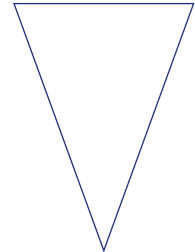
Max: Du sagst, dass deine Freundinnen keine Zeit haben, dann mach doch mit denen was Regelmäßiges aus, zum Beispiel jeden Dienstag und Donnerstag. Oder spiele im Hof, im Garten oder auf dem Spielplatz. Gehe Schlitten fahren, am Schlittenberg trifft man doch alle. Du hast doch auch coole Spiele in deinem Kinderzimmer, oder baue eine Höhle oder mit Legosteinen ein Puppenhaus. Wie wäre es, einen Kaufladen einzurichten? Oder male mit deinen tollen Stiften dein Traumhaus.

*\*Alte Serien ersetzen Sie durch aktuelle Kinderserien.*

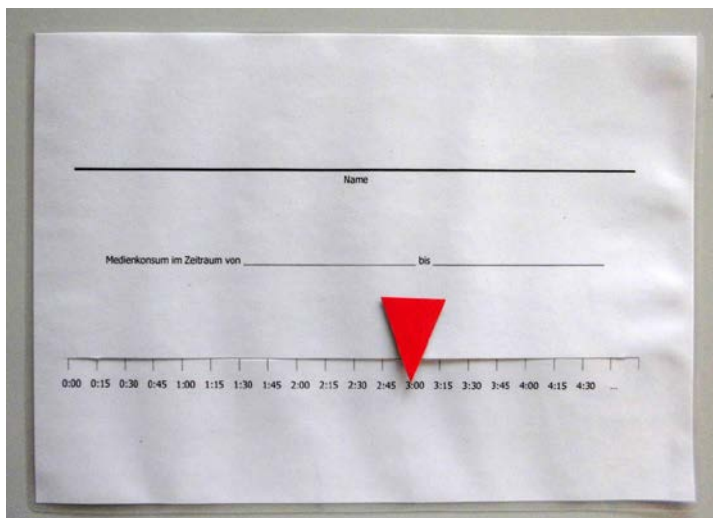
# ANLEITUNG MEDIENKONSUMÜBERSICHT

## Materialien

- Papier DIN A4 (z.B. 160 g/m<sup>2</sup>) oder normales Papier laminiert
- Büroklammer oder eine kleine Wäscheklammer
- Pfeil
- Klebestreifen



Vorlage auf ein stabileres Papier kopieren, kurz über der Skala mit dem Cutter einen Schnitt setzen. Den Pfeil mit Hilfe eines Klebestreifens an der Büroklammer befestigen. Die Büroklammer so an den Schnittkante befestigen, dass die Pfeilspitze auf die Skala zeigt.



*Diese Übersicht  
kann den täglichen bzw.  
wöchentlichen Konsum  
veranschaulichen!*

## Beispiel

Ein Kind schaut sich einen Film (TV, Tablet,...) an und es dauerte 1 Stunde, dann wird der Pfeil um eine Stunde bewegt (steht dann auf 1:00). Danach spielt es ein PC-Spiel für eine halbe Stunde, dann wird der Pfeil um eine weitere halbe Stunde nach rechts bewegt (steht dann auf 1:30)...

\_\_\_\_\_

Name

Medienkonsum im Zeitraum von \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_



0:00 0:15 0:30 0:45 1:00 1:15 1:30 1:45 2:00 2:15 2:30 2:45 3:00 3:15 3:30 3:45 4:00 4:15 4:30 ... Stunden

<b>MEDIEN</b>		<b>UMGANG MIT DEM SMARTPHONE</b>		Klasse 3/4 90 Min
<b>Ziele</b>	<b>Botschaften für die Kinder</b>	<b>Lehrkräfte</b>	<b>Eltern/Familie</b>	
Aufmerksamer Umgang mit Medien Gefahren im Umgang mit dem Internet Regeln finden für den Umgang/Einsatz des Smartphones	Ich erlerne mit den Bildschirmmedien und Inhalten umzugehen Ich konsumiere Bildschirmmedien nur in Maßen und mache mir ab und zu meinen Konsum bewusst Ich bin in den sozialen Medien kompetent unterwegs. Bei Fragen oder Unsicherheiten hole ich mir Hilfe bei Erwachsenen	Auf die in der Schule geltenden Regeln achten Raum für sinnvollen Einsatz schaffen Über Gefahren informieren Verhaltenskodex im Netz erarbeiten	Den Medienkonsum des Kindes aktiv begleiten und begrenzen Alternative Angebote schaffen Vorbild sein in eigenem Umgang	
<b>Überblick</b>	<b>Erläuterungen</b>			<b>Material</b>
Vorbereitung	Für das Eckenspiel die Antworten auf je ein Blatt schreiben, evtl. laminieren.			
Begrüßungsritual	Als Begrüßung „Max und Maxi sind jetzt endlich wieder da“ (S. 22) singen.			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liedtext (Heft S. 4)</li> </ul>
Einstieg: Dialog von Max und Maxi über Smartphones	<p><i>Maxi bringt ihr neues Smartphone mit in die Schule und zeigt es Max auf dem Pausenhof.</i></p> <p>Maxi: Hey, schau mal. Ich habe zum Geburtstag ein Smartphone bekommen!</p> <p>Max: Echt? Wow, voll geil!</p> <p>Maxi: Jaaa! Und ich hab mir auch gleich ein voll cooles Spiel runtergeladen!</p> <p>Max: Kuck mal! (<i>Fangen an, das Spiel zu spielen</i>)</p> <p>Max: Darf ich auch mal?</p> <p>Maxi: Ja, okay! (<i>Maxi gibt Max das Smartphone</i>) Ich hab' aber nur noch 3 Leben, dann müssen wir 1 Stunde warten bis meine Leben aufgefüllt sind.</p> <p>Max: Aber du kannst dir doch welche kaufen, das steht doch da! Schau mal!</p> <p>Maxi: Echt? Zeig mal! Boah, das kostet 8 Euro? Für 4 Leben?</p> <p>Max: Hä? Das ist doch kein echtes Geld, sondern aus dem Spiel, oder?</p> <p>Maxi: Echt? Meinst Du? Soll ich mal drücken?</p> <p><b>Interaktion</b> (<i>Nähere Infos In-App-Käufe siehe Infokasten</i>)  <i>Was denkt ihr, ist das echtes Geld? Wer zahlt das?</i>  <i>Soll sie drücken? Was passiert dann? Was könnten sie tun?</i>  <i>Gibt es solche Spielekäufe?</i></p>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Max und Maxi</li> <li>• ein Smartphone</li> </ul>

Überblick	Erläuterungen	Material
	<p>Maxi: Du ich hab mich auch gleich bei Instagram angemeldet und bei Whatsapp!            Schau mal mein Profilbild an!            Max: Boah! Hast du das selbst gemacht?            Maxi: Neel! Warum?            Max: Dann darfst du das doch gar nicht benutzen, oder?</p> <p><b>Interaktion</b> (Nähere Infos <b>Urheberrecht</b> siehe Infokasten)  <i>Was glaubt ihr, wie ist das mit Musik, Photos, Texten, Videos?            Ab wann darf ich Instagram bzw. Whatsapp nutzen? Wo steht das? Was heißt AGB?</i></p> <p>Max: Schau, mal, bei dem Gewinnspiel kannst du ein neues iPhone gewinnen.            Du musst nur, warte mal ... Name, Alter, Adresse, Telefonnummer angeben.            Wie cool. Da will ich auch mitmachen, ich bekomme bestimmt so schnell kein Smartphone von meinen Eltern.</p> <p><b>Interaktion</b> (Nähere Infos <b>Datenschutz</b> siehe Infokasten)  <i>Welche Infos gebe ich preis?            Was passiert mit meinen Daten und meinen Bildern?</i></p> <p>Max: Du wegen dem Whatsapp...bist du da auch in einer Gruppe drin?            Maxi: Was für eine Gruppe meinst du? Meinst Du so eine, wie mein Cousin mir erzählt hat? Die in seiner Klasse haben eine Gruppe, eigentlich, um ihre Hausaufgaben gemeinsam zu machen. Aber dann hat da einer angefangen über einen anderen abzulästern und ihn zu beleidigen.            Und mein Cousin will mich auch einladen, damit ich auch mitmachen kann.            Dabei kenn ich den doch gar nicht. Was soll ich denn jetzt machen?</p> <p><b>Interaktion</b>  <i>Wie geht es der beleidigten Person wohl? Wie soll sich Maxi verhalten?            Was könnte Maxi tun, damit die Beleidigungen aufhören?            Was könntet ihr tun, wenn ihr so etwas mitbekommt? Gibt es im Chat Regeln?            Auch im Netz braucht es Zivilcourage!</i></p>	

Eckenspiel	<p>Das Eckenspiel kann zur Auflockerung genutzt werden oder um einen Überblick über die Nutzung von Smartphones in der Klasse zu erhalten. In jeder der 3 Ecken liegt jeweils eine Antwortmöglichkeit. Die Kinder stellen sich zu der Antwort, die auf sie am ehesten zutrifft. Zum Beispiel:</p> <p><b>„Wer von euch hat ein eigenes Smartphone?“</b></p> <p>1. Ecke: ein neues; 2. Ecke: ein gebrauchtes; 3. Ecke: keines;</p> <p>Beispiele für weitere Fragen können sein:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Wer von euch hat ein ...?</b> (Samsung, iPhone, anderes)</li> <li>• <b>Was machst du am häufigsten?</b> (WhatsApp, Youtube schauen, Spielen)</li> <li>• <b>Welchen Instant Messenger nutzt du ?</b> (WhatsApp, Simsme, Signal)</li> <li>• <b>Welche Spiele spielst du am häufigsten?</b> (Rätselspiele, Abenteuerspiele, Kartenspiele)</li> <li>• <b>Wo ist dein Smartphone nachts?</b> (Neben meinem Bett, In der Küche, Im Wohnzimmer)</li> <li>• <b>Wie lange nutzt du dein Smartphone?</b> (1–3x die Woche, täglich bis zu 1 Stunde, täglich mehr als 1 Stunde)</li> <li>• <b>Wenn du nicht am Smartphone hängst, was machst du?</b> (lesen, mit Freunden/Freundinnen spielen, fernsehen)</li> </ul> <p>Für weitere Fragen seien Sie kreativ...</p>	
Regeln	Arbeitsblatt „Achtung mit dem Smartphone“ (S. 146) besprechen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Achtung mit dem Smartphone“ (Heft S. 33)</li> </ul>
Chatregeln	Wenn Whatsapp oder andere Instant Messenger in der Klasse genutzt werden, lassen Sie die Kinder Regeln für einen Chat aufstellen. Vergleichen Sie diese mit Regeln in der Klasse oder anderen Gruppen, wie Sportverein etc.	
Buchstabenrätsel	Findet die Begriffe im Rätsel (S. 147).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Buchstabenrätsel (Heft S. 34)</li> </ul>
Abschiedsritual	Zum Abschied die Abschlussrakete (S. 21) durchführen.	

## **In-App-Käufe**

Durch einen In-App-Kauf können Inhalte und Abonnements in einer App entgeltlich erworben werden. Zum Beispiel können in einer kostenlosen Spielapp zusätzliche „Leben“ gekauft werden, neue Level oder besondere Funktionen freigeschalten werden.

Nicht alle Apps bieten In-App-Käufe an.

Um einen In-App-Kauf nicht aus Versehen zu tätigen, kann man diese am Gerät deaktivieren oder durch ein Passwort schützen.

*Nähere Infos zu In-App-Käufen unter:*

*<https://support.apple.com/de-de/HT202023> oder*

*<https://www.handysektor.de/abo-abzocke/detailansicht/article/fiese-kostenfalle-in-apps.html>*

## **Urheberrechte**

Darf ich Bilder, Texte, Videos, Musik oder Filme hoch- oder herunterladen, die mir nicht gehören? Genau diese Frage klärt das Urheberrecht.

Ein/e Urheber/in ist der-/diejenige, der/die z.B. das Bild gemacht hat und/oder die Rechte an dem Werk besitzt.

Werke, damit sind Bilder, Texte, Videos, Musik oder Filme gemeint, an denen man selbst keine Rechte besitzt darf man nur mit Erlaubnis oder mit einer vorher entrichteten Gebühr an den/die Urheber/in oder die GEMA veröffentlichen.

GEMA ist die Abkürzung für „Gesellschaft für musikalische Aufführungs- und mechanische Vervielfältigungsrechte“.

Die GEMA handelt im Auftrag von Urhebern, diese erteilen der GEMA die Verwertungsrechte, sodass die GEMA dann das Geld (z.B. von Veranstaltungen, Radiosendern etc.) einsammeln kann und die Beträge wieder an die Urheber/innen auszahlen kann.

Ohne die Erlaubnis oder die Entrichtung einer Gebühr an den/die Besitzer/in der Rechte verletzt man die Urheberrechte, was eine hohe Geldstrafe nach sich ziehen kann.

Ein Urheberrecht endet 70 Jahre nach dem Tod des/der Urhebers/Urheberin.

Es gibt auch Werke, die lizenzfrei sind.

*Nähere Infos zu Urheberrechten unter:*

*<https://www.handysektor.de/artikel/urheberrecht/>*

*<https://www.handysektor.de/artikel/lizenzen-bilder-und-videos-aus-dem-netz-richtig-verwenden/>*

## **Datenschutz**

Persönliche Daten sind: Name, Adresse, Geburtsdatum, Telefonnummer, Schule, Verein, persönliche religiöse Einstellungen usw.

Persönliche Daten dürfen nur mit entsprechendem Einverständnis weitergegeben werden.

Möchte man jemandem in eine WhatsApp-Gruppe hinzufügen, muss die Person vorher gefragt werden. Anderenfalls besteht die Gefahr, dass andere Teilnehmer/innen in der Gruppe an Handynummern gelangen, ohne dass die betroffene Person dies möchte.

*Nähere Infos zum Datenschutz:*

*<https://www.handysektor.de/artikel/datenschutz-das-einfache-spiel-der-datensammler/>*

## **Kinder-/Jugendschutz**

Bei Filmen prüft die FSK, Freiwillige Selbstkontrolle, die einzelnen Filme nach kinder- und jugendschutzrelevanten Prüfpunkten. (Wieviel Gewalt beinhaltet der Film? Wie heftig sind die Szenen? Gibt es sexuelle Handlungen?)

Die angegebenen Altersgrenzen sind insofern bindend, dass Filme nicht an jüngere Kinder entliehen oder verkauft werden dürfen.

Bei PC-Spielen prüft die USK (Unterhaltungssoftware Selbstkontrolle). Auch hier wird nach Kinder- und Jugendschutz geschaut.

Allerdings sagt das nichts über die Spielbarkeit aus und ob Kinder/Jugendliche die Zusammenhänge verstehen können.

Es ist auch keine pädagogische Empfehlung.

Da es die USK nur in Deutschland gibt, prüft europaweit die PEGI (Pan European Game Information). Diese hat andere Altersgrenzen.

Schwierig wird es bei Apps. Es gibt zwar ein Prüfsiegel, das wird aber nicht von der USK ausgestellt, auch wenn es diesem Siegel sehr ähnelt. Die Anbieter von Apps können einen Fragebogen ausfüllen und entsprechend wird die Altersempfehlung berechnet.

*<http://www.usk.de/>*

*<http://www.pegi.info/de/>*

*Generelle Infos zu Apps finden Sie unter [www.handysektor.de](http://www.handysektor.de) über die Suchfunktion.*



## ACHTUNG MIT DEM SMARTPHONE

Heft S. 33

### **Damit du dein neues Gerät sicher nutzen kannst, solltest du einige Regeln beachten:**

1. Gehe mit deinen Eltern alle Sicherheitseinstellungen durch und überlegt, was du wirklich aktivieren willst.
2. Wenn du unterwegs bist, schalte dein WLAN aus. Auch GPS und Bluetooth solltest du nur einschalten, solange du es brauchst.
3. Bevor du eine App installierst, lies dir die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) und die Berechtigungen der App durch. Frage am besten eine erwachsene Person, ob sie dir helfen kann, das ganze Kauderwelsch zu verstehen. Installiere nur Apps, bei denen du dir sicher bist, dass kein Virus dahinter steckt und mit deren Berechtigungen du einverstanden bist!
4. Achte auch im Chat darauf, höflich mit anderen umzugehen. Bekommst du mit, dass eine Person blöd angeschrieben, ausgeschlossen oder über sie gelästert wird, hole dir Unterstützung, um der Person zu helfen.
5. Am besten machen deine Eltern und du einen Nutzungsvertrag. Ihr könnt Zeiten regeln, in denen du online sein darfst oder eben nicht, was du tun darfst, und so weiter. Das gibt dir und deinen Eltern Sicherheit und vermeidet Stress (solange ihr euch daran haltet ;- ) ).
6. Wenn du Mist gebaut hast, du eine komische Nachricht bekommen hast oder auf eine komische Seite geraten bist, suche dir ganz schnell eine erwachsene Person und erzähle ihr das. Sie kann dir dabei helfen, zu überlegen wie du damit umgehen kannst.
7. Du willst mehr wissen? Du willst ein paar lustige und sinnvolle Ideen zur Nutzung deines Smartphones haben? Dann schau unter: [www.handysektor.de](http://www.handysektor.de)! Da gibt es Infos zu allen Apps, der Nutzung des Smartphones, einen Mediennutzungsvertrag, Bastelanleitungen zur virtuellen Brille, Smartphone-Projektor und, und, und...
8. Auf jeden Fall gilt: Erst denken, dann klicken!

# BUCHSTABENRÄTSEL

Heft S. 34

I	R	S	I	H	S	M	S	R	E	V	N	L	K
X	Q	W	U	S	U	M	M	W	A	X	I	J	C
A	Z	E	G	C	H	P	A	W	E	F	Y	C	S
M	T	M	X	S	C	W	R	X	O	P	O	A	U
M	U	A	D	K	G	L	T	R	S	K	R	S	C
E	M	N	J	D	A	P	P	R	O	F	E	T	H
D	A	T	E	N	S	C	H	U	T	Z	S	I	M
I	X	A	Z	B	C	H	O	F	F	O	P	N	A
E	B	N	X	S	H	A	N	F	I	N	E	G	S
N	E	X	O	X	I	T	E	R	N	L	K	S	C
E	S	U	C	I	E	R	C	H	T	I	T	H	H
L	S	W	J	A	N	E	T	U	E	N	C	O	I
X	E	B	S	S	R	T	X	B	R	E	X	W	N
B	R	Y	E	H	K	C	E	H	N	Q	A	O	E
E	D	H	T	O	X	R	T	R	E	S	M	H	X
R	E	D	B	W	A	S	F	C	T	O	W	A	M
N	E	T	T	I	M	C	H	A	T	T	M	W	X

## Finde die Worte:

App  
Chat  
Castingshow  
Datenschutz  
Fernsehen

Internet  
Max Besser  
Maxi  
Medien  
Nett im Chat

Online  
Profil  
Respekt  
Smartphone  
Suchmaschine



## REGELN

Das Kapitel Regeln soll Kindern dabei helfen, die anderen wertzuschätzen, sich an Regeln zu halten und so ein gemeinsames Miteinander zu ermöglichen. Die Regeln gelten für alle, das bedeutet für pädagogische Fachkräfte und Kinder. Mit großer Transparenz kann so das Sozialklima in der Klasse/Schule verbessert werden.



## REGELN

### ZIELBILDER (BILDERKARTEN)

Klasse 1 – 4  
45 Min

Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie
Ziele der Klasse visualisieren Konkrete Verhaltensmuster der Klasse umsetzen Mit Bildern neue Perspektiven eröffnen	Ich setze mir eigene Ziele und formuliere diese; ich kann mich in der Klassengemeinschaft auf gemeinsame Ziele einigen.	Die Klasse prozessual begleiten.	Sich über die Klassenziele und die des eigenen Kindes informieren, ggf. begleiten.

Überblick	Erläuterungen	Material
Vorbereitung	Zielbilder (Postkarten oder andere für Kinder ansprechende Karten) sammeln und evtl. laminieren.	
Begrüßungsritual	Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) oder „Max und Maxi sind...“ (S. 22) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liedtext (Heft S. 3/4)</li> </ul>
Einstieg	Aus einer Auswahl an Bildern (Natur, Mensch, usw.) sucht sich jedes Kind zu Beginn ein Bild zum heutigen Tag. Was spricht mich heute besonders an? Jedes Kind nimmt dieses Bild und legt es auf den Boden vor sich hin. Reihum dürfen die Kinder dann kurz ihr Bild in der Gruppe vorstellen und an der Tafel (kreisförmig) aufhängen. Im Anschluss schreiben die Kinder in die Mitte des Kreises die „Stärken“ der Klasse oder „das können wir besonders gut“ auf. Die Stärken der Klasse können auch in einem Sozialen Kompetenztraining erarbeitet werden.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tafel</li> <li>Plakatwand</li> <li>Zielbilder/ Emotionscards</li> <li>Magnet oder Klebestreifen</li> </ul>

Aus den restlichen Bildern suchen die Kinder gemeinsam 2 – 3 Bilder, Visionen und Zielbilder für eine gute Klassengemeinschaft. Dann werden die Bilder konkretisiert und mit Inhalten der Klasse formuliert. So nutzen die Kinder die Macht der Bilder für ein gutes Klima in der Klasse.

Das Bild sollte positive Gefühle auslösen und ressourcenorientiert sein, um zu beantworten, warum sich die Klasse auf bestimmte Aktivitäten konzentriert und um Veränderung bemüht.



Abschiedsritual

Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) oder die Abschlussrakete (S. 21) durchführen.

**MeBoard**

Mit Bildern neue Erfahrungsräume eröffnen. Durch die Arbeit mit Bildern (Emotionscards) kann man einen leichteren Zugang zu schwierigen Themen in der Klasse finden aber auch Themen wie „Umgang in der Klasse“ zielgerichtet bearbeiten.




# REGELN

## REGELBAROMETER

Klasse 1 – 4  
45 Min

<b>Ziele</b>	Vertrautheit in der Klasse mit Regeln für das Zusammenleben erreichen Gutes Arbeitsklima mit vertraglichen Vereinbarungen schaffen Regelwerk schützt schwächere Kinder	<b>Botschaften für die Kinder</b>	Ich kann selbst gesetzte Regeln einhalten und bewerten.	<b>Lehrkräfte</b>	Regelbarometer in gewissen Abständen anwenden, ggf. Defizite besprechen, die Eltern in geeigneter Form informieren.	<b>Eltern/Familie</b>	Sich über die Regeln der Klasse des Kindes informieren. Mit den zu Hause geltenden Regeln kombinieren.
--------------	--	-----------------------------------	---	-------------------	---	-----------------------	--

<b>Überblick</b>	Vorbereitung	<b>Erläuterungen</b>	Ein „Regelbarometer“-Plakat auf einem großen Bogen Papier vorbereiten.	<b>Material</b>																									
Begrüßungsritual	Klassenregeln erstellen		<table border="1"> <thead> <tr> <th>Regelbarometer</th> <th colspan="3">Wie hat folgende Regel geklappt?</th> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>2.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>3.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>4.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Regelbarometer	Wie hat folgende Regel geklappt?							1.				2.				3.				4.					
Regelbarometer	Wie hat folgende Regel geklappt?																												
1.																													
2.																													
3.																													
4.																													
			Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) oder „Max und Maxi sind...“ (S. 22) singen.		<ul style="list-style-type: none"> <li>Liedtext (Heft S. 3/4)</li> </ul>																								
			Die Kinder schreiben auf Kärtchen Regeln, die sie gerne in der Klasse einhalten wollen. Z.B.: Ich verhalte mich in der Klassengemeinschaft so, dass sich alle wohlfühlen können. Was macht eine gute Klassengemeinschaft aus? Regeln sollen positiv formuliert werden.		<ul style="list-style-type: none"> <li>Stuhlkreis,</li> <li>Karten und Stifte</li> </ul>																								

Hierarchisierung	<p>Nach der Sammlung der Klassenregeln werden diese von der Klasse hierarchisiert. Welche Regeln kommt auf Platz 1 und 2. usw.</p> <p>Zum Beispiel: Wir gehen höflich miteinander um. Die drei bis vier favorisierten Regeln werden auf das Regelbarometer übertragen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plakat „Regelbarometer“ ,</li> </ul>
Auswertung	<p>Wöchentlich wird das Regelbarometer mit seinen Regeln ausgewertet. Dazu können die Kinder bei den Smileys Punkte verteilen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Was hat in der Woche gut geklappt (Smiley)?</li> <li>• Was hat weniger gut geklappt und kann noch besser werden (Neutralie)?</li> <li>• Was hat überhaupt nicht geklappt (Heulie)?</li> </ul> <p>Kinder beschreiben ihr eigenes Verhalten und was ihnen in der Klasse auffällt.</p> <p><b>Auswertung</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wo liegen unsere Schwerpunkte?</li> <li>• Was geht schon gut?</li> <li>• Was müssen wir noch verändern?</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klebepunkte oder dicker Filzstift</li> </ul>
Regelbarometer	<p>Von Zeit zu Zeit werden die Regeln auf Gültigkeit überprüft und neu hierarchisiert. Dadurch bleibt das Regelbarometer interessant und lebendig.</p> <p>Wichtige Aspekte:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Es erhöht die Akzeptanz, wenn die Regeln von der Klasse erarbeitet werden.</li> <li>• Die Regeln sollten positiv formuliert werden.</li> <li>• 3 – 4 Regeln reichen aus.</li> </ul>	
Abschiedsritual	<p>Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) oder die Abschlussrakete (S. 21) durchführen.</p>	

### Miteinander leben! Regeln und Rituale im Schulalltag.

Ein wichtiger Bestandteil der Werteerziehung in der Schule ist die Einführung von verbindlichen Regeln und Ritualen im Klassenzimmer. Das soziale Verhalten in der Klasse wird durch Vereinbarungen von Regeln kontrolliert und gesteuert.



## REGELN

## KLÄRUNGSKREIS

Klasse 1 – 4  
45 Min

Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie
Ein Anliegen, einen Streit, einen Konflikt oder ein Problem lösungsorientiert klären	Ich kann gut strukturiert und lösungsorientiert ein Problem klären.	Ein Konzept entwickeln: Regelmäßiger vs. fallinduzierter Einsatz, Rituale schaffen.	Das Kind dazu ermutigen, seine Konflikte offen zu klären; sich über den Ausgang informieren.

Überblick	Erläuterungen	Material
Vorbereitung	<p>6 Sektorenkärtchen (S. 154/155) mit dem jeweiligen Sektor auf der Vorderseite und den zugehörigen Fragestellungen auf der Rückseite anfertigen. Als Zeiger noch einen Pfeil ausschneiden.</p> <p>Als Unterlage für den Tisch bietet sich ein rundes Tischset oder ein Tischtuch an. Für den Stuhlkreis kann man einen runden Teppich, einen Reifen, etc. verwenden.</p> <p>Die Sektoren mit dem jeweils passenden Symbol in folgender Reihenfolge im Kreis auf der Unterlage anordnen: Konflikt, Gefühle, Traum, Ideen, Annäherung, Zukunft. Den Pfeil in die Mitte legen und als Zeiger in Richtung Konflikt ausrichten.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 6 Sektorenkärtchen</li> <li>• einen Pfeil</li> <li>• eine Unterlage</li> <li>• je ein Objekt als Symbol für jeden Sektor</li> </ul>
Ablauf	<p>In sechs Schritten kann man mit Hilfe des Klärungskreises ein Anliegen, einen Streit, einen Konflikt oder ein Problem lösungsorientiert klären. Sowohl in der Kleingruppe am Tisch oder mit der Klasse im Klassenzimmer (Stuhlkreis).</p> <p>Die Sektorenkarten werden nacheinander umgedreht, die Fragestellungen vorgelesen und gemeinsam diskutiert. Die sprechende Person erhält den Gegenstand dieses Sektors und reicht sie an den nächsten Teilnehmer der Diskussion weiter.</p> <p>Zur Strukturierung des Gesprächs wird der Pfeil immer auf den gerade behandelten Sektor gerichtet. So ist es für jede teilnehmende Person sichtbar, wo man sich gerade befindet.</p> <p>Eine unabhängige moderierende Person wäre wünschenswert, die auch die Diskussionsrunde und die Gesprächsbeiträge leitet, sortiert und nochmals kurz zusammenfasst.</p>	

Sektor: Konflikt	<p>Fragestellung: <b>Was ist passiert? Was geschah?</b></p> <p>Die Person, die ein Anliegen (oder einen Streit oder Konflikt) hat, kommt zu Wort. Beteiligte Personen kommen ebenfalls der Reihe nach zu Wort. (Die sprechende Person erhält den Gegenstand dieses Sektors.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ein Federball oder: kleiner Ball, Fußball, Stofftier oder Puppe</li> </ul>
Sektor: Gefühle	<p>Fragestellung: <b>Wie fühlte ich mich dabei? Wie möchte ich mich wieder fühlen?</b></p> <p>Die beteiligten Personen teilen ihre Gefühle während des Streits mit, aber auch, wie sie sich gerade fühlen und wie sie sich wieder gerne fühlen möchten.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ein Stressball oder: Emoji, Gefühlkarten</li> </ul>
Sektor: Traum	<p>Fragestellung: <b>Was wünsche ich mir? Von was träume ich?</b></p> <p>Hier dürfen die Wünsche, Träume oder die erhoffte Zukunft vorgestellt werden. Daraus könnten bereits Ziele formuliert werden.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Muschel oder: als Geschenk verpackte Schachtel</li> </ul>
Sektor: Ideen	<p>Fragestellung: <b>Was kann ich tun, damit es wieder besser wird?</b></p> <p>Nun sind alle Personen gefordert. Hier können Ideen entstehen, um die Ziele, den Wunsch, den Traum realisierbar zu machen</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Glühbirne</li> </ul>
Sektor: Annäherung	<p>Fragestellung: <b>Was muss passieren, damit ich mich wieder annähere?</b></p> <p>Die Voraussetzungen dafür werden hier besprochen. Hier werden die Rahmenbedingungen festgelegt. Was muss vorhanden sein, damit man wieder an einem Strang ziehen kann?</p> <p>Zum Beispiel: Eine vorausgehende Entschuldigung muss stattfinden. Oder „Er muss mir den Radiergumme ersetzen“.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ein Seil oder: Friedenstaube, Herz, Hände</li> </ul>
Sektor: Zukunft	<p>Fragestellung: <b>Was nehme ich mit? Was packe ich an?</b></p> <p>Hier werden die zu erledigenden Aufgaben zusammengefasst. Dies können z.B. Aufgaben sein, die zur Realisierung des Zieles notwendig sind, oder einer Wiedergutmachung. Aber auch Dinge, die bewahrt werden müssen (z.B. Ehrlichkeit, Achtsamkeit, etc.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Kiste oder: Tasche, Koffer</li> </ul>

# Konflikt

*Was ist passiert?  
Was geschah?*

# Gefühle

*Wie fühlte ich mich dabei?  
Wie will ich mich wieder  
fühlen?*

# Träume

*Was wünsche ich mir?  
Von was träume ich?*

<h1>Ideen</h1>	<p><i>Was kann ich tun, damit es wieder besser wird?</i></p>
<h1>Annäherung</h1>	<p><i>Was muss passieren, damit ich mich wieder annähere?</i></p>
<h1>Zukunft</h1>	<p><i>Was nehme ich mit? Was packe ich an?</i></p>



## REGELN

## DU KANNST

Klasse 1/2  
45 Min

Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie
Kinder für positive zwischenmenschliche Kontakte sensibilisieren Positive Berührungen spürbar machen	Ich kann Gutes tun.	Kinder dazu anregen, etwas Gutes zu tun.	Das Kind ermutigen, etwas Gutes zu tun, ggf. dabei begleiten.

Überblick	Erläuterungen	Material
Vorbereitung	Die „Du kannst“ Textvorlagen (S. 158) für jedes Kind kopieren. (Achtung: Vorlage doppelt)	
Begrüßungsritual	Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) oder „Max und Maxi sind...“ (S. 22) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liedtext (Heft S. 3/4)</li> </ul>
Unterrichtsgespräch zum Thema „positiver/negativer Umgang miteinander“	An der Tafel befinden sich die Stichworte (oder Abbildungen): Mund, Beine, Hände. Die Kinder bekommen die Aufgabe aufzuzählen, was man damit alles machen kann. Diese Beiträge werden den Stichworten zugeordnet.  Danach werden angenehme und unangenehme Beiträge mit verschiedenen Farben gekennzeichnet. Man kann sowohl etwas Tolles machen (z.B. streicheln), aber auch andere Menschen verletzen (z.B. schlagen).	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wandtafel-beschriftung bzw. Abbildungen</li> </ul>
Arbeitsblatt „Du kannst“	Die Kinder erhalten die kopierten Textvorlagen für das Arbeitsblatt „Du kannst“ (S. 158). Die Textpassagen werden gemeinsam gelesen und besprochen.  In Einzelarbeit schneiden die Kinder nun die Textfelder aus und kleben diese zu den passenden Bildern ins Arbeitsheft (S. 159).	<ul style="list-style-type: none"> <li>Textvorlagen „Du kannst“</li> <li>„Du kannst“ (Heft S. 35)</li> <li>Schere</li> <li>Klebstoff</li> </ul>

<p>Rückenmassage „Rundherum auf dem großen Teich“</p>	<p>Der positive Einsatz der Hände wird in Form einer gegenseitigen Rückenmassage geübt. Die Hände (= Wasserkäfer) führen unter Anleitung der Projektleitung Bewegungen auf dem Rücken (= Teich) nach Musik oder nach dem Text durch.</p> <p>Die Projektleitung erklärt dazu:  <i>„Legt die Hände auf den Rücken eures Partners/eurer Partnerin. Die Hände erzählen dem Rücken durch Streicheln, Kitzeln und Drücken, was auf dem Teich passiert.“</i></p> <p><b>Rundherum auf dem großen Teich</b> <i>(Fredrik Vahlen)</i></p> <p><i>Ein klitzekleiner Wasserkäfer kreiste einmal auf dem Teich herum, in kleinen und in großen Kurven, mal langsam, mal schnell und immer rundum. Und als er dann im Zickzack sauste, er hat davon nicht genug gekriegt, haben sich viele Seerosenblätter, eins hier und eins da, in den Wellen gewiegt. Und da war ein Mädchen, das klatschte aufs Wasser, macht eine Teichwasser-Trommelmusik, mit beiden Händen, mal laut und mal leise, ein fröhlich klatschendes Teichtrommelstück. Zwei Krabbenmonster, mit ihren fünf Beinen, liefen hinunter, hinauf und herum, fingen an in Kurven zu laufen, balancierten und fielen nicht um. Sie versteckten sich in sehr dunklen Ecken, da liefen sie langsam aufeinander zu und befühlten sich, um sich neu zu entdecken und tanzten und hüpfen und riefen „Ju-hu!“</i></p> <p><i>Dann war nichts mehr da, nur die Winde wehten in sanften Brisen über den Teich, ganz leise hat noch etwas gegluckst, dann war es friedlich und still zugleich.</i></p>	
<p>Wochenaufgabe</p>	<p>Die Kinder sollen ganz bewusst versuchen, Hände, Beine und Mund nur positiv einzusetzen.</p>	
<p>Abschiedsritual</p>	<p>Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) oder die Abschlussrakete (S. 21) durchführen.</p>	

# DU KANNST

Textvorlagen

Du kannst mit deinen Worten  
andere Menschen trösten

*oder*

sie verletzen.

Du kannst mit deinen Armen  
andere Menschen halten

*oder*

nur die Ellenbogen benutzen.

Du kannst mit deinen Beinen  
andere Menschen treten

*oder*

auf sie zugehen.

Du kannst mit deinen Händen  
andere Menschen schlagen

*oder*

sie streicheln.

Du kannst mit deinen Worten  
andere Menschen trösten

*oder*

sie verletzen.

Du kannst mit deinen Armen  
andere Menschen halten

*oder*

nur die Ellenbogen benutzen.

Du kannst mit deinen Beinen  
andere Menschen treten

*oder*

auf sie zugehen.

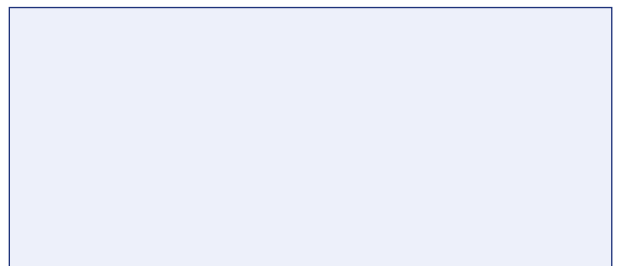
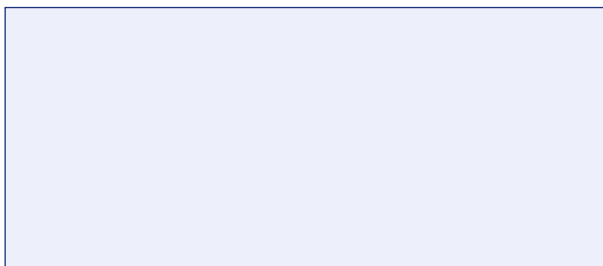
Du kannst mit deinen Händen  
andere Menschen schlagen

*oder*

sie streicheln.

# DU KANNST

Ordne die Textkarten den Bildern zu.  
Heft S. 35





## REGELN

## SPASS ODER ERNST

Klasse 1/2  
45 Min

Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie
Sich in Täter- und Opferrollen einfühlen können Zwischen Spaß und Ernst bzw. Scherz und Gewalt unterscheiden können	Ich weiß, dass auch angeblicher Spaß verletzen kann und achte bei meinen Handlungen darauf, diese Grenze nicht zu überschreiten Wenn ich Gewalt ausgeübt habe, entschuldige ich mich, weil ich verstehe, wie es dem/der anderen dabei geht, und leiste angemessene Wiedergutmachung; für die Zukunft überlege ich mir bessere Wege, mich zu verhalten.	Ad hoc angemessen intervenieren, dabei auf den gelernten Inhalt verweisen, Empathie einfordern, z.B. durch geeignete Fragetechnik.	Dem Kind vermitteln, dass eigene Vorurteile nicht jedes Verhalten rechtfertigen, sein Mitgefühl durch Nachfragen (Was glaubst du, wie XY sich dabei gefühlt hat?) stärken.

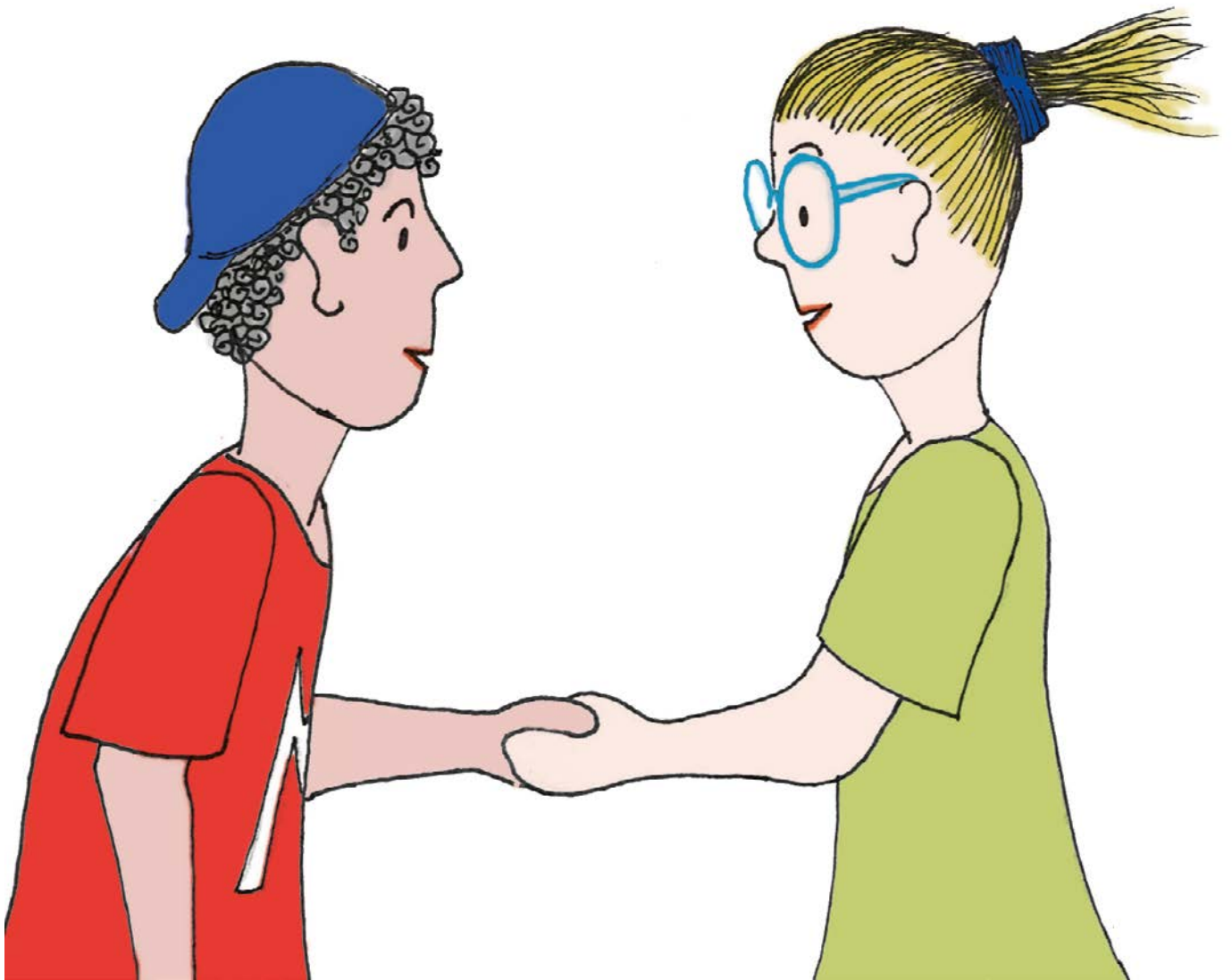
Überblick	Erläuterungen	Material
Vorbereitungen	DIN-A3-Kopien von den Vorlagen „Maxi zieht den Stuhl weg“ (S. 162) und „Maxi und Max versöhnen sich“ (S. 163) anfertigen. „Max weint, Maxi lacht“ (S. 164) und die Textpassagen „Wer spricht – Täter oder Opfer?“ (S. 165) ebenfalls vergrößern, Karten ausschneiden und ggf. laminieren.	
Begrüßungsritual	Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liedtext (Heft S. 3)</li> </ul>
Stummer Impuls	Die Projektleitung hängt ein Bild mit der Szene „Maxi zieht Max den Stuhl weg“ in die Tafelmitte. Rechts darunter schreibt sie in eine Sprechblase: <b>„Selten so gelacht.“</b> Links darunter in eine Sprechblase: <b>„Au weia!“</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bild „Maxi zieht Max den Stuhl weg“</li> </ul>
Unterrichtsgespräch	Nachdem die Kinder Zeit zum Überlegen hatten, erfolgt eine mündliche Gedankensammlung.	
Unterrichtsgespräch über Täter-Opfer-Situationen	Die Täter-Opfer-Situation wird genauer betrachtet: Die Projektleitung bringt an der Tafel rechts die lachende Maxi und links den weinenden Max an. Die Kinder erkennen dadurch: Was für den einen (Täter) Spaß ist, kann für den anderen (Opfer) bitterer Ernst sein. Sie ergänzen durch eigene ähnliche Erfahrungen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bilder „Max weint“ und „Maxi lacht“</li> </ul>

<p>Zuordnung von Täter- und Opferäußerungen</p>	<p>Es erfolgt ein weiteres Einfühlen in Opfer und Täter: <b>Was könnte wer sagen?</b></p> <p>Die Projektleitung hängt Täter- und Opfer-Äußerungen ungeordnet an die Tafel. Die Kinder ordnen richtig zu:</p> <p>Weinender Max (Opfer)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Aua!</i></li> <li>• <i>Das finde ich gar nicht lustig!</i></li> <li>• <i>Du bist gemein!</i></li> <li>• <i>Mein Kopf tut weh!</i></li> </ul> <p>Lachende Maxi (Täterin)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Stell dich doch nicht so an!</i></li> <li>• <i>Guter Flug! Saubere Landung!</i></li> <li>• <i>Du Weichei!</i></li> <li>• <i>Ha, ha, das sah lustig aus!</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Textpassagen "Wer spricht – Täter oder Opfer"</li> </ul>
<p>Unterrichtsgespräch</p>	<p>Die Kinder überlegen sich weitere Täter-, Opfer- oder auch Zuschaueräußerungen. Diese werden ebenfalls an der Tafel aufgeführt.</p>	
<p>Unterrichtsgespräch</p>	<p>Die Kinder überlegen gemeinsam, wie die Geschichte weitergehen bzw. enden könnte. Die Projektleitung macht an der Tafel Notizen. Die Kinder überlegen, welche Variante ihnen wohl selbst als Max/Maxi am liebsten wäre.</p> <p>Anschließend hängt die Projektleitung das Bild von einem möglichen positiven Ausgang der Geschichte an die Tafel: Maxi gibt Max die Hand und beide lachen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bild „Maxi und Max versöhnen sich“</li> </ul>
<p>Unterrichtsgespräch</p>	<p><b>Wie könnte es zu dieser Lösung gekommen sein?</b> <b>Was muss passieren, damit es so enden kann?</b></p>	
<p>Abschiedsritual</p>	<p>Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) durchführen.</p>	

MAXI ZIEHT MAX DEN STUHL WEG



## MAXI UND MAX VERSÖHNEN SICH



MAX WEINT, MAXI LACHT



Weinender Max (Opfer):

**Aua!**

**Das finde ich gar nicht lustig!**

**Du bist gemein!**

**Mein Kopf tut weh!**

Lachende Maxi (Täterin):

**Stell dich doch nicht so an!**

**Guter Flug! Saubere Landung!**

**Du Weichei!**

**Ha, ha, das sah lustig aus!**



## REGELN

## EIGENE GEWALTERFAHRUNGEN

Klasse 1/2  
45 Min

Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie
<p>Eigene Gewalterfahrungen reflektieren Sich in Opferrollen einfühlen Neue, gewaltfreie Verhaltensmuster entwickeln Wenn ich Gewalt erlebt habe, kann ich, nach einer Zeit mich davon lösen und nach angemessener Wiedergutmachung verzeihen.</p>	<p>Ich kann – trotz schlechter Erfahrungen – gestärkt aus einer Krise kommen.</p>	<p>Angemessene Formen der Streitschlichtung einführen, am besten ritualisieren; nachkontrollieren!</p>	<p>Wenn Ihr Kind in der Schule Gewalterfahrungen macht, nehmen Sie Kontakt zur Klassenlehrer/in auf, und vereinbaren Sie gemeinsame Ziele, handeln Sie nach Möglichkeit nicht auf eigene Faust (häufig schädlich!). Wenn Sie den Eindruck haben, dass Ihr Kind selbst Gewalt ausübt, stellen Sie es zur Rede, versuchen Sie es zu einer angemessenen Wiedergutmachung zu überzeugen, signalisieren Sie der Schule, dass Sie das Problem sehen, treffen Sie ggf. Absprachen.</p>

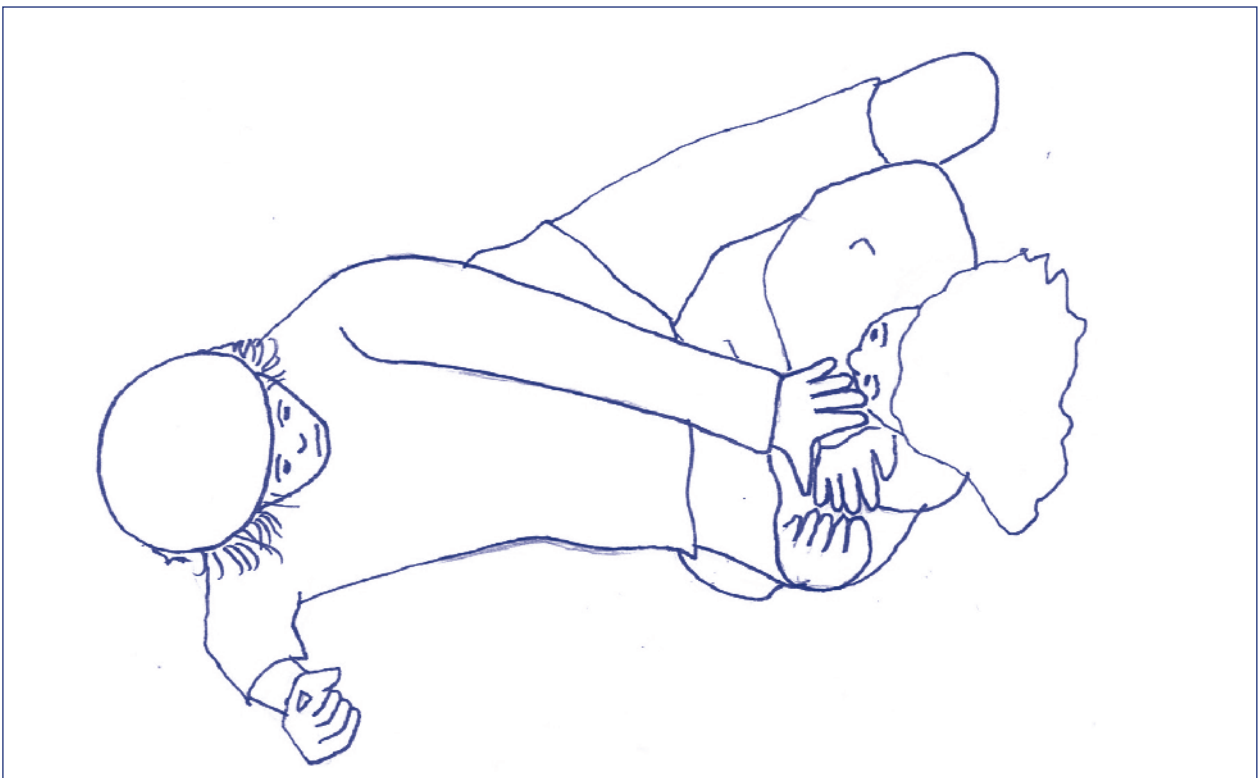
Überblick	Erläuterungen	Material
Vorbereitung	„Bildkarten Gewaltszenen“ (S. 168/169) vergrößern und laminieren. Klebepunkte (blau und grün), (Kräuter-, Blumen-) Samen, Blumenerde, Gefäß besorgen.	
Begrüßungsritual	Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liedtext (Heft S. 3)</li> </ul>
Bilder von Gewaltszenen	Die Projektleitung hängt die Bildkarten von häufig auftretenden Gewaltszenen an die Tafel. Die Szenen werden gemeinsam erläutert.  <i>Was sehe ich?</i> <i>Wie fühlen sich jeweils die Kinder auf den Bildern?</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bildkarten</li> <li>Gewaltszenen</li> </ul>
Eigene Gewalterfahrung	Die Bildkarten werden auf einen Tisch gelegt. Jedes Kind erhält drei (Mädchen grüne / Jungen blaue) Klebepunkte.  Die Kinder gehen nach und nach umher, betrachten die Bilder und kleben ihre Punkte auf die von ihnen am häufigsten gemachten Gewalterfahrungen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Klebepunkte (blau/grün)</li> </ul>

<p>Auswertung der eigenen Gewalterfahrungen im Unterrichtsgespräch</p>	<p>Die Bildkarten werden wieder an der Tafel befestigt.</p> <p>Alle Kinder kehren an ihre Plätze zurück, um nun gemeinsam die in der Klasse am häufigsten gemachten Gewalterfahrungen durch Zählen der Punkte festzustellen.</p> <p>Nach der Auswertung werden die Punkte abgemacht und in das Pflanzgefäß gelegt.</p> <p><b>Wir vergraben diese Gewalt und wollen künftig Gemeinschaft wachsen lassen!</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pflanzgefäß</li> </ul>
<p>Pflanzung</p>	<p>Nun dürfen die Kinder der Reihe nach Erde auf die Punkte streuen, dann die Samen drauflegen und anschließend gießen.</p> <p>Die Kinder erhalten den Auftrag, sich um diesen kleinen Garten zu kümmern, denn nur durch Pflege (Wärme, Wasser, Licht, Achtsamkeit) kann etwas gedeihen. Die Pflege wird zusammen mit den Kindern erarbeitet.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schaufel</li> <li>• Blumenerde</li> <li>• Samen</li> </ul>
<p>Wochenaufgabe</p>	<p>Darauf achten, Konflikte nur mit Worten zu lösen und keine Gewalt anzuwenden. Sich um die Pflege des „Gartens“ kümmern.</p>	
<p>Abschiedsritual</p>	<p>Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) durchführen.</p>	

**Bemerkung: Am schnellsten keimen Kresse-Samen (ca. 5 Tage). Zusammen mit den Kindern die Kresse mit Brot, Frischkäse bzw. Butter verspeisen.**

# BILDKARTEN GEWALTSZENEN

Teil 1



# BILDKARTEN GEWALTSZENEN

Teil 2





## REGELN

### KLASSENROT (Ursprung: Klassenversammlung aus der Freinet-Pädagogik)

Klasse 3/4  
45 Min

Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie
Mitbestimmungsinstrument in der Klasse einführen Erlernen von demokratischen Methoden und Verantwortungsübernahme Artikulieren von unstimmgigen Situationen, Lob und Tadel	Ich bringe mich in meine Klassengemeinschaft ein Über Konflikte rede ich, mit dem Ziel, zu einer Lösung zu kommen Das eine oder andere können wir jetzt schon selbst planen	Regelmäßiger Einsatz Am Anfang führen, sich dann langsam zurücknehmen Sich gelegentlich Dinge überlegen, die man wirklich demokratisch entscheiden lassen kann	Dem Kind eigene Verantwortungsbereiche geben (am besten in Absprache) Das Wahrnehmen der Verantwortung dann auch einfordern und loben

Überblick	Erläuterungen	Material
Vorbereitung	<p>Vorbereitung für den Klassenrat:</p> <p>Bevor ein Klassenrat eingeführt wird, sollten didaktische und methodische (Vor-) Überlegungen getroffen werden.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Kommunikationsregeln</b> müssen mit der Klasse gemeinsam (!) aufgestellt werden.</li> <li>• Der Klassenrat braucht <b>Ämter</b>, die von den Kindern übernommen werden können. Verantwortungsbewusstsein wird durch die Ämter angebahnt, die die Kinder übernehmen. Jede Lehrkraft muss sich selber überlegen, welche und wie viele Ämter sie einsetzen will. Die Gesprächsleitung obliegt die erste Zeit der Lehrkraft.</li> <li>• Ein akustisches oder visuelles <b>Anfangs- und Endritual</b> ist für den Klassenrat sehr wichtig; strukturiert und rhythmisiert.</li> <li>• Eine <b>Wandzeitung, ein Ratsbüchlein</b> o. ä. sollten hergestellt werden, damit sich die Kinder eintragen können.</li> <li>• Informationen zu den Ämtern sind auf S. 172/173 zu finden.</li> </ul>	

Klassenrat	<p>Ablauf des Klassenrates:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Gesprächsleitung eröffnet den Klassenrat</li> <li>• Die Gesprächsleitung fragt, ob die Beschlüsse aus der letzten Sitzung eingehalten wurden.</li> <li>• Die Lob-Liste wird vorgelesen.</li> <li>• Eine spontane Lobrunde wird eröffnet.</li> <li>• Die Wunsch-Liste wird vorgelesen, dabei wird jedes „Ereignis“ einzeln, nach der Reihenfolge seiner Eintragung besprochen. Betrifft das Anliegen einen Mitschüler aus der Runde, darf dieser als nächster dazu Stellung nehmen.</li> <li>• Schüler/in (Protokollant/in) schreibt anschließend Stichworte über die Vereinbarung ins Ratbüchlein. So besteht die Möglichkeit, festgelegte Abmachungen und Vereinbarungen zu einem späteren Zeitpunkt nachzuschlagen.</li> <li>• Der Gesprächskreis beendet den Klassenrat.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ratsbüchlein</li> <li>• Glocke</li> <li>• Uhr</li> <li>• Wandzeitung</li> </ul>
------------	---	--

### Wichtige Rahmenbedingungen für den Klassenrat

- Rolle der verantwortlichen Erwachsenen bleibt durch den Rat unangetastet;
- Falls ein Konflikt/Anliegen nach der dritten Besprechung nicht bearbeitet wurde, muss er/es anderweitig geregelt werden;
- Werden getroffene Vereinbarungen nicht eingehalten, muss das Thema aus dem Klassenrat genommen werden und evtl. mit Sanktionen geregelt werden;
- Die Klassenratssitzung darf nicht zum Tribunal werden, wo Schuldige gesucht und verurteilt werden.

### Der Klassenrat kann nicht

- alle Konflikte in der Klasse lösen
- komplexe Probleme in kurzer Zeit lösen
- Sanktionen verhängen
- alle Schüler gleichermaßen begeistern

Weiterführende Literatur zum Klassenrat:

„Der Klassenrat“, Andreas Schumschal und Bea Slowinska, andreas.schumschal@ostalbkreis.de  
 „Der Klassenrat – Konflikte demokratisch lösen“, Carl-Auer-Verlag  
 „Der Klassenrat – Mitmach-Set“, derKlassenrat.de

# INFOS ZUM KLASSEN RAT

(Ursprung: Klassenversammlung aus der Freinet-Pädagogik)

Um einen möglichst leichten Lesefluss zu erreichen, wurde in diesem Kapitel maßgeblich die männliche Sprachform genutzt. Selbstverständlich sind grundsätzlich beide Geschlechter angesprochen.

## DER KLASSEN RAT KANN U. A.

- Konflikte innerhalb der Klasse thematisieren und klären,
- Streit mit anderen Schülern bearbeiten,
- Klassenfahrten organisieren,
- Sitzordnung in einer Klasse klären,
- über Lerninhalte beraten.

## ZIELE DES KLASSEN RATES

- Schüler lernen, die eigene Meinung zu äußern.
- Gesprächskultur und Kooperation unter Schülern wird gefördert.
- Sozialkompetenz wird gefördert und das soziale Leben in der Klasse wird geplant.
- Schüler übernehmen Selbstverantwortung und fassen Beschlüsse dazu.

## ELEMENTE DES KLASSEN RATES

### Kommunikationsregeln

- Es redet immer nur das Kind, das aufgerufen wurde.
- Wer den Gesprächsfrosch oder anderes Tier bzw. Redeball hat, darf sprechen.
- Wer dran ist, darf ausreden, die anderen hören zu.
- Keine Beleidigungen und Ausdrücke.
- Wir nehmen uns ernst.
- Wir lachen niemanden aus.
- Im Klassenrat streiten wir uns nicht.

### Die Wandzeitung

Die Wandzeitung besteht aus zwei Blättern mit den fortzuführenden Anfangssätzen:

*Ich lobe.../Ich wünsche mir, dass...*

Hier werden alle Anliegen und Beiträge gesammelt, die später in der Reihenfolge der Eintragungen im Klassenrat vorgetragen werden. Die Kinder müssen ihre Eintragungen namentlich abzeichnen bzw. denjenigen, von dem sie sich etwas wünschen, auch namentlich benennen.

Die „Lob-Liste“ wird am Anfang der Klassenratssitzung vorgetragen, danach können noch spontane Lobäußerungen erfolgen. Die „Ich-wünsche-mir-Liste“ soll das Schimpfen erschweren. Gleichzeitig soll Kritik positiv ausgedrückt werden.

Das Sammeln von Anliegen kann auch durch ein *Klassenratsbüchlein* durchgeführt werden wie auch durch einen Klassenratsbriefkasten erfolgen.

## DIE ÄMTER

Zu jedem Amt wurde ein Amts-Kärtchen gebastelt, das sich die Kinder während der Sitzung um den Hals hängen. Dadurch wird für alle Kinder offensichtlich, wer welches Amt übernimmt.

### **Präsident\*in**

Er eröffnet die Sitzung mit dem Klang der Klangschale und den Eröffnungsworten. Darüber hinaus liegt die Gesprächsführung bei dem Präsident: er ruft den Protokollführer auf und die Schüler, die zu einem Anliegen Stellung nehmen. Um deutlich zu machen, wer das Recht auf Anhörung hat, wird der Gesprächsfrosch (ein Sandtier) an die Schüler, die das Wort haben, weitergereicht. Wenn ein Schüler das Amt des Präsidenten übernimmt, dann nimmt er den Platz neben der Lehrkraft ein, damit sie bei Schwierigkeiten leise weiterhelfen kann.

### **Protokollvorleser\*in**

Der Protokollvorleser sorgt für die Einhaltung der Tagesordnungspunkte, indem er die Anliegen der Reihe nach vorliest. Er ist zuständig für die Wandzeitung und holt sie in den Stuhlkreis. Er liest die „Lob-“ wie auch die „Ich wünsche mir“ -Liste vor.

### **Protokollschreiber\*in**

Wenn ein Anliegen mit einem Beschluss festgehalten wird, notiert der Protokollschreiber den Namen des Kindes, sein Anliegen und den dazugehörigen Beschluss in das Protokoll. Weiter müssen die Namen der Amtsinhaber wie auch das Datum der Sitzung eingetragen werden. Zuletzt unterschreibt der Protokollant sein Schreiben und gibt es der Lehrkraft zur Unterschrift.

### **Beobachter\*in**

Der Beobachter erhält ein Arbeitsblatt, auf dem die Namen der beobachtenden Kinder und ihr Verhalten notiert werden. Hier darf gutes, aber auch schlechtes Verhalten mit dem Symbol eines lachenden oder traurigen Gesichtes namentlich genannt werden. Wichtig ist dabei, dass eine kurze Begründung festgehalten werden muss, so z.B.: (Name) hört gut zu.




### **Es-ist-zu-laut-Sager\*in**

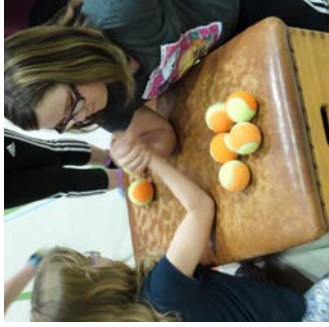

Der Inhaber dieses Amtes hat darauf zu achten, dass der Präsident das Wort erteilen kann. Wenn die Nebengeräusche zu laut werden oder Kinder dazwischen sprechen, dann darf er durch den Klang der Triangel signalisieren, dass es laut wird.




### **Zeitwächter\*in**




Der Zeitwächter muss nach Ablauf der ersten 10 Minuten einer Klassenratssitzung auf die Zeit aufmerksam machen, so dass das Zeitmanagement eingehalten wird und der Klassenrat nicht länger als 30 Minuten tagt. Dafür verwendet man eine Wanduhr im Klassenzimmer bez. jedes Kind verwendet die eigene oder besorgt sich eine Uhr von einem Klassenkameraden oder von der Lehrkraft.



TEAM-ENTWICKLUNG		SOZIALSTUNDE – SPIELE/ÜBUNGEN			Klasse 1 – 4 Zeit variabel
Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie		
Arbeiten im Team Feedback geben, Bewusstmachen von Werten und Regeln im Miteinander Veränderungsprozesse im Klassenzimmer anstoßen	Ich bin teamfähig. Ich kann mich einbringen, ich kann mich leiten und führen lassen. Ich kann gut mit anderen zusammenarbeiten.	In der Teamarbeit steht das Ziel im Vordergrund. Jede teilnehmende Person ist dafür verantwortlich, das Ziel ohne Schaden zu erreichen. So kann das Gemeinschaftsgefühl gestärkt werden.	Gemeinsam sind wir als Familie stark. Jeder hat seine Aufgabe, jeder trägt zum Familienleben bei.		
Überblick	Erläuterungen	Material			
Vorbereitung/Einstieg	Suchen Sie sich aus den folgenden Spielen/Übungen eine kleine Auswahl für die anstehende Sozialstunde je nach Zielorientierung aus. Ein guter Einstieg ist häufig der Schlüssel für den gesamten Verlauf der Sozialstunde in der Klasse. Wählen Sie zum Einstieg eine Übung aus, mit der die Klasse nicht überfordert wird. Erste Erfolgserlebnisse werden ermöglicht.				
Begrüßungsritual	Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) oder „Max und Maxi sind...“ (S. 22) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liedtext (Heft S. 3/4)</li> </ul>			
Begrüßungsspiel	Smiley-Runde. Wie geht es mir heute? (freiwilliges Begründen)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Smileys 😊😐😞</li> </ul>			
Der Aufstand Ziel: Kooperation in der Gruppe entwickeln.	Zwei Kinder sitzen Rücken an Rücken und haken ihre Arme ineinander. In dieser Haltung stehen sie gemeinsam auf. Klappt der Versuch, wird das Paar zu einer Dreiergruppe. Danach wird aufgestockt, bis die gesamte Klasse gemeinsam aufstehen kann. Spieldauer ca. 20 Minuten. Auswertung: <b>Wie war die Übung?</b> <b>Was war schwer?</b> <b>Wie viel Kraft war notwendig? ...</b>				


<p>Der pendelnde Sternkreis</p> <p>Ziel: Förderung von Konzentration und Umgang in der Klasse miteinander.</p>	<p>Die Kinder stellen sich im Kreis auf und fassen sich an den Händen. Jedes zweite Kind im Kreis lehnt sich langsam in den Kreis hinein. Alle anderen Kinder lehnen sich nach hinten.</p> <p>Anschließend langsam wechseln..</p> <p>Mit entsprechender Routine können die Kinder die Augen dabei schließen.</p> <p>Spieldauer ca. 15 Minuten.</p> <p>Auswertung: <b>Hatten wir eine Vertrauensbasis?</b> <b>Wie war die Kooperation?</b></p>	
<p>Decke falten</p> <p>Ziel: Gemeinschaft erleben. Alle sitzen im gleichen Boot!</p>	<p>Die Kinder stellen sich auf eine ausgebreitete Folie (Decke) und versuchen, ohne den Boden außerhalb der Folie zu berühren, diese zu falten.</p> <p>Spieldauer ca. 15 – 20 Minuten.</p> <p>Auswertung: <b>Wie sind wir vorgegangen?</b> <b>Was hat uns zum Ziel geführt?</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Decke oder Baumarktfolie</li> </ul> 
<p>Elektrischer Zaun</p> <p>Ziel: Kooperation in der Klasse erleben.</p>	<p>Die gesamte Klasse muss über ein Seil steigen, ohne es zu berühren. Höhe des Seils ca. 60 - 70 cm. Alle Kinder halten sich dabei an den Händen fest und steigen gemeinsam nacheinander über das Seil.</p> <p>Die Gruppe muss von vorne beginnen, wenn das Seil berührt wird.</p> <p>Spieldauer ca. 30 Minuten.</p> <p>Auswertung: <b>Wie war unsere Verständigung in der Übung?</b> <b>Wie sind wir mit der Verantwortung für den anderen umgegangen?</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Seil, ca. 2 – 2,5 m lang</li> </ul> 

<p>Armdrücken</p> <p>Ziel:  <i>Viele Smarties bekommen durch Taktieren (sich mit seinem Gegner verbünden und für beide das Optimale herauschinden).</i></p>	<p>Die Klasse wird in Zweiergruppen geteilt. Diese sollen sich gegenüber an einen Tisch setzen. Zum Armdrücken muss der rechte Ellenbogen den Tisch berühren, der linke Arm ist hinter dem Rücken. Ziel ist es, in einer bestimmten Zeit (1 Minute), möglichst viele Smarties (Gummibärchen) zu „verdienen“. Für jede Berührung des Gegenübers mit der Hand auf den Tisch gibt es 1 Smartie. Gezählt wird das Paarergebnis. In der Regel fangen alle an, gegeneinander Arm zu drücken. Selten kommen die Kinder direkt auf eine Win-Win-Strategie, solange sich alle an das Schweigegebot halten.</p> <p>Spieldauer ca. 1 Minuten.</p> <p>Auswertung:  <b>War es leicht? Schwer?</b>  <b>Worauf musste man achten?</b>  <b>Wie hättet ihr mehr bekommen können?</b>  <i>Wenn beide zusammenarbeiten und locker die Arme hin und her auf den Tisch drücken, bekommen beide mehr Smarties (Gummibärchen). Dies wird den Kindern aber erst nach der Übung deutlich gesagt.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tische und Stühle (evtl. Nebenraum, wenn die Gruppe zu groß ist), damit die Gruppe warten kann.</li> <li>• Smarties (Gummibärchen)</li> </ul> 
<p>Hase-Bär-Fangen</p> <p>Ziel:  <i>Konzentration und Teamfähigkeit werden eingeübt.</i></p>	<p>Ein Kind ist der Bär, ein anderes der Hase. Alle anderen Kinder gehen paarweise zusammen, haken sich unter und verteilen sich im Raum. Der Bär versucht nun den Hasen zu fangen. Ist der Hase gefangen, tauschen die beiden Kinder die Rolle. Der Hase kann entkommen, indem er sich bei einem umstehenden Kind unterhakt. Das Kind am anderen Ende muss nun los laufen. Achtung: Es ist nun der Bär und der Bär wird automatisch zum Hasen!</p> <p>Spieldauer ca. 20 Minuten.</p> <p>Auswertung:  <b>Haben alle zusammen gearbeitet?</b>  <b>Wo lag die Schwierigkeit?</b>  <b>Wie kann es besser funktionieren?</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Platz zum Rennen (Turnhalle, Pausenhof)</li> </ul> 

<p>Gruppen-Schnick-Schnack-Schnuck</p> <p>Ziel:  <i>Teamfähigkeit, funktionierende Absprache und Umsetzung.</i></p>	<p>Die Klasse wird in zwei Gruppen aufgeteilt. Diese muss sich auf eine Figur einigen und diese beim Signal einnehmen. Machen in der Gruppe nicht alle die gleiche Figur, geht der Punkt an die andere Mannschaft.</p> <p>Variante 1 : Samurai: Ausfallschritt, Hände zum Schwertschlag nach unten führen „Hai“ (o.ä.) rufen; Drache: Arme bedrohlich nach oben und fauchen wie ein Drache; Mütterchen: hebt mahnend den Zeigefinger und sagt: „nanana“ .          Samurai schlägt Drachen, Drachen schlägt Mütterchen, Mütterchen schlägt Samurai</p> <p>Spieldauer ca. 10 Minuten.</p> <p>Auswertung:  <b>Wie haben die Absprachen funktioniert?</b></p>	
<p>Immer 3 müssen stehen</p> <p>Ziel:  <i>nonverbale Absprache</i></p>	<p>Die ganz Klasse setzt sich auf den Boden. Aufgabe ist es, dass immer 3 stehen, und zwar ohne mündliche Absprache. Die 3, die am Anfang stehen, setzen sich unabhängig voneinander hin, wann immer sie wollen, und gleichzeitig muss eine andere Person aufstehen.</p> <p>Spieldauer ca. 10 Minuten.</p> <p>Auswertung:  <b>Wie hat die Übung geklappt?</b>  <b>Wann ging es gut?</b>  <b>Wo lag die Schwierigkeit?</b>          Blickkontakt hilft weiter!</p>	
<p>Der Wind weht für alle, die....</p> <p>Ziel:  <i>Spaß</i></p>	<p>Alle sitzen im Kreis, außer ein Kind. Dieses gibt vor: „Der Wind weht für alle, die...“ (z.B. eine grüne Hose anhaben). Nun müssen alle, auf die das zutrifft, (alle die eine grüne Hose anhaben) den Platz tauschen. Das vorgebende Kind sucht sich schnell einen frei werdenden Platz.</p> <p>Die neue übrig gebliebene Person macht eine neue Ansage.</p> <p>Spieldauer ca. 10 Minuten.</p>	

<p>Bis ...zählen</p> <p>Ziel: Achtsamkeit</p>	<p>Die Klasse steht oder sitzt mit geschlossenen Augen möglichst „wild“ im Raum verteilt. Aufgabe ist es, von eins bis entsprechend der Anzahl der Teilnehmenden zu zählen. Die Regeln dabei sind: Absprachen sind nicht erlaubt, es darf immer nur eine Person reden und alle dürfen nur eine Zahl sagen. Passiert ein Fehler, geht es wieder bei 1 los.</p> <p>Spieldauer ca. 10 Minuten.</p> <p>Auswertung: <b>War es leicht/schwer? Wo liegt die Schwierigkeit? Wie kann man es besser machen?</b></p>	
<p>Pendolino</p> <p>Ziel: Vertrauen gewinnen</p>	<p>3 gleich große Kinder stellen sich eng nebeneinander. Das Kind in der Mitte lässt sich leicht nach vorne oder hinten fallen. Die äußeren beiden Kinder halten es fest und schubsen es sanft in die andere Richtung.</p> <p>Dabei können sie immer weiter auseinander gehen. Wichtig ist dabei, dass sie immer das Kind in der Mitte noch gut stützen können. Wird das Kind in der Mitte unsicher, signalisiert es dieses und die äußeren beiden bleiben stehen. Durchwechseln.</p> <p>Spieldauer ca. 15 Minuten.</p> <p>Auswertung: <b>Was benötigt diese Übung?</b></p>	
<p>Möhrenziehen</p> <p>Ziel: Klassenzusammenhalt stärken</p>	<p>Alle Kinder sitzen im Kreis und haken sich unter, sie sind die Möhren.</p> <p>Nur 1 Kind steht außerhalb, es ist der Bauer/die Bäuerin. Es versucht nun durch Ziehen einzelne Kinder aus dem Kreis zu ziehen. Ist ein Kind aus dem Kreis gelöst, wird es auch zum Bauern/zur Bäuerin. Die anderen Kinder schließen den Kreis schnell wieder.</p> <p>Spieldauer ca. 20 Minuten.</p> <p>Auswertung: <b>Wie hat es geklappt bei den Bauern und bei den Möhren?</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• großer Raum, am besten Turnhalle</li> </ul> 

<p>Schnapp die Trophäe</p> <p>Ziel: Koordination und Klassenzusammenhalt stärken</p>	<p>Die Klasse wird in Zweiergruppen geteilt, diese setzen sich Rücken an Rücken mit geschlossenen Augen auf den Boden und halten sich an den Händen. Am einen Ende sitzt die Spielleitung mit einer Münze, am anderen Ende liegt eine Trophäe, zum Beispiel ein Kuschtier.</p> <p>Die Spielleitung vereinbart mit den vorne sitzenden Kindern, die nun die Augen öffnen dürfen, dass sie nach dem Wurf der Münze bei „Kopf“ einen Impuls, also einen Händedruck weiterleiten müssen. Bei „Zahl“ passiert nichts. Die Letzten in der Reihe müssen, sobald sie einen Impuls spüren, die Trophäe nach oben halten.</p> <p>Es gibt jedoch nur eine Trophäe, und die Gruppe, die als erste die Trophäe bei richtigem Impuls hochhält, erhält einen Punkt.</p> <p>Ist es falsch, weil kein Impuls weiter gegeben werden sollte, bekommt die gegnerische Mannschaft einen Punkt. Die Mannschaft, die als erstes 5 Punkte erreicht hat, hat gewonnen. Durchwechseln.</p> <p>Spieldauer variabel.</p> <p>Auswertung: <b>Wie hat es funktioniert?</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Münze</li> <li>• Trophäe</li> </ul> 
<p>Blinde Schlange</p> <p>Ziel: Vertrauen fördern</p>	<p>Allen Kindern, bis auf einem, werden die Augen verbunden. Dieses führt nun die Schlaglen an und muss die ganze Klasse unversehrt von A nach B bringen.</p> <p>Spieldauer variabel.</p> <p>Auswertung: <b>Wie fühlt ihr euch?</b> <b>Was war angenehm/unangenehm?</b></p> <p>Variante: Mit verschiedenen Impulsen arbeiten. Dem sehenden Kind werden die Farben von UNO-Karten gezeigt. Rot = Hin- und her schwanken, Grün = Hüpfen, Gelb = Große Schritte machen, Blau = Kurven laufen</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Augenbinden</li> </ul> 

<p>Blind führen</p> <p>Ziel: Vertrauen fördern</p>	<p>Die Kinder gehen paarweise zusammen. Einem der beiden werden die Augen verbunden. Das andere Kind muss das blinde Kind führen. Mal nur durch Worte, mal nur durch Körperberührung (linke Schulter = links abbiegen, rechte Schulter = rechts abbiegen, 2x Rücken= stehen bleiben). Durchwechseln.</p> <p>Spieldauer variabel.</p> <p>Auswertung: <b>Wie fühlt ihr euch?</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Augenbinden</li> </ul> 
<p>Reifenkreisen</p> <p>Ziel: Koordination verbessern</p>	<p>Alle Kinder fassen sich an den Händen. Zwischen 2 wird ein Reifen eingeschleust. Durch diesen müssen nun alle Kinder durchkrabbeln, damit der Reifen das Wandern anfängt. Haben die Kinder die Technik geübt, kann ein zweiter, größerer Reifen eingeschleust werden, der den ersten einholen soll. Der Kreis muss immer geschlossen bleiben. Keine Handverbindung darf aufgehen.</p> <p>Spieldauer ca. 20 Minuten.</p> <p>Auswertung: <b>Wie erging es euch?</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• HulaHoop- Reifen</li> </ul> 
<p>Monster-Stopp-Tanz</p> <p>Ziel: Absprachen und Koordination fördern</p>	<p>Die Kinder gehen „jeder für sich“ durch den Raum, bis die Projektleitung in die Hände klatscht und zwei Zahlen ansagt.</p> <p>Die erste Zahl ist die Anzahl der Kinder, aus denen ein Monster gebildet werden muss. Die zweite Zahl gibt an, wie viele Gliedmaßen das Monster auf dem Boden haben muss/darf. Ein Monster besteht aus lauter Kindern, die verbunden sein müssen, d.h. jede(r) muss wenigstens ein anderes Kind berühren. Zudem besteht ein Originalitätsgebot: Kein Monster darf gleichartig zu einem anderen sein.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hier ist die Anzahl der TeilnehmerInnen zu achten: Geht es nicht auf, bleibt jemand übrig.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CD-Spieler, Musik</li> </ul> 


	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Besonders interessant für das Gruppenerleben sind möglichst große Zahlen bei der Monstergröße; am besten gegen Ende hin die Monster größer ansagen und dann etwas weniger Gliedmaßen als Kinder erlauben.</li> <li>• Im pädagogischen Sinn kann es opportun sein, dass niemand übrig bleibt. Dann braucht man eine Monstergröße, durch die die Gruppengröße teilbar ist. Besonders gute Gruppengrößen (Zahlen mit relativ vielen Teilern) sind 12, 15, 16, 18, 20, 24, 28 und 30. Selbstverständlich wird man nicht immer diese Anzahlen vorfinden; dann kann man das Originalitätsgebot nutzen und ein paar (höchsten 2 oder 3) Kinder als Wächter über die Erfüllung des Gebotes einsetzen, um so die Teilnehmerzahl auf eine der o.a. Zahlen zu senken. (Evtl. nach einiger Zeit durchwechseln)</li> <li>• Die Übung ändert natürlich ihren Charakter, je nachdem, ob man Personen übrig lässt (Geschwindigkeit, Spontaneität, ungewöhnliche Allianzen, aber Gefahr für Außenseiter) oder nicht (alle werden integriert, etwas langsamer und kreativer).</li> </ul> <p>Spieldauer ca. 20 Minuten.</p> <p>Auswertung:  <b>Wie hat es geklappt?</b></p>	
Abschiedsritual	Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) oder die Abschlussrakete (S. 21) durchführen.	


 <b>TEAM-ENTWICKLUNG</b>		<b>SOZIALSTUNDE – ABENTEUERLICHER KLASSENAUSFLUG</b>		<b>Klasse 1/2</b> <b>45 Min</b>
<b>Ziele</b>		<b>Botschaften für die Kinder</b>	<b>Lehrkräfte</b>	<b>Eltern/Familie</b>
Arbeiten im Team Feedback geben, Bewusstmachen von Werten und Regeln im Miteinander		Ich bin teamfähig. Ich kann mich einbringen, ich kann mich leiten und führen lassen. Ich kann gut mit anderen zusammenarbeiten.	Just do it.	Nachfragen, wie Ihr Kind diese Einheit erlebt hat.
<b>Überblick</b>		<b>Erläuterungen</b>		
Vorbereitung		Fluss markieren: mit Malerkrepp zwei Streifen parallel voneinander kleben. Der Abstand sollte ca. 4 – 5 m zwischen den Kreppstreifen betragen. Je größer der Abstand, desto besser. Steine legen: Sitzkissen, Kartonplatten, Teppichreste oder ähnliches vor einem Streifen bereitlegen.		
Begrüßungsritual		Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) singen.		
Abenteuerlicher Klassenausflug		Handlung: <i>„Max und Maxi sind mit ihrer Klasse bei einer Wanderung. Sie laufen durch einen Wald, über ein Feld und hinauf zu einer Burg. Nach der Burgbesichtigung geht es wieder zurück in Richtung Schule. Sie müssen nur noch über eine Brücke, dann sind sie bald da.            Als sie jedoch an den Fluss kommen, stellen sie fest, dass es keine Brücke mehr gibt. Die Brücke ist von dem reißenden Fluss weggespült worden.            Am Ufer liegen einige Steine, mit deren Hilfe sie übersetzen könnten. Jedoch müssen die Steine immer durch mindestens eine Person beschwert werden, ansonsten würden auch die Steine weggespült werden.            Max und Maxi haben bereits einen Plan, wie sie und ihre <b>gesamte</b> Klasse diesen reißenden Fluss überqueren könnten.“</i>		
<b>Material</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Malerkrepp</li> <li>• Sitzkissen, Kartonplatten, Teppichreste, etc. (Anzahl: ca. 1/3 der Klasse)</li> <li>• Liedtext (Heft S. 3)</li> </ul>		
				


	<p>Der Übergang:</p> <p>Die Kinder stehen an einem Ufer.  Ein Kind nimmt einen Stein und setzt ihn in den Fluss, dann stellt es sich darauf.  Das zweite Kind reicht ihm einen weiteren Stein, der wieder in den Fluss gesetzt wird. Dieser wird gleich durch das Kind beschwert, unter Berücksichtigung, dass der verbleibende Stein ebenfalls wieder von dem nachfolgenden Kind beschwert wird usw.</p>	
Schicksal schlägt zu	Sollte jedoch ein Stein nicht durch ein Kind beschwert sein, so wird dieser Stein durch die Projektleitung herausgenommen (und zwar ganz schnell!).	
Mögliche Probleme	Die Kinder beginnen einfach; die Steine werden gelegt, ohne darauf zu achten, ob das nachfolgende Kind bereit ist; somit werden schon einige Steine herausgenommen und es wird schwieriger sein, mit den verbleibenden Steinen auszukommen. Einige Kinder wissen nicht, was sie tun müssen; einige „reiten“ nur sich, die restliche Klasse verbleibt am Ufer, ... .	
Auswertung	<p><i>Wie geht es euch?</i>  <i>Was hat gut geklappt?</i>  <i>Wie hätte es besser funktionieren können?</i>  <i>Gibt es andere Möglichkeiten?</i></p> <p>Ideen sammeln und die beste Idee (ggf. Abstimmung) durchführen.  Danach erneut eine Auswertung machen.</p>	
Abschiedsritual	Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) durchführen.	

 <b>TEAM-ENTWICKLUNG</b>		<b>SOZIALSTUNDE – MAX UND MAXI IN DER TURNHALLE</b>		<b>Klasse 1/2</b> <b>45 Min</b>
<b>Ziele</b>		<b>Botschaften für die Kinder</b>	<b>Lehrkräfte</b>	<b>Eltern/Familie</b>
Arbeiten im Team Feedback geben, Bewusstmachen von Werten und Regeln im Miteinander		Ich bin teamfähig. Ich kann mich einbringen, ich kann mich leiten und führen lassen. Ich kann gut mit anderen zusammenarbeiten.	Just do it.	Nachfragen, wie Ihr Kind diese Einheit erlebt hat.
<b>Überblick</b>	<b>Erläuterungen</b>	<b>Material</b>		
Vorbereitung	Im Raum befinden sich mehrere Gymnastikmatten, große Pappkartonplatten, Teppiche, Planen oder Ähnliches.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mehrere Gymnastikmatten, große Pappkartonplatten, Teppiche, Planen, etc.</li> <li>• rote Karten</li> <li>• Seil</li> </ul>		
Begrüßungsritual  Max und Maxi in der Turnhalle	Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) singen.  Handlung: <i>„Max und Maxi sind heute mit ihrer Klasse in der Turnhalle und haben das Unterrichtsfach Sport.            Sie sind gerade dabei, die Gymnastikmatten aufzuräumen, als plötzlich die Turnhalle von Wasser überflutet wird. Ein Wasserrohrbruch hat dies verursacht.            Das Wasser kommt so schnell in den Raum, dass die Kinder sich alle auf diese Matten retten müssen“.</i>  Die Rettung: Die Kinder verteilen sich nun auf die herumliegenden Matten.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liedtext (Heft S. 3)</li> </ul> 		

Schicksal schlägt zu	<p><i>„... Doch manche Matten saugen sich mit Wasser voll, so dass diese zu schwer sind und untergehen.“</i>  (Diese Matten werden mit einer roten Karte markiert).</p> <p><i>Die Kinder müssen sich nun eine andere Matte suchen. Kein Kind bleibt zurück. Werdet ihr es schaffen?“</i></p> <p>Die Markierung mit roten Karten geht jetzt immer weiter, bis nur noch eine Matte übrig bleibt. Auf diese müssen nun alle Kinder drauf.</p> <p>(Anmerkung: Eventuell auch zwei Matten am Ende – je nach Größe der Matte und Anzahl der Kinder. Sind die Matten zu groß, kann eine Matte mit einem Seil halbiert werden und auf eine Hälfte kommt eine rote Karte darauf.)</p>	
Beobachtung	<p>Zunächst einmal werden sich die Kinder in Kleingruppen auf die Matten retten. Dies stellt in der Regel keine Schwierigkeit da. Auch wenn eine Matte „untergeht“, verteilen sich die Kinder ohne Probleme auf die anderen Matten. Erst wenn die verbleibenden Matten ziemlich voll sind, entsteht Unmut, da die herumstehenden Kinder scheinbar keinen Platz darauf finden.</p>	
Auswertung	<p><i>Wie geht es euch?  Was hat gut geklappt?  Wie hätte es besser funktionieren können?  Gibt es andere Möglichkeiten?</i></p> <p>Ideen sammeln und die beste Idee (ggf. Abstimmung) durchführen.  Danach erneut eine neue Auswertung machen.</p>	
Abschiedsritual	<p>Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) durchführen.</p>	


 <b>TEAM-ENTWICKLUNG</b>				<b>SOZIALSTUNDE – MAXI AUF DEM BAUERNHOF</b>		<b>Klasse 1/2</b> <b>45 Min</b>
<b>Ziele</b>		<b>Botschaften für die Kinder</b>	<b>Lehrkräfte</b>	<b>Eltern/Familie</b>		
Arbeiten im Team Feedback geben, Bewusstmachen von Werten und Regeln im Miteinander		Ich bin teamfähig. Ich kann mich einbringen, ich kann mich leiten und führen lassen. Ich kann gut mit anderen zusammenarbeiten.	Just do it.	Nachfragen, wie Ihr Kind diese Einheit erlebt hat.		
<b>Überblick</b>		<b>Erläuterungen</b>			<b>Material</b>	
Vorbereitung		<p>Ein Behältnis (= Lagerhalle) mit Säckchen, Bällen, Klötzchen, zerknülltem Zeitungspapier oder Ähnlichem (= Futter) vorbereiten.</p> <p>Der Stall kann ein umgedrehter Kasten sein, ein Korb, ein größerer Eimer oder eine Schachtel. Dieses Behältnis wird mit einer größeren Distanz zur „Lagerhalle“ aufgestellt.</p>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zwei Behältnisse</li> <li>• Säckchen, Bälle, Klötzchen,</li> <li>• zerknülltes Zeitungspapier oder Ähnliches</li> </ul>	
Begrüßungsritual		Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) singen.			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liedtext (Heft S. 3)</li> </ul>	
Maxi auf dem Bauernhof		<p>Handlung:</p> <p><i>„Maxi ist zu Besuch bei ihrem Onkel und bei ihrer Tante auf dem Bauernhof. Dort gibt es viele Tiere: Kühe, Schweine, Hühner und Hasen. Am dritten Tag müssen Onkel und Tante ganz dringend Futter besorgen. Maxi bekommt die Aufgabe, die vielen Tiere zu versorgen. Bis 18 Uhr müssen die Tiere ihr Futter bekommen haben. Allerdings ist das Gebäude, in dem das vorrätige Futter untergebracht ist, ziemlich weit von den Ställen entfernt. Außerdem sind die Futterportionen ganz schön schwer, daher kann sie immer nur eine Futtermenge (= ein Gegenstand) gleichzeitig nehmen. Es ist 16 Uhr, daher beginnt Maxi sofort damit, die Tiere zu versorgen...“</i></p>				

Maxis Fütterung	<p>Nun wird ein freiwilliges Kind ausgewählt, das die Rolle von Maxi übernimmt. Maxi beginnt die Tiere zu füttern. In der Regel nimmt sie einen Gegenstand aus der „Lagerhalle“ und rennt damit zum „Stall“ und legt es dort ab. Dann begibt sie sich zurück zur „Lagerhalle“ und holt das nächste Futter.</p> <p>Nach dem zweiten Lauf wird Maxi angehalten. Maxi wird gefragt, wie es ihr geht.</p> <p>Danach wird die Geschichte weitererzählt.</p>	
Hilfe naht	<p><i>„... Maxi merkt jedoch sehr schnell, dass es anstrengend ist, und sie es alleine nicht schaffen kann. Sie ruft ihren besten Freund und Klassenkameraden Max an und bittet ihn um Hilfe.</i></p> <p><i>Max kommt auch vorbei und bringt sogar die ganze Klasse mit. Zwischenzeitlich ist es 17 Uhr und sie haben nur noch eine Stunde (= ca. 10 Minuten) Zeit!</i></p> <p><i>Werden sie es schaffen?“</i></p> <p>Maxi muss nun darauf achten, dass das Futter richtig „verteilt“ wird und z.B. daneben gegangene Gegenstände einsammeln.</p>	
Beobachtung	<p>Jedes Kind wird sich nun mit Futter (nur ein Gegenstand) versorgen und sich schon in Startposition begeben.</p> <p><b>Überlegt euch, wie man das clever machen kann.</b></p>	
Auswertung	<p>Die Kinder werden es in der angegebenen Zeit schaffen, jedoch sind alle außer Puste.</p> <p><b>Wie geht es euch?</b></p> <p><b>Was hat gut geklappt?</b></p> <p><b>Wie hätte es besser funktionieren können?</b></p> <p><b>Gibt es andere Möglichkeiten?</b></p> <p>Ideen sammeln und die beste Idee (ggf. Abstimmung) durchführen.</p> <p>Danach erneut eine neue Auswertung machen.</p>	
Abschiedsritual	<p>Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) durchführen.</p>	

 <b>VERSCHIEDENE KULTUREN</b>		<b>VORURTEILE</b>		<b>Klasse 1/2</b> <b>45 Min</b>
<b>Ziele</b>	<b>Botschaften für die Kinder</b>	<b>Lehrkräfte</b>	<b>Eltern/Familie</b>	
Wie Vorurteile entstehen Alternativen dazu	Ich weiß, was Vorurteile sind und wie ich sie überlisten kann.	Den Kindern immer wieder Gelegenheit bieten, Vorurteile zu überprüfen. Vorurteile nicht prinzipiell verteufeln, nur die 'chauvinistischen'. Ggf. eigene Vorurteilsstrukturen überprüfen. Vorurteile 'von außen' sehen (Amerikaner glauben, dass wir Deutschen alle (!) ganz wild auf Sauerkraut sind. Realität?!)	Zu starke Verallgemeinerungen vermeiden.	

<b>Überblick</b>	<b>Erläuterungen</b>	<b>Material</b>
Vorbereitung	Verschiedene Obst- und Gemüsesäfte einkaufen (Empfehlung: auch Tomatensaft), jeweils in Glaskrüge füllen und die Krüge durchnummerieren und dekorativ auf einem Tisch präsentieren (z.B. vor der Tafel). Jedes Kind sollte einen Becher mitbringen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obst- und Gemüsesäfte</li> <li>• Glaskrüge/Flaschen</li> <li>• Becher</li> </ul>
Begrüßungsritual	Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liedtext (Heft S. 3)</li> </ul>
1. Übung	Jedes Kind erhält 3 Karteikarten. Darauf schreibt es jeweils die Nummer der Säfte auf, die es bewerten möchte. Es soll den Geschmack (z.B. süß) und den möglichen Saft (z.B. Orangensaft) dazu notieren.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Karteikarten</li> </ul>
Auswertung	An der Tafel werden die Nummern aufgeschrieben und die Karteikarten dazugehängt. Nun wird der Frage nachgegangen, warum man – ohne zu probieren – den Geschmack, bzw. die Sorte erahnen konnte. Antworten könnten sein: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ich habe schon einen Saft, der so ähnlich aussah, getrunken und der war ...</li> <li>• Der Saft sieht so aus!</li> <li>• Das ist ja auch ein ...saft und der ist ...</li> <li>• Name hat gesagt, dass ...</li> </ul> Durch gemachte Erfahrungen hat man sich ein Urteil über die Sache gebildet. Aber ob das dann auch so zutrifft?	

2. Übung	<p>Nun dürfen die Kinder in Kleingruppen nach vorne kommen, an den Säften riechen und mit Hilfe der mitgebrachten Becher die Säfte schmecken (kleinen Probierschluck einschenken) und ihre Erfahrungen dabei angeben.</p> <p>Diese Ergebnisse werden ebenfalls hinter den entsprechenden Nummerierungen festgehalten.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Becher</li> </ul>
Auswertung	<p><b>Stimmen die Ergebnisse überein? Warum? Warum nicht?</b></p> <p><b>Warum bildet man sich – ohne es zu probieren, zu riechen, zu schmecken – eine Meinung und hält womöglich gegenüber anderen Personen an dieser fest?</b></p> <p>„Wir bilden uns so genannte Vorurteile, also vorschnell eine Meinung über etwas, das wir nicht kennen. Wir überlegen uns Eigenschaften der Säfte, und denken, dass sie wahr sind. Orangefarbene Säfte müssen immer Orangensaft sein, roter Saft immer ...-saft sein. Unser Vorurteil erzählen wir wieder anderen. So denken bald alle: Das ist Orangensaft! Du musst also schon genauer Bescheid wissen, um dir eine Meinung oder ein Urteil über die Säfte erlauben zu können.“</p>	
Übertragung	<p>Wir bilden uns so genannte Vorurteile auch über Menschen, ohne sie näher zu kennen. Wir sollten daher erst die Person näher kennen lernen und uns dann eine Meinung bilden z.B. im Hinblick auf Freundschaft.</p> <p><b>Welche Erfahrungen habt ihr schon gemacht? Wie kann man den anderen besser kennen lernen?</b></p> <p>Diskussionsrunde! Ergebnisse festhalten.</p>	
Abschiedsritual	Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) durchführen.	

 <b>VERSCHIEDENE KULTUREN</b>				<b>INTERKULTURELLE KOMPETENZEN</b>		<b>Klasse 3/4</b> <b>90 Min</b>
<b>Ziele</b>	<b>Botschaften für die Kinder</b>	<b>Lehrkräfte</b>	<b>Eltern/Familie</b>			
Empathie für andere Offenheit, andere Kulturen kennen zu lernen Toleranz	Ich kenne andere Kulturen Ich freue mich, etwas Neues kennen zu lernen Ich halte es aus, wenn jemand (innerhalb der geltenden Regeln) sich nicht so kleidet, verhält etc. wie ich	Anlässe schaffen, andere Sitten und Gebräuche kennenzulernen Offenheit anderen gegenüber Trotz allen Relativismus auf ein ethisches Fundament (Menschenrechte etc.) verweisen	Eigene Wertungen kennen und ggf. gegenüber dem Kind abmildern Andere Sitten und Gebräuche kennen lernen Offenheit anderen Lebensweisen gegenüber Trotz allen Relativismus auf ein ethisches Fundament (Menschenrechte etc.) verweisen			
<b>Überblick</b>	<b>Erläuterungen</b>			<b>Material</b>		
Vorbereitung	Karten mit Begrüßungsritualen (S. 192) kopieren und evtl. laminieren, Musik und CD-Spieler vorbereiten, Frühstücks-Puzzle (S. 193) vorbereiten, je nach gewünschtem Spiel Material vorbereiten, Zitronen evtl. abwaschen, Weltkarte und Pin-Nadeln vorbereiten.					
Begrüßungsspiel	Alle bekommen verdeckt Karten mit unterschiedlichen Begrüßungsritualen (S. 192), die die Kinder für sich behalten sollen. Während Musik läuft, geht die Klasse im Zimmer umher. Stoppt die Musik, begrüßen sich die Kinder so, wie es auf der Karte angegeben ist, ohne miteinander darüber zu reden. Anschließend wird das Spiel ausgewertet. <b>Wie ging es euch? War es einfach/schwer? Etc.</b> Kommen Menschen in eine neue Kultur, geht es ihnen ja auch oft so, dass sie die Rituale nicht kennen, nicht genau wissen, was auf sie zukommt und was von ihnen erwartet wird.			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Karten mit Begrüßungsritualen</li> <li>• Musik CD</li> </ul>		
Zitronenübung	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Gemeinsam mit den Kindern an der Tafel die Eigenschaften von Zitronen im Allgemeinen sammeln (sauer, gelb, oval, voller Vitamin C, ...)</li> <li>2. Jedes Kind erhält eine Zitrone, die es sich etwa 5 Minuten genau einprägen kann. Anschließend werden die Zitronen wieder eingesammelt. Die Zitronen werden gemischt und die Kinder sollen „ihre“ Zitrone wiederfinden (darauf achten, dass die Zitronen vorher nicht mit Stiften o.ä. markiert werden).</li> </ol>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zitronen in der Anzahl der Teilnehmenden (bei großen Klassen kann man auch eine Zitrone auf zwei Kinder nehmen)</li> </ul>		

	<p>3. Auswertung der Übung, z.B.  <i>Wie sicher bist du, dass es deine Zitrone ist?</i>  <i>Woran hast du sie erkannt?</i>  <i>Was ist dir aufgefallen? Was hat dich überrascht?</i></p> <p>4. Der Sinn der Übung besteht darin, dass die Zitronen zunächst alle gleich aussehen, bei näherem Anschauen sich aber doch als „individuell“ erweisen. Auch Menschen aus anderen Ethnien erscheinen uns zunächst als uniform – ironischer Weise haben sie bei uns den gleichen Eindruck –, sodass man von dieser Übung aus gut auf eine Reflexion unserer Vorurteilsstrukturen übergehen kann.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tafel</li> </ul>
<p>Was frühstückt man in....? Puzzle</p>	<p>Kleingruppen bilden und jeder Kleingruppe einen Satz Puzzle (S. 193) geben. Lösungen in der großen Gruppe besprechen. Dabei kann wieder auf die Frage der Allgemeingültigkeit und von Vorurteilen eingegangen werden. Die Kinder können über ihre eigenen Frühstücksgewohnheiten berichten.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puzzle "Was frühstückt man in..."</li> </ul>
<p>Weltreise</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Auf einer Weltkarte können die Kinder mit einer Pin-Nadel markieren, aus welchen Ländern sie stammen, in welchen Ländern sie Verwandtschaft haben, wo sie schon im Urlaub waren...</li> <li>2. Die Kinder können zu den einzelnen Ländern erzählen.  <i>Wie warm ist es? Wie lange ist die Anreise? Was gibt es zu essen?</i>  <i>Welche Sehenswürdigkeiten gibt es? Wie ist die Schule strukturiert?</i>  <i>Was ist bekannte Musik? Wie gehen bekannte Kinderspiele? Etc.</i></li> <li>3. Das ganze kann anschließend auf Plakaten festgehalten werden und mit Bildern, Zeitungsausschnitten oder ähnlichem zu einer Collage ausgebaut werden.  (In Kleingruppen oder als Hausaufgabe)</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Weltkarte</li> <li>• Pinnnadeln</li> </ul>
<p>Lied singen</p>	<p>Gemeinsam „Bruder Jakob“ (S. 194-195) in verschiedenen Sprachen singen, z.B. jeden Monat eine neue Sprache.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liedtexte (S. 6/7)</li> </ul>
<p>Abschiedsritual</p>	<p>Zum Abschied die Abschlussrakete (S. 21) durchführen.</p>	

## BEGRÜSSUNGSRITUALE

Schüttle allen die Hand zur Begrüßung	Tu so, als ob du der anderen Person ein Tuch gibst, das du um den Arm gewickelt hast	Verbeuge dich vor allen zur Begrüßung
Lege die Handinnenflächen auf Brusthöhe aufeinander und nicke deinem Gegenüber zur Begrüßung mit dem Kopf zu	Umarme dein Gegenüber zur Begrüßung	Gib deinem Gegenüber über jede Schulter ein Luftküsschen
Nicke deinem Gegenüber zur Begrüßung kurz zu	Wackle zur Begrüßung mit dem Kopf	Halte deinem Gegenüber den rechten Fuß hin (wie bei einer Coronabegrüßung)
Lächle deinem Gegenüber zur Begrüßung freundlich zu	Schüttle deinem Gegenüber zur Begrüßung mit beiden Händen die Hand und rede auf es ein, z.B. „Wie geht es dir?“, „Schön, dich zu sehen!“, „Ich freue mich sehr, dich zu sehen!“...	Mache als Mädchen einen Knicks und gib als Junge den Damen einen Handkuss
Winke deinem Gegenüber zu	Lege deine Nase auf die Nase deines Gegenübers	Gib deinem Gegenüber die rechte Hand und lege die linke Hand auf seine Schulter
Tue so als ob du einen Hut auf hast und diesen kurz hochhebst	Winke mit der linken Hand	Klatsche in die Hände

## PUZZLE „WAS FRÜHSTÜCKT MAN IN...“

Reis	Japan	Reis	Japan
Fisch	Russland	Fisch	Russland
Wurstbrötchen	Deutschland	Wurstbrötchen	Deutschland
Croissant	Frankreich	Croissant	Frankreich
Chourros	Spanien	Chourros	Spanien
Haferschleim	England	Haferschleim	England
Pfannkuchen	USA	Pfannkuchen	USA
Müslijogurth	Island	Müslijogurth	Island
Reis	Japan	Reis	Japan
Fisch	Russland	Fisch	Russland
Wurstbrötchen	Deutschland	Wurstbrötchen	Deutschland
Croissant	Frankreich	Croissant	Frankreich
Chourros	Spanien	Chourros	Spanien
Haferschleim	England	Haferschleim	England
Pfannkuchen	USA	Pfannkuchen	USA
Müslijogurth	Island	Müslijogurth	Island

# BRUDER JAKOB

Kanon zu 4 Stimmen  
Heft S. 6/7

1. F C<sup>7</sup> F F C<sup>7</sup> F 2. F C<sup>7</sup> F  
Bru - der Ja - kob, Bru - der Ja - kob, schläfst du noch?

F C<sup>7</sup> F 3. F C<sup>7</sup> F  
Schläfst du noch? Hörst du nicht die Glo - cken?

F C<sup>7</sup> F 4. F C<sup>7</sup> F F C<sup>7</sup> F  
Hörst du nicht die Glo - cken? Ding dang dong! Ding dang dong!

## Albanisch

Arbër vlla, Arbër vlla  
A po flen, a po flen?  
Kumbona ka ra, Kumbona ka ra:  
Ding dang dong, Ding dang dong.

## Chinesisch

兩隻老虎，兩隻老虎，  
跑得快，跑得快，  
一隻沒有眼睛，（一隻沒有耳朵，）  
一隻沒有尾巴，  
真奇怪！真奇怪！

*liǎng zhī lǎo hǔ, liǎng zhī lǎo hǔ,  
pǎo dé kuài, pǎo dé kuài,  
yì zhī méi yǒu yǎn jīng, (yì zhī méi yǒu ěr duo,)  
yì zhī méi yǒu wěi ba,  
zhēn qí guài ! zhēn qí guài!*

Zwei Tiger, Zwei Tiger,  
rennen sehr schnell, rennen sehr schnell,  
einer hat keine Augen, (einer hat keine Ohren,)  
einer hat keinen Schwanz,  
Sehr seltsam! Sehr seltsam!

## Dänisch

Mester Jakob, Mester Jakob  
sover du, sover du?  
Hører du ej klokken, hører du ej klokken:  
Bim bam bum, bim bam bum  
(Selten: Ringe tolv, Ringe tolv.)

## Englisch

Are you sleeping? Are you sleeping?  
Brother John, Brother John!  
Morning bells are ringing,  
morning bells are ringing:  
Ding, ding, dong. Ding, ding, dong.

## Französisch

Frère Jacques, Frère Jacques  
Dormez-vous, dormez-vous?  
Sonnez les matines, sonnez les matines:  
Ding ding dong, ding ding dong.

Quelle: wikipedia: [https://de.wikipedia.org/wiki/Fr%C3%A8re\\_Jacques](https://de.wikipedia.org/wiki/Fr%C3%A8re_Jacques)

## Griechisch

Αδελφέ Ιάκωβε, αδελφέ Ιάκωβε  
κοιμάσαι, κοιμάσαι  
σημάνετε τον όρθρο, σημάνετε τον όρθρο,  
Ντιν, ντιν, ντονγκ, ντιν, ντιν, ντονγκ,

Adelfe lakove, adelfe lakove  
kimase, kimase  
simanete ton orthro, simanete ton orthro,  
Din, din, dong, din, din, dong

## Isländisch

Meistari Jakob, meistari Jakob!  
Sefur þú, sefur þú?  
Hvað slær klukkan, hvað slær klukkan?  
Hún slær þrjú, hún slær þrjú.

## Italienisch

Fra Martino, campanaro,  
Dormi tu? Dormi tu?  
Suona le campane! Suona le campane!  
Din don dan, din don dan.

## Japanisch

眠いの? 眠いの?  
起きなさい、起きなさい。  
朝の鐘が、鳴っているよ。  
キンコンカン、キンコンカン。

*Nemui no? Nemui no?*  
*Okinasai, okinasai.*  
*Asa no kane ga, natte iru yo.*  
*Kin kon kan, kin kon kan.*

## Kroatisch

Bratec Martin, Bratec Martin  
Kaj još spiš, kaj još spiš  
Već ti vura tuče, već ti vura tuče  
Ding dang dong, ding dang dong.

## Kurdisch

Birayê keşê, Birayê keşê  
hîn tu raketî? hîn tu raketî?  
dengê zingil nakê?, dengê zingil nakê?  
ding ding ding, ding ding ding

## Lettisch

Brāli Jēkab, brāli Jēkab,  
Celties laiks. Celties laiks.  
Pulkstenis jau zvana. Pulkstenis jau zvana.  
Bing bong bing, bing bong bing!

## Rumänisch

Frate loane, Frate loane  
Oare dormi tu, oare dormi tu?  
Suna clopotelul, suna clopotelul:  
Ding dang dong, ding dang dong.

## Russisch

Брат Иван! Эй! Брат Иван! Эй!  
Спишь-ли ты? Спишь-ли ты?  
Звонят в колокольчик,  
Звонят в колокольчик,  
Динь-динь-динь, динь-динь-динь.

Brat Iwan! Ei! Brat Iwan! Ei!  
Spisch-li ty? Spisch-li ty?  
Swonjat w kolokoltschik,  
Swonjat w kolokoltschik,  
Din-din-din, din-din-din.

## Schwedisch

Broder Jakob, Broder Jakob  
sover du, sover du?  
Hör du inte klockan, hör du inte klockan,  
ding ding dong, ding ding dong.

## Schweizerdeutsch

Brueder Jakob, Brueder Jakob  
Schlafsch du no, Schlafsch du no?  
Ghörsch du nid die Glogge?  
Ghörsch du nid die Glogge?  
bim bam bom, bim bam bom.

## Türkisch

Tembel çocuk, tembel çocuk,  
Haydi kalk, haydi kalk!  
İşte sabah oldu, işte sabah oldu,  
Gün doğdu, gün doğdu.

## Ungarisch

János bácsi, János bácsi,  
Keljen fel, keljen fel!  
Húzza a harangot! Húzza a harangot!  
Ding deng dong, ding deng dong.

## Vietnamesisch

Kìa con bướm vàng, kìa con bướm vàng.  
Xòe đôi cánh, xòe đôi cánh.  
Bướm bướm bay lên ba vòng,  
bướm bướm bay lên ba vòng.  
Em ngồi xem, em ngồi xem

 <b>VERSCHIEDENE KULTUREN</b>		<b>VERTIEFUNG INTERKULTURELLE KOMPETENZEN</b> <b>SPIELE AUS VERSCHIEDENEN LÄNDERN</b>		Klasse 1 – 4 Zeit variabel
<b>Ziele</b> Andere Kulturen mit Spaß und Spiel kennenzulernen	<b>Botschaften für die Kinder</b> Ich kann mit anderen zusammen Spaß haben und mich dabei auch auf neue Dinge einlassen.	<b>Lehrkräfte</b> Just do it!	<b>Eltern/Familie</b> Nachfragen, wie Ihr Kind diese Einheit erlebt hat.	

**Je nach Zeit/vorhandenem Raum können Sie sich Spiele/Übungen herauspicken. Die Spieldauer ist jeweils angegeben.**

Überblick	Erläuterungen	Material
Begrüßungsritual  Indien  Ziel: <i>Entspannung</i>	<p>Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) oder „Max und Maxi sind...“ (S. 22) singen.</p> <p><b>Mudras</b>            Yogaübungen für Finger.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Schüttle deine Hände aus und lockere sie. Kreise mit beiden Händen im Uhrzeigersinn (10-mal), anschließend gegen den Uhrzeigersinn (10-mal).              Lockere die einzelnen Finger, indem du so tust, als würdest du Klavier spielen, mal schnell, mal langsam.</li> <li>Strecke die Finger der rechten Hand aus und rolle alle Finger abwechselnd ganz ein und wieder aus. Spüre die Bewegung bewusst.</li> <li>Kreise mit jedem Finger einzeln 5-mal im Uhrzeigersinn und 5-mal gegen den Uhrzeigersinn.</li> <li>Wiederhole die letzten beiden Übungen mit der linken Hand.</li> <li>Massiere alle deine Finger vom Ansatz bis zur Fingerspitze.              Massiere jeden Finger einzeln und drücke nur so fest zu, wie es dir auch gut tut.</li> <li>Massiere als Nächstes deine Handinnenflächen mit dem Daumen der anderen Hand.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liedtext (Heft S. 3/4)</li> </ul>

	<p>7. Drücke die Fingerspitzen des Zeigefingers und des Daumens fest aufeinander, halte den Druck kurz und löse sie dann voneinander. Führe den Daumen auch mit den anderen Fingern zusammen.</p> <p>8. Lege deine Handflächen auf Brusthöhe aufeinander, sodass die Fingerspitzen nach oben zeigen. Lass die Energie fließen.</p> <p>Spieldauer ca. 10 Minuten.</p> <p>Auswertung:  <i>Spürt ihr eine Entspannung, wenn ja, wo?  Ist eine Veränderung im Körpergefühl eingetreten?</i></p>	
<p>Israel</p> <p>Ziel:  am weitesten springen</p>	<p><b>Maklot</b></p> <p>Legt drei Stöcke (Seil o.Ä.) in jeweils 50 cm Entfernung parallel auf den Boden. Nun springt nacheinander mit geschlossenen Füßen in drei Sprüngen darüber, ohne sie zu berühren.</p> <p>Vergrößert die Abstände zwischen den Stöcken nach jeder Runde um einige Zentimeter. Berührt ihr einen Stock, benötigt mehr als drei Sprünge oder macht die Füße auseinander, scheidet ihr aus.</p> <p>Gewonnen hat, wer als Letzter übrig bleibt.</p> <p>Spieldauer hängt von der Gruppengröße und dem Können der Einzelnen ab.</p> <p>Auswertung:  <i>Da es ein Kinderspiel ist, ist eine Auswertung nicht nötig. Beobachtet werden kann aber, wer in der Klasse angefeuert wurde und wer nicht, wie sozial sich die Kinder untereinander verhalten haben (z.B. haben sie sich unterstützt?).</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3 Stöcke (Seile o.Ä.)</li> </ul>

Überblick	Erläuterungen	Material
<p>USA</p> <p>Ziel: Körperbeherrschung, Ballgefühl</p>	<p><b>Hacksack</b> Hacksacks kann man auch selbst basteln. Anleitungen dazu finden Sie im Internet und in Büchern.</p> <p><u>Freestyle:</u> Der Ball muss so lange wie möglich in der Luft bleiben, dabei darf er nur mit den Füßen berührt werden. Bei diesem Spiel kann jeder für sich alleine üben oder die Klasse kann sich im Kreis aufstellen und hin und her spielen.</p> <p><u>Ab in den Eimer:</u> Alle Kinder haben einen Hacksack und müssen nacheinander ohne Hand- und Bodenberührung in einen Eimer treffen. Wer trifft, darf bestimmen, wo der Eimer als nächstes aufgestellt wird.</p> <p><u>Parcours:</u> Mit Stühlen, Tischen und anderen Hindernissen wird ein Parcours aufgestellt. Die Kinder müssen den Hacksack ohne Boden- oder Handberührung durch den Parcours bringen. Ziel ist es, dass alle Kinder erfolgreich durch den Parcours kommen. Fällt ein Ball herunter oder wird mit der Hand berührt, muss die ganze Klasse wieder von vorne anfangen. Wird einzeln gespielt, fängt die einzelne Person wieder von vorne an.</p> <p>Die Spieldauer hängt von der Gruppengröße und dem Können der Einzelnen ab.</p> <p>Auswertung: <i>Wodurch hat die Klasse gemerkt, dass sie zusammengearbeitet hat?</i> <i>Was hätte der Klasse geholfen, die Übung schneller oder fehlerfrei zu meistern?</i> <i>Was hat die Klasse beobachtet, was lief gut?</i> <i>Hat jemand anderen geholfen? Wenn ja, wodurch?</i> <i>Wie ging es den Einzelnen in der Klasse, wenn sie wieder von vorne anfangen mussten? Wie kommt man aus diesem Frust wieder heraus?</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hacksack</li> </ul>

<p>Japan</p> <p>Ziel: Sauberes und genaues Vorgehen. Außerdem wird die Konzentration geschult.</p>	<p><b>Origami</b></p> <p>Eine Vielzahl von Anleitungen gibt es in Büchern, Zeitschriften und im Internet.</p> <p>Marienkäfer:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Halbiere das Blatt diagonal in der Mitte und lege es mit der Spitze nach oben. Knicke das Dreieck in der Mitte von rechts nach links und entfalte es wieder.</li> <li>2. Knicke die rechte Ecke zur oberen Ecke, so dass es mit der mittleren Knicklinie abschließt.</li> <li>3. Verfahre mit der anderen Ecke genauso.</li> <li>4. Die untere Spitze ein kleines Stück nach oben knicken (das wird der Kopf).</li> <li>5. Drehe das Papier einmal herum, so dass die Flügel auf der Unterseite sind und der Kopf nach unten zeigt. Knicke die rechte Ecke mit der Spitze bis zum Mittelknick. Wiederhole dies auf der linken Seite.</li> <li>6. Die rechte untere Schräge ein kleines Stück einklappen, ebenso die linke.</li> <li>7. Die obere Spitze nach vorne knicken, die Flügelspitzen wieder aufklappen.</li> <li>8. Drehe den Käfer um, so dass die Flügel oben liegen. Die Flügelspitzen an den Knickstellen nach hinten umschlagen und zwischen Flügel und Käfer Rücken schieben.</li> <li>9. Anschließend die Flügelspitzen von innen her ein kleines Stück nach hinten knicken, so dass die Flügel spitz werden und auch zwischen Flügel und Rücken schieben.</li> <li>10. Zum Abschluss den Käfer bemalen.</li> <li>11. Wenn du Spaß daran hattest, findest du viele Anleitungen in Büchern und im Internet.</li> </ol> <p>Spieldauer hängt von der Geschicklichkeit der Kinder und den Origamiprojekten ab.</p> <p>Auswertung: <i>Bei der Auswertung kann neben der Frage was den Kindern leicht/schwer fiel auch besprochen werden, wer welchem Kind wie geholfen hat.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quadratische Faltblätter (10x10 cm)</li> </ul>
--	--	---

Überblick	Erläuterungen	Material
<p>aus aller Welt</p> <p>Ziel: Das Fadenspiel fördert die Merkfähigkeit und Feinmotorik.</p>	<p><b>Fadenspiel/Abnehmspiel</b></p> <p>Bebilderte Beschreibungen dazu finden Sie im Internet.</p> <p><b>Spieldauer</b></p> <p>Je nach Freude am Spiel ist die Dauer unterschiedlich.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ca. 30 -50 cm Nylonfaden oder festen Wollfaden</li> </ul>
<p>Afrika</p> <p>Ziel: Bei diesem Spiel können die Kinder das Wassertragen mit verschiedenen Behältnissen selbst ausprobieren.</p>	<p><b>Wassertragen</b></p> <p>In vielen Ländern müssen Kinder teils über lange Strecken Wasser von einer Wasserstelle nach Hause tragen. Was für sie allerdings kein Spiel, sondern zum Überleben wichtig ist.</p> <p>Die Klasse in Kleingruppen aufteilen (pro Gruppe ca. 5-7 Kinder). Für jede Gruppe steht am Startpunkt ein mit Wasser gefüllter Eimer. Mit unterschiedlichen Behältnissen, wie Becher, Löffel, Sieb, Schwamm, Waschlappen, Papier, Tüte,... müssen die Gruppen das Wasser in einen leeren Eimer füllen, der am Zielpunkt steht. Dabei hat jedes Kind nur ein vorgegebenes Transportmittel zur Verfügung. Gewonnen hat die Gruppe, die am Schluss das meiste Wasser im Zieleimer hat.</p> <p>Variante: Am Ziel muss nicht ein Eimer, sondern eine 1,5 Liter PET-Flasche gefüllt werden.</p> <p>Spieldauer ca. 10 Minuten.</p> <p><i>In diesem Zusammenhang kann sich ein Projekt zum Wasser anschließen oder auch zum Thema Kinderrechte.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2x Eimer/ Gruppe</li> <li>• Verschiedene Behältnisse bzw. Material zum Transportmittel basteln</li> <li>• Wasser</li> </ul>


<p>Orient</p> <p>Ziel:  <i>Entspannung,  sich wohl fühlen</i></p>	<p><b>Gemütlichkeit im Orient –  Märchen lesen bei Tee und Ayran/Lassi</b></p> <p>Mit den Kindern wird gemeinsam Ayran bzw. Lassi hergestellt.  Hier die Rezepte:</p> <p>Mango-Lassi <i>(die Mango kann durch andere Früchte ersetzt werden)</i>  Die Mango schälen und klein schneiden. Anschließend mit Wasser, Jogurt und Zucker pürieren. Kalt stellen und mit den Eiswürfeln servieren.</p> <p>Marokkanischer Tee  Zucker und Pfefferminze in einen Topf füllen und kochendes Wasser darüber gießen.  Nach ca. 1 Minute das Ganze in den zweiten Topf umfüllen und immer hin und her füllen. Schmeckt der Tee gut, in eine Kanne abseihen und in kleinen Gläsern oder Tassen servieren.</p> <p>Während des Genusses von Lassi oder Tee werden Märchen aus dem Orient vorgelesen.</p> <p><i>Natürlich kann man das auch auf andere Regionen der Welt ausweiten.  Die Kinder können auch von zu Hause Märchenbücher mitbringen.  So kann man die Märchen aus verschiedenen Ländern miteinander vergleichen.</i></p>	<p>Für das Mangolassi:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 reife Mango</li> <li>• 250 ml Wasser</li> <li>• evtl. 1-2 EL Zucker  (je nach Süße der Früchte)</li> <li>• 500 g Jogurt</li> <li>• Eiswürfel</li> <li>• Pürierstab</li> <li>• Rührschüssel</li> <li>• Messer</li> </ul> <p>Für den Tee:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Viel Zucker</li> <li>• Wasser</li> <li>• Pfefferminze</li> <li>• 2 Töpfe</li> <li>• 1 Teekanne</li> <li>• Teegläser/Tassen</li> </ul>
---	--	--

Überblick	Erläuterungen	Material
<p>Asien</p> <p>Ziel: Beim Essen mit Stäbchen wird die Geschicklichkeit der Einzelnen erprobt.</p>	<p><b>Geschicklichkeit aus Asien</b></p> <p>In vielen asiatischen Ländern isst man mit Stäbchen.</p> <p>Die Kinder in Kleingruppe aufteilen (pro Gruppe ca. 5-7 Kinder).</p> <p>Jede Gruppe bekommt die Aufgabe mit Essstäbchen Erdnüsse o.ä. (Bitte vorher unbedingt Allergien erfragen!) aus der ersten Schlüssel in die zweite zu füllen. Dabei hat jedes Gruppenmitglied 1 Minute Zeit.</p> <p>Geübt werden kann auch erst mal mit Watte.</p> <p>Spieldauer ca. 10 Minuten.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pro Gruppe zwei Essstäbchen</li> </ul>
<p>Interkulturell</p> <p>Ziel: Feste wahrnehmen und evtl. feiern</p>	<p><b>Interkultureller Kalender</b></p> <p>Die Kinder sollen überlegen, welche Feste sie feiern, wie sie diese feiern und welche weiteren Feste sie kennen.</p> <p>Am Schluss ist es möglich, einen interkulturellen Kalender der Klasse zu erstellen. Infos im Internet.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kalender</li> <li>• Stifte</li> </ul>
<p>Interkulturell</p>	<p><b>Was bedeutet mein Name?</b></p> <p>Jedes Kind schreibt seinen Vornamen auf ein Blatt Papier.</p> <p>Anschließend wird die Herkunft und die Bedeutung des Namens herausgefunden (Namensbuch, Internet) und unter den Namen notiert.</p> <p>Falls die anderen Kinder den Namen in eine andere Sprache übersetzen können, darf dieser dazu geschrieben werden.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papier</li> <li>• Stifte</li> <li>• Ggf. Namensbuch oder Internet</li> </ul>

	Die Blätter können in der Klasse ausgestellt werden. Am Ende darf jedes Kind das Blatt mit nach Hause nehmen. Schön ist natürlich auch, wenn es einen passenden Rahmen erhält (gemalt oder gebastelt).	
Abschlusslied	Gemeinsam „Bruder Jakob“ (S. 194/195) in verschiedenen Sprachen singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liedtext (Heft S. 6/7)</li> </ul>
Abschiedsritual	Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) oder die Abschlussrakete (S. 21) durchführen.	

 <b>ZIVILCOURAGE</b> ROLLENSPIEL I				Klasse 1/2 45 Min
Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie	
Perspektivwechsel Bereitschaft wecken, mutig und besonnen zu handeln	Ich kann helfen und/oder Hilfe holen.	Entsprechendes Verhalten loben. Vertrauensperson zu uns holen/Du kannst zu mir kommen Eltern usw. Gegebenenfalls Kinder an Vertrauensperson weiter vermitteln.	Das Kind dazu ermutigen, anderen zu helfen.	
Überblick	Erläuterungen			Material
Begrüßungsritual	Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) singen.			<ul style="list-style-type: none"> <li>Liedtext (Heft S. 3)</li> </ul>
Rollenspiel: Max stolpert und verletzt sich am Bein	Die Projektleitung ruft ein Kind auf, das Lust hat, ein kleines Theaterstück zu spielen. Dieses Kind erhält vor der Türe die Spielanweisung: Hinfallen, auf dem Boden liegen bleiben, sich am Bein halten und weinerlich jammern: <b>„Mein Bein, aua, mein Bein!“</b> Danach wird abgewartet, was passiert. Was sollte passieren? Ein Kind soll, oder mehrere Kinder sollen versuchen das Kind zu trösten, Hilfe zu holen, ggf. Erste-Hilfe zu leisten, ... Wenn das nicht automatisch passiert, geht die Projektleitung zu dem am Boden liegende Kind und fragt, was es sich wünscht, was geschehen soll und wer den Wunsch erfüllen soll.			
Ergebnissicherung an der Tafel (Plakat)	<b>Wer hat welche Möglichkeiten zu helfen?</b> Jede/r in der Klasse ist beteiligt. <b>Warum hilft man?</b> <b>Was muss vorliegen?</b> (=Mitgefühl)			<ul style="list-style-type: none"> <li>Plakat,</li> <li>Eddingstifte</li> </ul>

Motivation des Helfens	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Weil ich dann gelobt werde.</li> <li>• Ich helfe, weil ich keinen Ärger bekommen mag. Ebenso möchte ich keinen Vorwurf erhalten, nicht geholfen zu haben.</li> <li>• Weil ich helfen muss, sonst fühle ich mich selbst schuldig.</li> <li>• Ich falle selbst oft hin und weiß, wie man sich fühlt, außerdem hat er sich wehgetan, da muss ich doch helfen („Ich fühle mit der Person!“)</li> <li>• Ich helfe, weil da Jemand in Not ist.</li> </ul>	
Rollenspiel	Das Rollenspiel erneut durchführen unter Berücksichtigung von Zivilcourage	
Abschiedsritual	Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) durchführen.	

 <b>ZIVILCOURAGE</b> ROLLENSPIEL II				Klasse 1/2 45 Min
Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie	
Perspektivwechsel Bereitschaft wecken, mutig und besonnen zu handeln	Ich kann helfen und/oder Hilfe holen.	Entsprechendes Verhalten loben. Vertrauensperson zu uns holen/Du kannst zu mir kommen Eltern usw. Gegeben falls Kinder an Vertrauensperson weiter vermitteln.	Das Kind dazu ermutigen, anderen zu helfen.	
Überblick	Erläuterungen	Material		
Begrüßungsritual	Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liedtext (Heft S. 3)</li> </ul>		
Rollenspiel: Max wird beleidigt und ausgegrenzt	Die Projektleitung ruft mehrere Kinder auf, die Lust haben, ein kleines Theaterstück zu spielen.  Diese Kinder erhalten vor der Türe die Spielanweisung: Max beleidigen mit Ausdrücken, evtl. hin und her schubsen, wegdrehen, kichern, ...  Danach wird abgewartet, was passiert.  Was sollte passieren? Ein Kind soll, oder mehrere Kinder sollen versuchen, Max beizustehen, Max zu trösten, Hilfe zu holen, ggf. Erste-Hilfe zu leisten, ...			
Ergebnissicherung an der Tafel (=Plakat)	<b>Wer hat welche Möglichkeiten zu helfen?</b> Jede/r in der Klasse ist beteiligt.  <b>Warum hilft man?</b> <b>Was muss vorliegen?</b> (=Mitgefühl)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Plakat</li> <li>Eddingstifte von Zivilcourage I bereithalten (fast deckungsfähig)</li> </ul>		

Motivation des Helfens	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Weil ich dann gelobt werde.</li> <li>• Ich helfe, weil ich keinen Ärger bekommen mag.</li> <li>• Ebenso möchte ich keinen Vorwurf erhalten, nicht geholfen zu haben.</li> <li>• Weil ich helfen muss, sonst fühle ich mich selbst schuldig.</li> <li>• Ich falle selbst oft hin und weiß, wie man sich fühlt, außerdem hat er sich wehgetan, da muss ich doch helfen („Ich fühle mit der Person!“)</li> <li>• Ich helfe, weil da Jemand in Not ist.</li> </ul>	
Zivilcourage	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung einer Not- und Gefahrensituation, aber auch von Beleidigungen und Diskriminierungen</li> <li>• Je eindeutiger die Situation, desto eher wird gehandelt.</li> <li>• Je mehr Personen anwesend sind, desto geringer die Einsatzbereitschaft (desto konkreter muss die Ansprache sein!)</li> </ul>	
Rollenspiel	Oben genanntes Rollenspiel erneut durchführen mit Zivilcourage (alle zeigen Zivilcourage).	
Geschichte „Die Ärgermacher“	Die Projektleitung liest die Geschichte „Die Ärgermacher“ (S. 208/209) von Mirjam Pressler vor. Die Geschichte wird im Klassenverband besprochen und gemeinsam nochmals gelesen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Die Ärgermacher“</li> </ul>
Abschiedsritual	Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) durchführen.	

**Goldene Regel: Sich selbst niemals in Gefahr begeben!**

Richtiges Helferverhalten:

- Beobachte die Situation genau.
- Fordere andere zum Mithelfen auf.
- Prüfe dir Tätermerkmale ein.
- Wähle Notruf 110.
- Kümmere dich um das Opfer.
- Bleibe als Zeuge am Tatort.
- ... und gefährde dich nicht selbst.

## DIE ÄRGERMACHER

Manuel, der Schober-Michi, Dieter und Bruno gründen eine Bande. Die Ärgermacher. Wen sie ärgern wollen, wissen sie noch nicht, aber die Bandengründung ist sehr feierlich. Sie teilen sich eine Familienflasche Cola, die Brunos Mutter gespendet hat. Dazu essen sie Mandelkuchen. Den hat der Schober-Michi mitgebracht. Er ist nämlich der Sohn von der Bäckerei Schober. Den Mandelkuchen hat seine Mutter vorgestern nicht verkaufen können und gestern auch nicht. Deshalb hat sie ihn dem Michi zur Bandengründung geschenkt. Inzwischen ist der Kuchen ein bisschen bröselig, schmeckt aber trotzdem gut. Und sie haben ja Cola zum Runterspülen.

„Wen wollen wir ärgern?“, fragt Dieter kauend. Keinem fällt etwas ein. Plötzlich sagt der Schober-Michi: „Ich weiß, wen. Den Dödel, den Konradin.“ Damit sind alle einverstanden. Konradin geht in ihre Klasse und keiner kann ihn leiden. Warum, wissen sie selbst nicht genau. „Er hat immer noch lange Unterhosen an“, sagt Manuel. „Ich hab’s gesehen, als wir schwimmen waren.“ Die Colaflasche ist leer, die letzten Kuchenkrümel sind aufgegessen, die Ärgermacher gehen nach Hause. Bruno findet auf dem Heimweg ein Zehnerl auf der Straße. Einfach so.

Am nächsten Morgen locken sie Konradin hinter die Turnhalle. Dort sagen sie „Depp“ und „Blödmann“ und solche Sachen zu ihm, bis er weint. Der Schober-Michi piekt ihm seinen Zeigefinger in den dicken Bauch. Da weint Konradin noch mehr. Später, im Klassenzimmer, weicht er ihnen aus. Aber er verrät sie nicht. Am nächsten Morgen lässt sich Konradin nicht hinter die Turnhalle locken. Manuel muss sich erst neben ihn stellen und flüstern: „Wenn du nicht freiwillig mitkommst, verhauen wir dich nach der Schule.“ Da kommt Konradin freiwillig mit. Sie sagen „Depp“ und „Blödmann“ und solche Sachen zu ihm. Konradin schnauft, aber er weint nicht. Er weint erst, als Bruno ihm den Inhalt der Schultasche auf den Boden kippt. Er weint so heftig, dass ihm die Nase läuft. Bruno schaut schnell weg.

Nachmittags, als sich die Ärgermacher treffen, sagt Bruno: „Ich finde das langweilig, das mit Konradin.“ „Fällt dir etwas anderes ein?“, fragt der Schober-Michi. Bruno schüttelt den Kopf. Keinem fällt ein, wen sie ärgern könnten. Höchstens Herrn Merkel, den Gemüseman. Aber vor Herrn Merkel haben sie alle ein wenig Angst. Also bleibt nur Konradin. Deshalb warten sie am nächsten Morgen wieder auf ihn.

Er kommt ziemlich spät. Trotzdem muss er mit hinter die Turnhalle. Erst sagen sie zu Ihm „Depp“ und „Blödmann“. Er weint nicht. Seine Schultasche können sie diesmal nicht auskippen. Der Boden ist matschig, weil es geregnet hat. Sie schauen sich ratlos an.

Aber der Schober-Michi hat eine Idee: „Los, knie dich hin“, sagt er. Konradin will sich nicht in den Dreck knien. Da gibt ihm Dieter einen Stoß, dass er von allein auf die Knie fällt. Jetzt weint er. Bruno hat auf einmal Bauchweh.

Am nächsten Tag ist schulfrei, weil Samstag ist. Bruno hat immer noch Bauchweh, wenn er an Konradin denkt. Deshalb kann er sich auch nicht mit seiner Bande treffen.

Am Sonntag, nach dem Mittagessen, kommen Manuel und der Schober-Michi. Sie wollen Bruno zum Spielen abholen. „Ich habe Bauchweh“, sagt Bruno und die Ärgermacher ziehen ab.

Brunos Mutter steckt ihn ins Bett und kocht ihm Pfefferminztee. Dann setzt sie sich zu ihm. „Was ist denn los mit dir?“, fragt sie. Er sagt: „Ich kann den Konradin nicht leiden. Er weint immer gleich.“ Die Mutter hält ihm noch einmal die Teetasse hin. „Das ist doch nicht schlimm, dass du ihn nicht leiden kannst“, sagt sie. „Keiner kann alle leiden. Deshalb musst du doch kein Bauchweh bekommen.“ Bruno schweigt. Seine Mutter geht in den Garten.

Am Montagmorgen wartet Bruno an der Straßenecke auf Konradin. Konradin reißt die Augen auf, als er ihn sieht. Erst bleibt er stocksteif stehen, dann will er wegrennen. Bruno packt ihn am Ärmel und sagt: „Blödmann! Du gehst jetzt einfach neben mir her. Und wenn wir an den anderen vorbeikommen, schaust du sie nicht an und sagst kein Wort.“

Dieter, Manuel und der Schober-Michi sind verblüfft, als sie Bruno zusammen mit Konradin sehen. Sie sind so verblüfft, dass sie überhaupt nichts tun. Sie sagen auch nichts. Sie gehen hinter Bruno und Konradin ins Klassenzimmer. Die Lehrerin kommt. Sie haben Rechnen. Bruno schreibt die Aufgabe von der Tafel ab. Dabei schaut er schnell zu Konradin hinüber.

Ich kann ihn immernoch nicht leiden, denkt er. Aber das macht nichts. Keiner kann alle leiden.

Bauchweh hat er auch nicht mehr.



# ABSCHLUSS

## „REIFEPRÜFUNG“ UND ABSCHIED VON MAX

Klasse 1/2  
45 Min

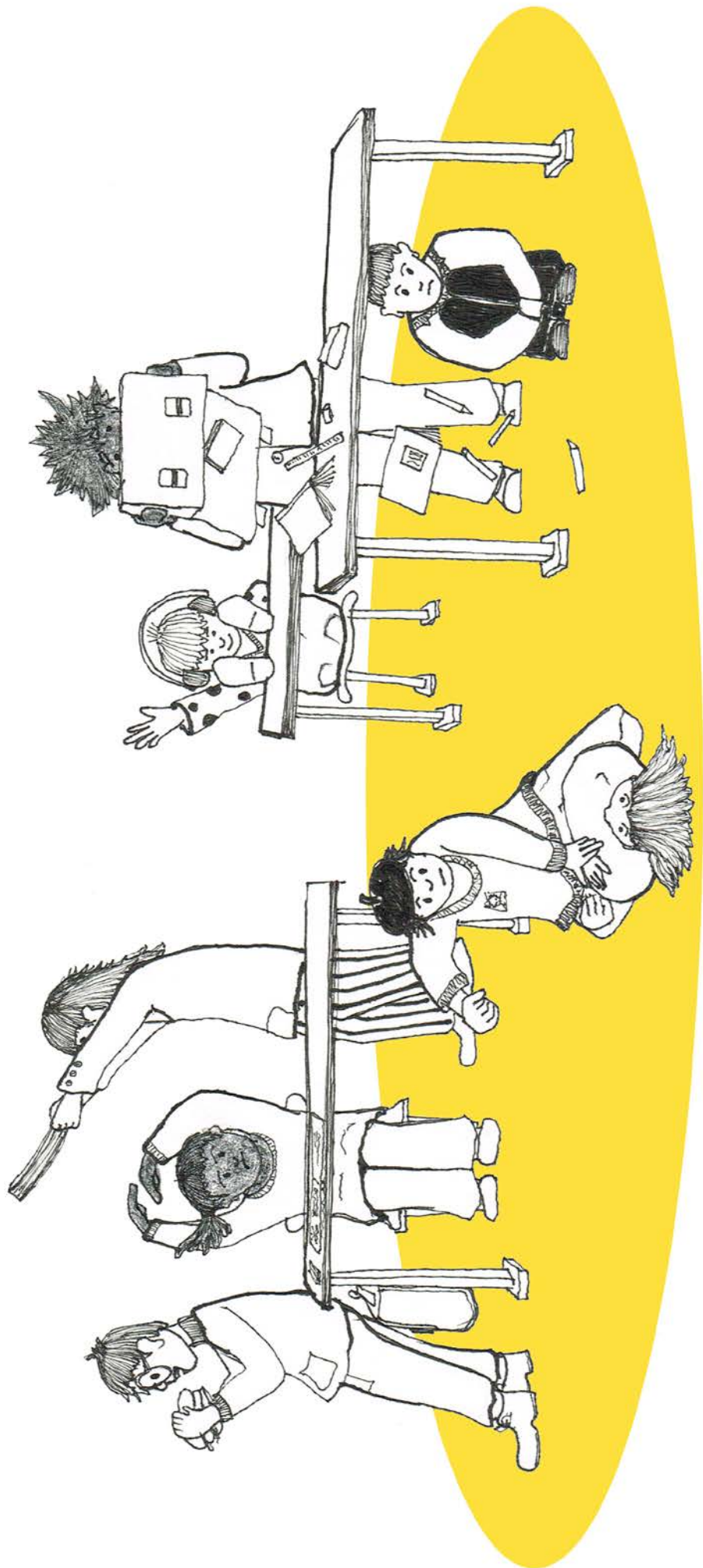
Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie
Goldene Regel SAGEN STATT SCHLAGEN und andere wichtige Klassenregeln festigen Das Gelernte in den Klassenalltag übertragen	Ich bin ein „Max-Besser“-Kind!	Einen wirklich netten Abschluss kreieren.	Das Zertifikat an geeigneter Stelle aufhängen

Überblick	Erläuterungen	Material
Vorbereitung	<p>Max-Besser-Hefte werden in der vorherigen Stunde eingesammelt und mit Max-Besser-Stempel kontrolliert, dabei wird auch der Klassenvertrag auf freiwilliger Basis von den Kindern der Klasse unterschrieben.</p> <p>Die Projektleitung benötigt für den Abschluss des Projekts folgende Materialien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• viermal die Chaosklasse (S. 213)</li> <li>• Zauberhut (Zylinder oder ähnliches), Zauberstab und Zauberschachtel (DIN A4)</li> <li>• Spruchband (langer aufgerollter Papierstreifen) mit SAGEN STATT SCHLAGEN</li> <li>• Entspannungsmusik</li> <li>• den Klassenvertrag (S. 214) DIN A3 von den Kindern der Klasse unterschrieben und anschließend im Klassensatz auf DIN A4 kopiert</li> <li>• von der Schulleitung unterschriebene Urkunde für die Klasse (S. 215) im DIN A3 Format</li> <li>• Urkunden für jedes Kind (S. 216) ausgefüllt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Material</li> <li>• zusammenstellen</li> <li>• Max-Besser-Stempel</li> </ul>
Begrüßungsritual	Zur Begrüßung das Freundelied (S. 17) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liedtext (Heft S. 4)</li> </ul>
Ankündigung der Max-Besser-„Reifeprüfung“	Die Kinder sitzen im Stuhlkreis. Max hat heute eine geheimnisvolle Schachtel gebracht. Ihm ist aufgefallen, dass die Kinder nun schon ganz toll miteinander umgehen können. Er vermutet, dass die Klasse schon eine echte Max-Besser-Klasse ist, von der bereits jedes Kind in den Max-Besser-Club aufgenommen werden könnte. Deshalb will Max heute mit den Kindern die Max-Besser-Reifeprüfung machen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Figur Max</li> <li>• Zauberbox mit den Urkunden</li> </ul>

<p>Vorbereitung zur Reifeprüfung</p>	<p>Die Projektleitung legt in jede Ecke des Raumes ein Bild der Chaosklasse aus. Nun werden die Kinder in vier Gruppen eingeteilt. Jede Gruppe darf in eine Arbeitsecke. Jede Gruppe bekommt die Aufgabe, wie eine Gewaltszene hätte verhindert werden können. Die Projektleitung kündigt nun an, sie werde irgendeine Szene darauf aussuchen.</p> <p>Es wird bewusst (in den Augen der Kinder ganz spontan) jene Szene ausgewählt, auf der sich die Kinder schlagen. Die Projektleitung kreist mit einem Stift diese Szene auf allen vier Bildern ein.</p> <p>Nun diskutieren die Kinder in der Kleingruppe die Situation.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chaosklasse</li> </ul>
<p>„Gedankenzauber“ im Sitzkreis</p>	<p>Die Kinder dürfen nach einer gewissen Zeit wieder an ihren Platz zurück. Die Projektleitung bzw. Max nimmt den Zauberhut und den Zauberstab in die Hand, schaltet die Entspannungsmusik ein und stellt in leisem, geheimnisvollen Ton die Testaufgabe an die Kinder:</p> <p><i>„Setzt euch ganz ruhig und entspannt hin. Denkt an die Lösung. Wie hätte das Schlagen vermieden werden können? Versucht ganz fest an diese Lösung zu denken, solange die Musik läuft. Ich sammle eure Gedanken dann in meinem Zauberhut.“</i></p> <p>Die Projektleitung geht zusammen mit Max im Sitzkreis von Kind zu Kind, tippt mit dem Zauberstab leicht an den Kopf jedes Kindes und steckt danach den Zauberstab (und damit die Gedanken) mit einer großzügigen Geste in den Zauberhut.</p> <p>Nachdem jedes Kind berührt wurde, wird die Musik ausgeschaltet, von den Kindern aber weiterhin absolute Ruhe verlangt.</p> <p>Max zaubert nun die Gedanken der Kinder in Form des Spruchbandes aus dem Zauberhut. Max spricht theatralisch den Zauberspruch:</p> <p><i>„Hokus, Pokus, Maxus Bessus – Gedanken sammelt euch zu einem einzigen!“</i></p> <p>Dabei wird langsam das Spruchband „SAGEN statt SCHLAGEN“ aus dem Hut gezogen. Die Kinder lesen den Spruch laut vor.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zauberhut</li> <li>• Zauberstab</li> <li>• Spruchband</li> <li>• Entspannungsmusik</li> </ul>

Überblick	Erläuterungen	Material
Unterrichtsgespräch	<p>Nachdem die Kinder das Spruchband gelesen haben und dies auch bestätigen, erhalten sie von Max ein dickes Lob:</p> <p><i>„Ihr habt soeben bewiesen, dass ihr eine echte Max-Besser-Klasse seid. Unser Klassenzimmer wird sicher nie so aussehen wie das der Chaosklasse. Habt ihr eine Idee, was die Kinder der Chaosklasse tun könnten, um das ganze Chaos zu beenden?“</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chaosklasse</li> </ul>
Unterrichtsgespräch	<p>Im Unterrichtsgespräch wird noch einmal auf die Bedeutung von Regeln eingegangen. Ebenso wie man die Regel „SAGEN statt SCHLAGEN“ umsetzen kann, indem man sich zunächst seiner eigenen Gefühle bewusst wird und dann sagt, was einen stört, und wie man es besser haben möchte.</p>	
Überreichen der Ausweise	<p>Die kontrollierten Hefte werden zusammen mit dem Klassenvertrag (auf DIN A4 verkleinert und für jedes Kind kopiert) an jedes Kind verteilt. Den Klassenvertrag können die Kinder nun ins Arbeitsheft kleben.</p> <p>Bevor Max endgültig geht, holt er aus der Zauberbox für jedes Kind eine Urkunde. Er ruft jedes Kind einzeln auf und überreicht persönlich unter Applaus die Urkunde.</p> <p>Anschließend wird die von der Schulleitung unterschriebene Urkunde zusammen mit dem Klassenvertrag (beides in Größe von DIN A3) an die Klasse überreicht mit der Bitte, einen schönen Platz dafür zu suchen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Max-Besser-Hefte</li> <li>• Klassenverträge für die Hefte</li> <li>• Urkunden für die einzelnen Kinder</li> <li>• Urkunde für die Klasse DIN A3</li> <li>• Klassenvertrag DIN A3</li> </ul>
Abschiedsritual	<p>Zum Abschied das „kleine Tschüss“ (S. 13) durchführen.</p>	

CHAOS-KLASSE



# KLASSENVERTRAG

Wir sind eine Max-Besser-Klasse!



Klasse \_\_\_\_\_ Schuljahr \_\_\_\_\_

# URKUNDE



Die Klasse \_\_\_\_\_

hat erfolgreich am Projekt „Max Besser“  
teilgenommen!

**Sie ist jetzt eine Max-Besser-Klasse!**

---

Ort/Datum

Unterschrift Schulleitung



# ABSCHLUSS

## ABSCHIED VON MAX

Klasse 3/4  
45 Min

Ziele	Botschaften für die Kinder	Lehrkräfte	Eltern/Familie
Abschluss des Projekts	Ich habe einen wesentlichen Entwicklungsschritt hinter mich gebracht Ich habe viel über den Umgang mit anderen gelernt Ich setze immer mehr davon praktisch um Darauf darf ich stolz sein	Zertifikat ausgeben Auf die gemeinsame Zeit mit Max und Maxi zurückblicken Das gemeinsam Gelernte Revue passieren lassen Ausblick auf das Kommende geben Zuversicht vermitteln	Mit dem Kind den Abschluss feiern (wenn er mit dem Abschluss der GS-Zeit zusammenfällt) Zuversicht für die Zukunft vermitteln: Eltern als verbindender Faktor, der im kommenden Übergang Sicherheit gewährt

Überblick	Erläuterungen	Material
Vorbereitung	„Max Besser“-Urkunde (S. 216) für jedes Kind kopieren und ausfüllen. Alle Bausteine nochmal durchsehen.	
Begrüßungsritual	Als Begrüßung „Max und Maxi sind jetzt wieder da“ (S. 22) singen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liedtext (Heft S. 4)</li> </ul>
Figurenspiel	<p>Maxi:  <i>„Mensch Max, jetzt sind wir schon lange in der Klasse und ich fühle mich hier richtig wohl. Aber das Projekt ist jetzt vorbei. Heute ist der letzte Tag. Das macht mich richtig traurig“</i></p> <p>Max:  <i>„Ja, das geht mir auch so! Ist echt schade. Aber ich glaube, wir haben den Kindern viel mitgegeben. Sie werden sich noch lange an uns erinnern. Genauso wie wir viel von ihnen lernen konnten und an sie denken.“</i></p> <p>Maxi:  <i>„Ja, stimmt. Das hier sind alles Profis! Trotzdem würde ich gerne nochmal schauen, was wir alles gemacht haben. Vielleicht habe ich ja auch was vergessen?“</i></p> <p>Max:  <i>„Das ist eine gute Idee! Schau mal, wir legen das große Plakat und die Stifte in die Mitte. Dann können die Kinder nacheinander aufschreiben, an was sie sich noch erinnern...“</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Figuren</li> <li>• Max und Maxi</li> <li>• 2–3 Flipchartbögen</li> <li>• Stifte</li> </ul>

Erinnerungsplakat	<p>Ein Bogen Papier und die Stifte werden in die Mitte des Stuhlkreises gelegt. Die Kinder können nacheinander Punkte und Begebenheiten des Projekts „Max Besser“ auf das Plakat schreiben, an welche sie sich erinnern. Ist ein Bogen voll, kann der nächste angelegt werden.</p> <p>Gut ist dabei auch die Frage zu klären, wo sie das Gelernte in ihrem Alltag brauchen können und was sie bereits umgesetzt haben.</p> <p>Die Plakate im Klassenzimmer aufhängen.</p> <p>Die Projektleitung sollte sich im Vorfeld nochmals alle Bausteine in Erinnerung gerufen haben.</p>	
Ausgabe der Zeugnisse	<p>Die Kinder werden nacheinander namentlich aufgerufen und bekommen eine „Max Besser“-Urkunde. Der Rest der Klasse sollte applaudieren.</p> <p>Die Projektleitung überlegt sich vorher, ob die Zeugnisse von ihr oder Max ausgeteilt werden.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgefüllte Zeugnisse</li> </ul>
Eventuell Abschlussfeier	<p>Bei genügend Zeit kann ein Abschied gefeiert werden. Mit Kakao und Keksen im orientalischen Zelt, oder die Zeugnisse werden auf einer Abschiedsfeier für die Klasse zum Übergang in weiterführende Schulen übergeben...</p>	
Abschiedsritual	<p>Zum Abschied die „Abschlussrakete“ (S. 21) durchführen. Dieses Mal lang und laut!</p>	

# MOBILES PRÄVENTIONSTHEATER „MAX UND MAXI – MITEINANDER STARK SEIN“

*Ein interaktives Theaterstück aus 7 Modulen  
mit theaterpädagogischer Nachbereitung*

Max und seine beste Freundin Maxi haben sich verabredet, um gemeinsam Musik zu machen. Im Laufe dieses Nachmittages ergibt sich manch schwierige Situation. Was im Spaß begonnen hat, endet fast in einem handfesten Streit. Doch Max und Maxi lernen, wie sie es anders machen können, ohne sich zu beschimpfen, ohne sich zu hauen und ohne nur an sich selbst zu denken. Dabei helfen ihnen andere kleine und große Menschen. Da gibt es den Polizisten, der mit dem neuen Handy hergerufen wird, die Fremde, die von fernen Ländern erzählt, und Sven, der trotz seines Handicaps den Mund aufmacht und tapfer sagt, was er denkt, und ihnen erzählt, wo er überall dabei sein kann.



Eine lustige und lehrreiche Aufführung zu den Themen:

- Miteinander stark sein
- Multikulti, Integration
- gewaltfreie Kommunikation,
- Verkehrssicherheit und Polizei
- Inklusion
- digitale Medien
- positive Gefühle

**Alle Infos unter [www.max-und-maxi.info](http://www.max-und-maxi.info)**

Infos zur mobilen Präventionsarbeit von SakramO 3D und weiteren Theaterprojekten unter [www.sakramo3d.info](http://www.sakramo3d.info)

Die Kinder werden ohne erhobenen Zeigefinger zum Nachdenken angeregt. Das Stück vermittelt Kindern mit Spaß, wie man es schafft, sein eigenes Selbstwertgefühl zu steigern, ohne dabei die Verantwortung für den Mitmenschen zu vergessen.

**Das Theaterstück besteht aus sieben Modulen**, davon sind zwei Module „gemeinsam stark sein“ und „positive Gefühle“ fester Bestandteil der Aufführung. Sie können aus den verbleibenden Modulen noch drei/fünf hinzu wählen. *Durch die Wahl der Module können Sie gezielt die Themen aufgreifen, die momentan wichtig sind.*

Bei diesem interaktiven Theaterstück würfeln die Kinder die Reihenfolge der Themen und es gibt ein Kamerakind, das Aufnahmen für das „**Max-und-Maxi-Buch**“ macht. In den Szenen werden die Kinder direkt angesprochen und wenn etwas geschieht, das man besser machen sollte, wird die Szene von den Kindern mit „**Stopp**“ unterbrochen.

Die Schule erhält vorab das Max-und-Maxi-Arbeitsbuch und unser Max-und-Maxi-Lied.

# URKUNDE



---

hat erfolgreich am Projekt „Max Besser“ teilgenommen!  
Besonders geschätzt habe ich an dir:

---

---

**Du bist jetzt ein Max-Besser-Profi!**

---

Ort/Datum

Unterschrift Projektleitung

## DANKSAGUNGEN

Viele Menschen sind nötig, um ein solches Projekt wie „Max Besser“ entstehen, gedeihen und zu einem guten Ende gelangen zu lassen.

Das Landratsamt Aalen hat, angeführt von Herrn Landrat Klaus Pavel, durch seine ideelle und tätige Unterstützung des Projekts deutlich gezeigt, dass sein Bekenntnis zur Premium-Prävention alles andere als ein Lippenbekenntnis ist.

Hans Jürgen Hinnecke hat „unserem Max“ ein gelungenes zeitgenössisches Aussehen gegeben und dafür gesorgt, dass das Heft so farbenfroh geworden ist, wie es jetzt vorliegt.

Sabine Bäuerle hat mit dem von ihr geschaffenen Layout 'Max Besser' eine ebenso praktische wie ansprechende äußere Form gegeben.

Dominik Moutty hat sich das „Work in progress“ durchgesehen und mit vielerlei wohlwollend kritischen Anregungen dafür gesorgt, dass Lücken geschlossen wurden, Unklares deutlich und Gutes noch besser geworden ist.

Die Autorinnen des Bandes (aus der Lehrerschaft und der Schulsozialarbeit), Monika Bausback, Tatjana Engel, Claudia Morcher und Martina Wächter, die den Hauptteil der praktischen Arbeit zu leisten hatten, haben diese als echte Fans von Max Besser zum überwiegenden Teil ehrenamtlich geleistet – ein Engagement, das nicht hoch genug geschätzt werden kann.

Sarah Gros und Monika Wieder haben ein Theaterstück mit modular wählbaren Szenen passend zum Programm entwickelt und ermöglichen den Schulen damit ein zusätzliches Highlight. *Toi, toi, toi* für möglichst viele Aufführungen!

Markus Neuwirth hat die Max-Besser-Lieder eingespielt und eingesungen und damit deren Einsatz deutlich komfortabler gestaltet.

Dieter Hahn hat sich um die Passung zu den offiziellen Präventionskonzepten in Baden-Württemberg gekümmert und Korrektur gelesen.

Andreas Schumschal hat das kleine, aber feine Fähnlein von Mitarbeitern zusammengebracht, geleitet und gehegt, immer wieder Experten aufgetan, eigene Beiträge eingebracht und mit Umsicht dafür gesorgt, dass die Flamme weiter getragen wurde.

Dass es überhaupt etwas weiterzutragen gab, ist all den Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen der ersten Version des „Max Besser“ zu verdanken, an erster Stelle sind hier Helmut Sailer vom Polizeipräsidium Aalen und Andreas Schumschal vom Landratsamt Ostalbkreis zu nennen, unterstützt von Michaela Abele, Monika Bausback, Michael Fritz, Erwin Huttenlau, Andrea Peth, Ilona Rösner, Sarah Steinecker, Otto Brenner, Astrid Hark-Thome, Jutta Jakob, Sylvia Kreuzer, Siglinde Steinecker – sie alle haben, als so etwas noch gar nicht im Fokus der öffentlichen Aufmerksamkeit stand, ein an den Lebenskompetenzen orientiertes, einfach durchführbares und finanziell erschwingliches Präventionsprogramm auf die Beine gestellt, das schon damals die Standards von heute erfüllte.

Ohne sie hätte es keinen „Max Besser“ gegeben und ohne die zuvor genannten keinen in seiner jetzigen Form.

Ihnen allen (und den vielen, die hier keine Erwähnung finden konnten, aber doch auf ihre Weise ihr Scherflein beigetragen haben) sei aus ganzem Herzen für diese Arbeit gedankt.

## Literaturliste

- Mit 80 Kindern um die Welt – so leben Kinder anderswo:  
Bunte Geschichten, Lieder, Spielaktionen  
Susanne Steffe, Ökopia Verlag, ISBN 978-3-86702-2170
- [www.deindiy.de](http://www.deindiy.de) Bastelanleitung
- Bruder Jakob Liedtext Wikipedia
- Respektvoll miteinander sprechen – Konflikte vorbeugen.  
10 Trainingsmodelle zur gewaltfreien Kommunikation in der Grundschule.  
Von der Wolfssprache zur Giraffensprache.  
Von Matthias Kirchgessner, Melanie Kirchgessner, Evelyn Schöllmann, Sven Schöllmann
- Jamie Walker  
Gewaltfreier Umgang mit Konflikten in der Grundschule.  
6. überarbeitete Auflage, Cornelsen ISBN 978-3-589-05187-8
- Bundeszentrale für politische Bildung  
Themenblätter im Unterricht / Nr. 108 – Zivilcourage  
Günther Gugel  
Erste Auflage: Oktober 2015

Landratsamt Ostalbkreis  
Stuttgarter Straße 41  
73430 Aalen  
info@ostalbkreis.de  
www.ostalbkreis.de