



SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Kinder entdecken Glück und Achtsamkeit

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de



Inhaltsverzeichnis

Vorwort	4	Was andere Menschen glücklich macht	34
Hinweise für die Lehrkraft	5	Was ich tun kann, wenn ich nicht glücklich bin ..	35
Hinweise zu den Materialien	6	Mein Glücksstein	37
Glücksbriefchen	11	Mein Glücksbild	38
 		Zum Glück!	39
A Die 15-Minuten-Nachdenkmomente: Philosophieren zu Achtsamkeit und Glück		Kann man anderen Glück ansehen?	40
 		Glück im Unglück – Eine chinesische Fabel	42
15 Minuten Achtsamkeit	13	Glücksbringer verschicken	43
Mein Sitznachbar	13	So ein Glückspilz!	44
Mein Pflänzchen	14	Mein Glücksbringer aus Speckstein	45
Glück als Schulfach – Was der Dalai Lama zur Achtsamkeit sagt	15	Sprichwörtliches Glück	46
Was ich an dir mag	16	Mein Glücksmoment	47
Glückszettelchen für das Ende eines Schultags	17	Mein Glücksstern	48
Partnerübungen	18	Glück in anderen Kulturen	49
 		Glückskekse backen	50
15 Minuten Glück	19	 	
Nachdenken über das Glück	19	C Viele Stunden Achtsamkeit und Glück	
Was berühmte Menschen über das Glück gesagt haben	21	Viele Stunden Achtsamkeit	51
Etwas zusammen schaffen macht glücklich	22	Unser gemeinsamer Achtsamkeitsweg	51
 		Land-Art	52
B Die 45-Minuten-Achtsamkeits- und Glücksstunden		Meine Sandskulptur	53
 		Unser Sandmandala	54
Eine Stunde Achtsamkeit	23	Mein Achtsamkeitsbüchlein	55
Eine Pustebblumenreise	23	 	
Eine Seifenblasenreise	24	Viele Stunden Glück	56
Achtsamkeit für ein anderes Kind	25	Mein getöpftes Lieblingstier	56
Achtsamkeit für die Natur	26	Was mich glücklich macht	57
Achtsamkeit für die Umwelt	27	Das Glücks-Interview	58
Mein Baum	28	Zum Glück gibt es Kinderrechte!	60
Guten Appetit!	29	Das Glücksministerium	61
Ein Spaziergang auf dem Schulhof	30	Mein Glückstagebuch	62
 		Reflexion	63
Eine Stunde Glück	31	Was ich über Glück und Achtsamkeit gelernt habe.	63
Lässt sich Glück beschreiben?	31	Was ich über Glück denke	64
Mein Glückselfchen	32		
Glück ist kein Rätsel	33		

Vorwort

Glück als Thema zur inneren Auseinandersetzung gerät zunehmend in den Fokus der Gesellschaft. In einer immer schneller und konkurrierender werdenden Welt suchen Menschen nach innerer Ruhe, nach stillen Momenten und nach dem Glück. Achtsamkeit und Glück hängen eng miteinander zusammen.

Mit dem Begriff *Achtsamkeit* wird das bewusste, nicht wertende Selbstwahrnehmen, aber auch die Wahrnehmung der Umgebung beschrieben. Wer achtsam ist, nimmt sich und andere bewusst wahr und zwar stets im gegenwärtigen Moment. Achtsamkeit konzentriert sich darauf, nicht noch über Vergangenes zu grübeln oder Zukünftiges zu planen, sondern sich die Dinge und Situationen bewusst zu machen, die gerade im Moment stattfinden. Dies kann sich auf die eigene Person beziehen, aber auch auf ein Miteinander mit anderen oder auf die erlebte Umwelt. Dabei ist die Wahrnehmung durch alle Sinne essenziell.

Glück lässt sich schwerer definieren, denn Glück ist höchst subjektiv und nicht messbar. Glück ist stets abhängig von der Situation, in der sich eine Person befindet und kann selbst für diese Person stets unterschiedlich sein. Glück ist aber auch Einstellungssache und eine Frage der Haltung dem Glück gegenüber. Das Empfinden von Glück kann sich in Krisenzeiten verändern. Während der Corona-Krise hat sich beispielsweise deutlich gezeigt, dass Glück sehr unterschiedlich empfunden werden kann. Plötzlich machen uns kleine Dinge froh, wir sind glücklich über Dinge und Situationen, die uns vorher alltäglich erschienen. Und: Glück kann man lernen und üben. Dies hat zu tun mit Achtsamkeit und positivem Denken. Auch mit Kindern im Grundschulalter kann das trainiert werden.

Glück als Unterrichtsfach gibt es in den Grundschulen nicht. Daher ist dieser Band konzeptionell so ausgearbeitet, für Klassenleitungen Ideen für 10- bis 15-minütige Gespräche über das Glück anzubieten, aber auch für die intensivere Auseinandersetzung in 45-minütigen Unterrichtsstunden, in Einheiten oder für eine Projektwoche im Religions-, Ethik- oder Deutschunterricht Angebote vorzuhalten. Die zugrunde liegenden Fragen unterscheiden sich kaum von denen der Sekundarstufe: Sind die anderen wirklich immer an allem schuld? Habe ich nicht selbst großen Einfluss darauf, ob ich in jeder Situation in Konflikte gerate? Macht mich das nicht eher unglücklich? Wie fühlt sich das an, zufrieden oder sogar glücklich zu sein? Was kann ich dazu beitragen? Im Sekundarstufenbereich arbeiten bereits einige Schulen mit dem Fach Glück.

„Der Lehrplan des Faches Glück orientiert sich an den Strukturen einer gelingenden Lebensgestaltung. Um mein Leben zu gestalten, muss ich mir meiner eigenen Kräfte und Ressourcen bewusst werden. Dann kann ich realistische Visionen bzw. Ziele entwickeln. Die Bedeutung dieser Ziele kann ich erhöhen, indem ich mir meine Gefühle beim Erreichen des Zieles genau ausmale und sozusagen vorwegnehme. In einem dritten Schritt geht es darum, Entscheidungen zu treffen, was ich will oder nicht will und was das für mich bedeutet.“¹ (Fritz Schubert Institut, Heidelberg 2019)

Im Grundschulunterricht zeigt sich das Thema also ebenso mit hoher Gegenwarts- wie auch Zukunftsrelevanz. In kleinen Sequenzen, in Unterrichtsstunden oder -einheiten werden Kinder dazu angehalten, über sich und das Glück zu reflektieren. Kinder können sich sehr gut im Tun auf den Moment einlassen. Deswegen finden sich in den Angeboten sehr viele handlungsorientierte Zugänge und Aufgaben. Das „Versinken“ in ein Tun erleichtert den Kindern die Reflexion über die Achtsamkeit.

Da die Achtsamkeit wie eine Vorläuferfähigkeit zur Bewusstmachung über das Glück wirkt, sind in diesem Band stets Achtsamkeitsübungen vor der Auseinandersetzung mit Glück angeboten. Dies bedingt jedoch keine Reihenfolge in der Bearbeitung.

¹ Quelle: Fritz Schubert Institut, Heidelberg 2019 (<https://www.fritz-schubert-institut.de/newpage30c2ac73>, Stand 05.06.2020)

Hinweise für die Lehrkraft

Jedes der drei übergeordneten Kapitel beginnt, wie erwähnt, mit Aufgabenstellungen zur *Achtsamkeit*, es folgen Angebote zum Thema *Glück*. Die Aufgaben sind unterschiedlich schwierig. Viele Aufgaben richten sich an Schüler² der Klassen 3 und 4. Philosophieren kann man aber bereits mit den jungen Kindern der Klassen 1 und 2 und auch die handlungsorientierten Angebote können in vereinfachter Form bereits in diesen Jahrgangsstufen angeboten werden.

Spaziergänge sind besonders geeignete Situationen, um Achtsamkeit zu trainieren und Glücksmomente zu erleben. Ein Waldspaziergang oder ein Spaziergang durch einen Park, eine Grünanlage, auf einer Wiese etc. mit dem Auftrag, diesen Lebensraum bewusst wahrzunehmen, zu schauen, was man entdecken kann, zu riechen, wie es duftet oder vielleicht auch mal stinkt, zu fühlen, wie sich z. B. Baumrinde oder Wiesenboden anfühlt, fördert die Konzentration auf den Moment. Diese Sinnesindrücke werden vor Ort oder später im Klassenraum besprochen. Spannend ist sicherlich auch ein Gang durch die Schule – wenn sonst niemand mehr dort ist. Dieser alltäglich begangene Raum hat eine veränderte Atmosphäre, wenn man ihn still und alleine begeht. Lassen Sie, wenn möglich, die Kinder dafür die Schuhe ausziehen. Auch das verändert die Wahrnehmung. Diese Spaziergänge können auch der Vorbereitung auf verschiedene Angebote dienen.

² Wir sprechen hier wegen der besseren Lesbarkeit von Schülern bzw. Lehrern in der verallgemeinernden Form. Selbstverständlich sind auch alle Schülerinnen und Lehrerinnen gemeint.

Hinweise zu den Materialien

Im Folgenden finden Sie zusätzliche Hinweise zur Vorbereitung und Durchführung der unterschiedlichen Einheiten. Bitte beachten Sie, dass es nicht zu allen Materialvorlagen zusätzliche Hinweise gibt.

Kapitel/Materialvorlage	Seite	Hinweise zum Material und zur Vorbereitung/Durchführung
15 Minuten Achtsamkeit		
Mein Sitznachbar	13	<ul style="list-style-type: none"> Die Kinder treffen sich im Sitzkreis. Dabei achtet die Lehrkraft darauf, dass möglichst die Kinder nebeneinandersitzen, die sonst wenig Kontakt haben. Die Kinder ziehen verdeckt ein Kärtchen und lesen es. Danach befragen sie einen Sitznachbarn. Im Anschluss stellen sich die Kinder gegenseitig vor. Die Vorstellung erfolgt immer mit der Namensnennung. Ein Blankokärtchen kann von den Schülern oder Lehrkräften für ergänzende Fragen genutzt werden. Differenzierungsmöglichkeiten: <ol style="list-style-type: none"> Jedes Kind stellt beide Nachbarn vor (für Fortgeschrittene!). Die Lehrkraft gibt Satzanfänge vor: An meiner rechten Seite ..., Neben mir sitzt ..., Ich stelle euch ... vor. Die Kärtchen werden mehrfach kopiert, laminiert und jedes Kind zieht mehrere Kärtchen.
Mein Pflänzchen	14	<ul style="list-style-type: none"> Materialien für die Kinder bereitstellen oder mitbringen lassen: <ul style="list-style-type: none"> – Blumentöpfchen – Watte – Erde – Untersetzer oder Teller – Samen – Stöckchen
Glück als Schulfach – Was der Dalai Lama zur Achtsamkeit sagt	15	<ul style="list-style-type: none"> Kopien der Kärtchen in der Anzahl der Kinder, auseinandergeschnitten zum Mitnehmen an die Plätze
Was ich an dir mag	16	<ul style="list-style-type: none"> Kopien des Briefpapiers Ermitteln Sie die Kinder, die sich schreiben sollen, durch Ziehen der Namenskärtchen oder lassen Sie die Kinder selbst aussuchen, wer wem schreiben möchte. Allerdings sollte jedes Kind einen Brief bekommen. Besprechen Sie im Plenum vorab, was die Kinder sich schreiben könnten.
Glückszettelchen für das Ende eines Schultags	17	<ul style="list-style-type: none"> Die Namen der Kinder müssen auf den Zetteln vermerkt sein, damit jedes Kind einen Glückszettel bekommt. Die Zettel verdeckt austeilen, beschriften lassen, einsammeln und an die Kinder austeilen
Partnerübungen	18	<ul style="list-style-type: none"> Erstellen Sie eine Kartei mit den Partnerübungen; jede Übung dreimal anbieten. Führen Sie alle Übungen mit den Kindern gemeinsam ein. Stellen Sie flache Kiesel in unterschiedlichen Größen bereit.
15 Minuten Glück		
Nachdenken über das Glück	19	<ul style="list-style-type: none"> Die Nachdenkkärtchen werden nur einmal kopiert und zugeschnitten. Mit einem Kärtchen ein intensives Plenumsgespräch durchführen, um zu zeigen, dass man über viele verschiedene Sichtweisen eine Annäherung an eine Aussage finden kann: In diesen Angeboten geht es nicht um richtige oder falsche Deutungen/Aussagen.

Kapitel/Materialvorlage	Seite	Hinweise zum Material und zur Vorbereitung/Durchführung
		<ul style="list-style-type: none"> Die Nachdenkkärtchen können unabhängig als Tagesritual eingesetzt werden (z. B. im Morgenkreis oder Abschlusskreis). Mögliche Impulsfragen, um sich der Bedeutung des Begriffs <i>Glück</i> im Gespräch zu nähern und um über mögliche Folgen zu reden, wenn es an Glück fehlt, können außerdem sein: <ul style="list-style-type: none"> – Wenn es diese „Sache“ nicht gäbe: Was würde fehlen, was würdest du vermissen? – Wie ist es, wenn man nicht glücklich ist? – Wie sähe die Welt aus, in der es kein Glück mehr gibt? – Kannst du dir vorstellen, in einem Land zu leben, in dem niemand glücklich ist?
Was berühmte Menschen über das Glück gesagt haben	21	<ul style="list-style-type: none"> Die Kärtchen werden aufbereitet und benutzt wie die Nachdenkkärtchen (Seite 19). Zusätzlich wird hier ein Schreibangebot bereitgehalten.
Etwas zusammen schaffen macht glücklich	22	<ul style="list-style-type: none"> Jedes Kind bekommt eine Karte, die Kinder kommunizieren darüber, wie die richtige Lösung ist. Große Gruppen (ab 15 Kinder) werden geteilt.
Eine Stunde Achtsamkeit		
Eine Pustebblumenreise	23	<ul style="list-style-type: none"> Text vorab als Fantasiereise vorlesen
Eine Seifenblasenreise	24	<ul style="list-style-type: none"> Seifenblasen bereitstellen Text kann vor dem Seifenblasen oder begleitend vorgelesen werden
Achtsamkeit für ein anderes Kind	25	<ul style="list-style-type: none"> Im Plenum vorab das Wort „Porträt“ besprechen Klären, warum Rechtshänder mit links und Linkshänder mit rechts zeichnen sollen (weil dann jeder die gleiche Chance hat, ein gleichwertiges Bild zu erzeugen) Gemeinsam mit den Kindern mögliche Fragen entwickeln, die während des Zeichnens an die Partner gestellt werden können
Achtsamkeit für die Natur	26	<ul style="list-style-type: none"> Spaziergang im Wald oder auf der Wiese Materialien mitnehmen: Papier, Klemmbretter, Bleistifte, Spitzer, Radiergummi, Buntstifte Das Wort „kolorieren“ besprechen
Achtsamkeit für die Umwelt	27	<ul style="list-style-type: none"> Gemeinsam vorab besprechen: Was ist Biomüll, was Verpackung, was Papiermüll? Vorab den Müll des Frühstücks sortieren lassen. Dafür eine Waage, einen Eimer (zum Müll sammeln), Handschuhe (um den Müll später wieder zu trennen) bereitstellen
Mein Baum	28	<ul style="list-style-type: none"> Fotoapparat oder Handy
Guten Appetit!	29	<ul style="list-style-type: none"> Als vorbereitende Hausaufgabe: Verteilen, wer für das Frühstück was mitbringt Zuerst werden die Lebensmittel vorbereitet, dann wird gemeinsam gefrühstückt. Sprechen Sie im Plenumsgespräch über die Wahrnehmung beim Essen (evtl. auch bereits beim Essen), dann erst werden die Notizen oder Bilder angefertigt.
Ein Spaziergang auf dem Schulhof	30	<ul style="list-style-type: none"> In einer Stunde, in der es leise ist, möglichst barfuß spazieren gehen Vorab den Arbeitsauftrag klären (entweder Auftrag 1 oder 2), dann 5–10 Minuten still laufen Danach fertigt jedes Kind Notizen für sich an, erst dann folgt das Plenumsgespräch: Jeder kann etwas anderes entdecken und alles ist richtig.

Hinweise zu den Materialien

Kapitel/Materialvorlage	Seite	Hinweise zum Material und zur Vorbereitung/Durchführung
Eine Stunde Glück		
Lässt sich Glück beschreiben?	31	<ul style="list-style-type: none"> Die Gedanken der Kinder durch ein gemeinsames Gespräch anstoßen. Die Wörter für den Wortspeicher werden – in einer frei gewählten Sozialform – gesammelt. Gemeinsam mit der Lerngruppe wird ein Plakat ausgefüllt oder die Wörter werden an der Tafel festgehalten, bevor die Schüler den Wortspeicher abschreiben.
Mein Glückselfchen	32	<ul style="list-style-type: none"> Wenn die Kinder noch keine Elfchen verfasst haben, muss im Vorfeld genau besprochen werden, wie ein Elfchen aufgebaut ist.
Glück ist kein Rätsel	33	<ul style="list-style-type: none"> Lösung: „Glück ist kein Rätsel, Glück kann man lernen.“ Dieses Rätsel kann auch vorbereitend auf das Glückstagebuch (Seite 63) eingesetzt werden: „Glück kann man üben.“ → Besprechung des Satzes im Plenum
Was andere Menschen glücklich macht	34	<ul style="list-style-type: none"> Steine sammeln oder Kiesel aus dem Baumarkt (Größe 80–160 mm) Steine evtl. mit Glückssymbol bemalen lassen, hierzu Filzstifte nutzen
Was ich tun kann, wenn ich nicht glücklich bin	35	<ul style="list-style-type: none"> Bildvorlagen Glücksbriefchen, Postkarte oder Foto Vorlage fertig malen lassen, d. h., Bilder entweder zerschneiden und die fehlende Seite malen lassen oder das Bild ausschneiden und von den Schülern malend in einen Kontext bringen lassen
Mein Glücksstein	37	<ul style="list-style-type: none"> Ausreichend für alle Kinder Kieselsteine in verschiedenen Formen, Farben und Größen auslegen
Mein Glücksbild	38	<ul style="list-style-type: none"> Als Vorbereitung Bildausschnitte bereitlegen, die mit Glück assoziiert werden können; Mögliche Motive: Meer, Berge, Familie, Haustier o. Ä.
Glücksbringer verschicken	43	<ul style="list-style-type: none"> Weißer Tonkarton im Postkartenformat anbieten Vorab besprechen, wie eine Postkarte aussieht
Mein Glücksbringer aus Speckstein	45	<ul style="list-style-type: none"> Für Schulen sind garantiert asbestfreie Specksteine erhältlich. weitere Materialien: kleine Raspeln und Feilen, Schmirgelpapier (600er bis 1000er, zum Nassschleifen) für kleine Specksteine eventuell feine Bohrer Lederriemen oder Kordeln für Hals- oder Armschmuck Schüsseln, Wasser Am besten draußen arbeiten
Mein Glücksmoment	47	<ul style="list-style-type: none"> Jedes Kind soll ein Foto von sich in einem glücklichen Moment mitbringen.
Mein Glücksstern	48	<ul style="list-style-type: none"> Materialien: Schere, Kleber
Glück in anderen Kulturen	49	<ul style="list-style-type: none"> Sprachlich muss diese Aufgabe vorentlastet werden, ebenso kulturell. Vorder- und Rückseite kopieren, nach dem Beschriften einen schönen Umschlag gestalten und heften In einer Stunde vorbereiten, dann die Befragungen als Hausaufgabe oder bei älteren Kindern (ab 4. Schuljahr) im Unterricht durchführen lassen Ergebnisse in der nächsten Stunde sichten, besprechen, in Schönschrift aufschreiben
Glückskekse backen	50	<ul style="list-style-type: none"> Vorab müssen im Plenum Glückskekssprüche, die wirklich mit Glück zu tun haben, gesammelt und, wenn möglich, an der Tafel aufgeschrieben werden.

Kapitel/Materialvorlage	Seite	Hinweise zum Material und zur Vorbereitung/Durchführung
Viele Stunden Achtsamkeit		
Unser gemeinsamer Achtsamkeitsweg	51	<ul style="list-style-type: none"> • Gehen Sie zuerst mit der Klasse auf einen Spaziergang. • Geben Sie den Kindern den Auftrag, Dinge wie Steinchen, Stöcke, Federn etc. zu sammeln. • Leiten Sie die Kinder an, nacheinander ihre Materialien zu legen, stellen Sie eventuell eine Kerze in die Mitte. • Bei Gruppen über zehn Kindern zwei Mandalas legen lassen
Land-Art	52	<ul style="list-style-type: none"> • Gehen Sie zuerst mit der Klasse auf einen Spaziergang. • Aufträge siehe Vorlage
Meine Sandskulptur	53	<ul style="list-style-type: none"> • Klären Sie den Begriff „Skulptur“. • Stellen Sie Sand, einen Eimer und Werkzeuge, wie z. B. Löffel, Gabeln oder Schaufelchen, bereit. • Bei den Eimern muss der Boden entfernt werden. Dieser Arbeitsschritt kann auch vorab als Hausaufgabe gegeben werden.
Unser Sandmandala	54	<ul style="list-style-type: none"> • Hinweis zum Selbstfärben von Sand: Vogelsand oder Spielsand aus dem Baumarkt, leere Gläser mit Schraubverschluss, Wasser, Tinte oder Acrylfarbe bereitstellen • Alternativ: Gefärbten Sand im Bastelbedarf oder im Internet besorgen • Vorab den Schülern von Sandmandalas erzählen (wenn möglich, auch gern ein passendes Bild zeigen): „Tibetische Mönche gestalten Sandmandalas gemeinsam. Dies dauert mehrere Tage. Nachdem die Mandalas fertig sind, überlassen sie die Mandalas dem Wind und dem Regen. Die Mandalas werden zerstört.“ • Allein das Ansehen des Mandalas soll positiv wirken – das Gestalten erfüllt dies auf jeden Fall. • Für jüngere Kinder empfiehlt sich eine Vorlage, die mit dem Sand bestreut wird, ältere Kinder können selbst Mandalas entwickeln. • Als Werkzeuge eignen sich kleine Trichter oder selbst gebastelte Papiertüten mit einem feinen Loch unten, Schaschlikspieße, Zahnstocher, Eisstiele ... Lassen Sie die Kinder experimentieren und kommunizieren. • Es wird den Kindern ggf. nicht leichtfallen, das Mandala nicht zu fixieren, sondern auch dessen Zerstörung zuzulassen. • Damit das nicht ganz so schwerfällt, kann hier ein Foto erstellt und für die beteiligten Kinder kopiert werden.
Mein Achtsamkeitsbüchlein	55	<ul style="list-style-type: none"> • Zum Erstellen der individuellen Hefte schneiden Sie Seiten aus Tapetenmusterbüchern auf die Größe DIN A5 zu. • Kopieren Sie die Kopiervorlage auf Vorder- und Rückseite der Kopien, schneiden Sie sie zu, knicken Sie diese, legen Sie das Tapetenmuster darum und heften Sie das Heft. • Die erste Seite im Heft sollte eine Blankoseite sein, die die Kinder individuell gestalten können. • Klären Sie mit den Kindern den Auftrag, dass diese Aufgabe jeden Tag vor dem Schlafen gehen oder rückblickend auf den Vortag zu Beginn des Schultages bearbeitet wird. Die Kinder werden sich zu Beginn sehr konzentrieren müssen, um drei Dinge benennen zu können.

Hinweise zu den Materialien

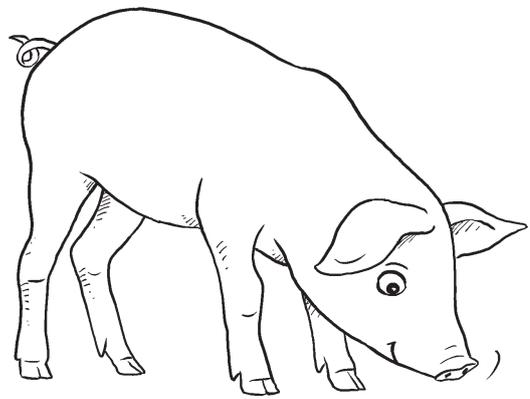
Kapitel/Materialvorlage	Seite	Hinweise zum Material und zur Vorbereitung/Durchführung
Viele Stunden Glück		
Mein getöpfertes Lieblingstier	56	<ul style="list-style-type: none"> • Als Vorbereitung zum Töpfeln legt man ein Brettchen bereit und feuchtet ein Baumwolltuch (Geschirrtuch) an. • Der Ton wird vor der Verarbeitung zunächst „geschlagen“, d. h., man schlägt ihn mehrmals auf die Unterlage. • Danach wird die Figur geformt: Sie darf nicht dicker sein, als auf der Tonmasse angegeben, ansonsten müssen die Figuren ausgehöhlt werden, sodass die Wände die Dicke, die zum Brennen angegeben wird, nicht überschreiten. Wird der Ton nicht gebrannt, spielt die Dicke des Aufbaus keine Rolle. • Teile, die der Figur hinzugefügt werden, werden „angeschlickert“, d. h., die beiden Seiten werden mit einem Zahnstocher o. Ä. angeritzt, gut befeuchtet und aneinandergeschlickert, indem man die Nähte sorgfältig verstreicht. • Der Ton muss vor dem Brennen ca. zehn Tage trocknen. Die Brennprogramme sind auf den Brennöfen vermerkt.
Was mich glücklich macht	57	<ul style="list-style-type: none"> • Vorab bietet sich eine Bildbetrachtung des Werks „Composition universelle“ von Joaquin Torres Garcia an: Was hat der Maler abgebildet? (Bilder des Originals finden sich im Internet.)
Das Glücks-Interview	58	<ul style="list-style-type: none"> • Für die Interviews werden Klemmmappen, Papier und Stifte benötigt.
Zum Glück gibt es Kinderrechte!	60	<ul style="list-style-type: none"> • Immer zehn Kinder arbeiten zusammen • Die Kinder sitzen in einem Stuhlkreis. • Die elf Kärtchen liegen in der Mitte. • Die Kinder wählen der Reihe nach jeweils ein Recht aus. • Anschließend liest jedes Kind sein Recht vor und legt es in die Mitte; nach und nach entsteht ein Kreis. • Die Karte mit der Aufschrift „Kinder haben Rechte“ wird in die Mitte des Kreises gelegt.
Das Glücksministerium	61	<ul style="list-style-type: none"> • Sehr gut vorbereiten: Es werden eine Weltkarte sowie Klebepunkte oder Pins benötigt. • Bhutan auf der Weltkarte finden, im Gespräch im Plenum über das Land erzählen: „Bhutan – das Land des Donnerdrachens – liegt im Himalaya. Das Königreich hat die Größe der Schweiz. Ungewöhnlich neben dem Ministerium für Glück ist auch, dass Bhutan den Umweltschutz in seine Verfassung aufgenommen hat. Bhutan ist ein armes Land, gehört aber nicht zu den ärmsten Ländern der Welt.“ • Wenn gewünscht, kann man die Kinder zum Ausmalen der Flagge die Farben recherchieren lassen.
Mein Glückstagebuch	62	<ul style="list-style-type: none"> • Herstellung der Hefte wie Seite 55 (Mein Achtsamkeitsbüchlein)
Reflexion		
Was ich über das Glück denke	64	<ul style="list-style-type: none"> • Als vorbereitende Aufgabe sollen die Kinder ein Foto von sich mitbringen. Ist das nicht möglich, kann die Erlaubnis der Eltern eingeholt werden, ein Foto des Kindes zu machen und auszudrucken.

Glücksbriefchen

Schreiben Sie Ihren Schülern ein Glücksbriefchen.



Käfer



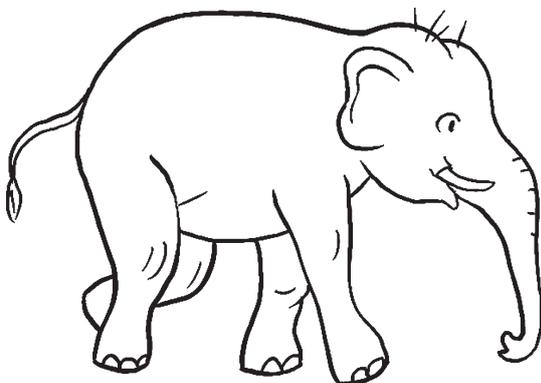
Schweinchen



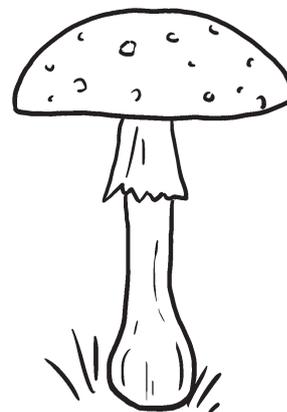
Schornsteinfeger



Drache



Elefant



Pilz



SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Kinder entdecken Glück und Achtsamkeit

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de

