

Glück gehabt

Das Unterrichtskonzept „Glück“ liefert einen Beitrag zur präventiven Unterstützung von Kindern in herausfordernden Zeiten. Das Thema ist für die Klassenstufen 3 und 4 konzipiert, denn die Kinder sollten bereits über eine gewisse Reflexionsfähigkeit verfügen. Neben der inhaltlichen Auseinandersetzung mit den eigenen Bedürfnissen und Ressourcen setzen sich die Kinder durch spielerische Übungen mit den unterschiedlichen Themen auseinander. Das positive Erleben sollte bereits im Unterricht spürbar sein. Deshalb sollte die Lehrkraft auf eine positive Atmosphäre achten und empathisch auf die momentane Bedürfnislage der Gruppe reagieren.

Die Unterrichtsreihe ist sowohl als Blockveranstaltung wie auch als modularer Unterricht durchführbar. Die Module sind miteinander kombinierbar. Besonders bei einer Blockveranstaltung ist darauf zu achten, dass zur Erhöhung der Nachhaltigkeit langfristig Bezug auf die Inhalte genommen wird. Hierbei können die „Elemente zur Verstetigung“ helfen. Die Wahrnehmung auf positive Dinge zu richten – gerade auch in schwierigen und herausfordernden Zeiten wie etwa während der Coronapandemie – fördert die Resilienz und damit die psychische Gesundheit der Schülerinnen und Schüler. Die Verringerung psychischer Belastungen ist ein wesentliches Anliegen der gesetzlichen Unfallversicherungsträger, die mit diesen Unterrichtsmaterialien zu ihrem Präventionsauftrag beitragen.

Es gibt innerhalb der verschiedenen Unterrichtsfächer viele Querverbindungen zum Themenkomplex „Glück“. Je nach inhaltlichem Schwerpunkt kann eine Verbindung zum Religions- oder Ethikunterricht, aber auch zum Kunst- oder Musikunterricht gezogen werden. Darüber hinaus ist das Themenfeld erweiterbar um verschiedene Aspekte, etwa Achtsamkeit, Konfliktfähigkeit und Resilienz. Im Sinne der Transfersicherung wäre es wünschenswert, wenn sich in der Klasse sogenannte „Glücks-Botschafter“ finden. Sie haben die Rolle, das Thema Glück im Klassenverband im Blick zu behalten und gegebenenfalls zu thematisieren.

Impressum

DGUV Lernen und Gesundheit, Glück, Februar 2022

Herausgeber: Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV), Glinkastraße 40, 10117 Berlin

Chefredaktion: Andreas Baader, (V.i.S.d.P.), DGUV, Sankt Augustin

Redaktion: Stefanie Richter, Universum Verlag GmbH, Wiesbaden, www.universum.de

E-Mail Redaktion: info@dguv-lug.de

Text: Dr. Annette Nolze, Langen



Internet-
hinweis



Arbeits-
blätter



Arbeits-
auftrag



Präsentation



Video



Didaktisch-
methodischer
Hinweis



Lehr-
materialien



Distanz-
unterricht

Geplante Zeit: 1 Unterrichtsstunde à 45 Minuten


Unterrichtsphase	Beschreibung	Sozialform, Methoden	Medien	Optional: Möglichkeiten zur Differenzierung
Einstieg	<p>Selbsteinschätzung: Wie glücklich fühlt ihr Euch gerade? Frage steht an der Tafel</p> <p>Smileys mit Abstufung von sehr glücklich bis traurig/un-glücklich. Kinder kleben Magnetpunkte an die für sie passende Stelle (oder machen einen Kreidestrich).</p> <p>Diese Übung kann als „Abholer“ vor jeder Unterrichtseinheit durchgeführt werden. Nach Abschluss der Stunde wird im Sinne einer Evaluation darauf Bezug genommen und geschaut, ob sich das Glücksempfinden verbessert hat.</p> <p>Lehrkraft leitet nun über zu der Frage: Was macht uns glücklich?</p> <p>Die Kinder äußern ihre Ideen und Vorschläge, die an der Tafel/ Flipchart bzw. dem Whiteboard/ gesammelt werden</p> <p>Diese offene Einstiegsfrage regt die Kinder zur Reflexion an. Interessant in der Diskussion ist, ob die Kinder eher Materielles nennen (z.B. „Meine neue Spielekonsole“) oder Aspekte wie Freundschaft, Zeit mit der Familie etc.</p>	<p>Tafelbild Plenum</p> <p>Sitzkreis</p> <p>Brainstorming</p>	<p>Tafelbild mit Kontinuum (5-Stufig) (Smileys von un-glücklich bis sehr glücklich)</p> <p>Magnetpunkte/Kreide</p> <p>.</p>	<div> Distanzunterricht: Falls Umfragen über das Videokonferenzsystem möglich sind: Abstimmen lassen. Ansonsten: Kinder halten ein entsprechendes Smiley (oder eine Zahl – 1 für glücklich, 5 für unglücklich) in die Kamera. </div> <div> Distanzunterricht: Verschriftlichung auf digitalem Whiteboard (z.B. Flinga) </div>
Verlauf/ Erarbeitung	<p>Überleitung zur Bedürfnispyramide (Maslow) auf Schaubild 1 „Was wir wirklich brauchen“. Die Lehrkraft stellt das Modell kindgerecht vor. Für die Kinder ist es wichtig, die eigenen Bedürfnisse zu kennen und auch verbalisieren zu können.</p> <p>Die Lehrkraft greift die Ergebnisse der Anfangsdiskussion auf.</p> <p>Fazit: Wenn grundlegende Bedürfnisse (Schlaf, Nahrung, Liebe, Sicherheit und auch Gruppenzugehörigkeit) erfüllt sind, macht auch Materielles glücklich.</p>	<p>Lehrervortrag</p>	<p>Schaubild 1 „Was wir wirklich brauchen“</p>	

Unterrichtsphase	Beschreibung	Sozialform, Methoden	Medien	Optional: Möglichkeiten zur Differenzierung
Verlauf/ Erarbeitung	<p>Die Lehrkraft kann darauf hinweisen, dass das Glücksempfinden in Bezug auf Materielles kürzer anhält als in Bezug auf Freundschaft und Familie.</p> <p>Kurzfristige Erfolge wie Tore schießen, Tennismatch gewinnen und Hobbys, in denen wir aufgehen, tragen ebenfalls zu unserem Wohlbefinden bei.</p>			
Sicherung	<p>Frage: Wenn es einen Zaubertrank geben würde, der glücklich macht, was müsste da alles hinein?</p> <p>Die Kinder bearbeiten Arbeitsblatt 1 „Mein Glücks-Zaubertrank“: Sie überlegen zuvor: Was sind die Glücks-Zutaten für meinen Glücks-Zaubertrank? Die Kinder malen, kleben, schreiben ihre Glücks- Zutaten in die Zaubertrankflasche.</p> <p>Die Zaubertrankflasche kann nach Belieben gestaltet werden (Fotos, Comics, Zeitungsausschnitte, Bilder, Wörter).</p> <p>Die wichtigsten persönlichen Werte werden besonders hervorgehoben.</p>	EA	<p>AB 1</p> <p>Eventuell Material (Zeitschriften etc.) zur Verfügung stellen</p>	
Ende Reflexion, Transfer, Ausblick	<p>Die Lehrkraft fasst die wichtigsten Lernelemente zusammen: Es gibt wichtige Werte, die uns glücklich machen. Dazu gehören Freundschaft, Zugehörigkeit und Wertschätzung.</p>	Lehrervortrag		

Geplante Zeit: 1 Unterrichtsstunde à 45 Minuten

Unterrichtsphase	Beschreibung	Sozialform, Methoden	Medien	Optional: Möglichkeiten zur Differenzierung
Einstieg	<p>Die Klasse diskutiert die Frage</p> <p>Was macht Freundschaft aus?</p> <p>In dieser Stunde reflektieren die Kinder, welche Werte ihnen in einer Freundschaft wichtig sind. Welche Bedeutung haben dabei Vertrauen und Wertschätzung?</p> <p>Um das Reflektierte zu veranschaulichen, werden wichtige Werte durch spielerische Übungen vertieft.</p> <p>Beispiel: Vertrauensübung</p> <p>Zweierteams bilden, ein Kind bekommt die Augen verbunden, das „blinde“ Kind wird durch Links-Rechts-Instruktionen über das „Klopfen“ auf den Rücken von dem anderen Kind durch den Raum geführt. Es darf nicht gesprochen werden!</p> <p>Anschließend Reflexion durch die Lehrkraft: Wie ist es euch ergangen?</p> <p>Das leitet über zu dem Aspekt: Wir möchten dazugehören! Warum ist uns Gruppenzugehörigkeit wichtig?</p>	<p>Plenum, Sitzkreis</p> <p>Tandems</p>	<p>Schals/Tücher zum Augen verbinden</p>	
Verlauf/ Erarbeitung	<p>Einige Kinder äußern sich zu den Fragen: <i>Hat schon einmal jemand bewusst gemerkt, wie schön es ist, zu einer Gruppe dazuzugehören? Oder hat jemand das Gefühl gehabt, irgendwo nicht dazuzugehören? Warum tut es weh, ausgegrenzt zu sein?</i></p> <p>Mit einem einfachen Spiel kann Gruppenzugehörigkeit erlebt werden. Die Lehrkraft legt die beiden Karten bzw. Blätter („Ich/Ich nicht“) mitinigem Abstand auf den Boden. Sie stellt einfache Fragen. Die Kinder sollen sich je nachdem, was zutrifft, zu einer der Karten stellen.</p>	<p>Plenum</p> <p>Spiel „Ich/Ich nicht“</p>	<p>DIN-A4-Blätter mit Aufschrift: „Ich“ bzw. „Ich nicht“</p>	

[illegible]

Unterrichtsphase	Beschreibung	Sozialform, Methoden	Medien	Optional: Möglichkeiten zur Differenzierung
Verlauf/ Erarbeitung	<p>Überleitung zum Aspekt Selbstwahrnehmung. Es tut gut, wenn wir etwas Nettes gesagt bekommen oder wenn wir merken, andere mögen uns. Aber an manchen Tagen ist alles verquer und wir denken: „Ich kann ja gar nichts“, „Ich bin ja so blöd“. Dabei ist das ja gar nicht so. Es gibt immer etwas, das man gut kann. Man muss es nur sehen.</p> <p>In Einzelarbeit sollen die Kinder folgende Fragen beantworten: <i>Was kann ich gut? (Gib drei Antworten!)</i> <i>Das mag ich an mir ...</i> <i>Worauf bin ich stolz?</i></p> <p>Spiel: Ausgehend von den gesammelten Inhalten denken sich die Kinder Indianernamen anhand ihrer besonderen Stärken aus (z. B. „Fleißige Eule“ oder „Schneller Fuchs“). Anschließend raten die anderen Kinder, welchen Namen sich ein Kind ausgedacht hat.</p> <p>Sollte der Name nicht erraten werden, können die Kinder ihn auch pantomimisch darstellen und die anderen raten lassen. Wenn ein Kind dies nicht möchte, kann es seinen Indianernamen den anderen sagen.</p> <p>Als Erinnerung an die Indianerübung können die Kinder einen Traumfänger basteln. Der Name, den sich die Kinder basierend auf den eigenen Stärken gegeben haben, kann auf ein Stück Pappe oder Leder geschrieben und an die Traumfängerschnüre geknotet werden.</p> <p>Optional Exkurs: Besonderheit Freundschaft in Zeiten der Coronapandemie: Aufgrund der Coronapandemie kann man seine Freundinnen und Freunde oftmals nicht so treffen wie normal. Vielleicht ist man selbst in Quarantäne oder aber ein Teil aus dem Freundeskreis. Man kann sich eventuell nur in kleineren Gruppen oder einzeln treffen. Vielleicht erlauben die Eltern nur ein Treffen draußen. Kindergeburtstage können teilweise gar nicht – oder wenn doch – nur in einem kleinen Rahmen gefeiert werden. Gleichzeitig sind gerade jetzt – in Zeiten der</p>	<p>EA</p> <p>Plenum</p>	<p>Einfache Anleitung für Traumfänger aus Naturmaterialien: https://kurzelinks.de/qhk8 oder etwas aufwendiger: https://kurzelinks.de/tv3r</p>	<p>Wenn ausreichend Zeit ist: Um Kinder spüren zu lassen, wie gut es tut, von anderen Anerkennung zu erfahren, bietet sich die „warme Dusche“ an. Dabei sitzt ein Kind in der Mitte und bekommt reihum von den Mitschülerinnen und Mitschülern etwas Nettes gesagt.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ich mag dich, weil ... - Ich schätze an dir, dass ... <p> Das funktioniert auch online im Distanzlernen.</p>

Unterrichtsphase	Beschreibung	Sozialform, Methoden	Medien	Optional: Möglichkeiten zur Differenzierung
Verlauf/ Erarbeitung	<p>Unsicherheit und Belastungen durch die Pandemie – für viele Kinder Freundschaften besonders essenziell. Sie geben den Kindern Halt. Mit Freunden und Freundinnen können sie sich auf Augenhöhe über mögliche Ängste und Sorgen austauschen.</p> <p>Die Lehrkraft thematisiert die Problematik im Plenum (Sitzkreis) und moderiert einen Austausch darüber, wie die Situation bei den Kindern momentan wahrgenommen wird.</p> <p>Die Kinder erarbeiten anschließend, wie man auch unter Kontaktbeschränkungen Freundschaften pflegen kann:</p> <p>Think–Pair–Share <i>Wie kann man in Zeiten der Kontaktbeschränkungen, wenn man sich nicht regelmäßig außerhalb der Schule treffen kann, Freundschaften pflegen?</i></p> <p>Mögliche Lösungen: Videotelefonie, Gesellschaftsspiele spielen und parallel telefonieren oder „skypen“, klassisch über Festnetz telefonieren, Briefe/Nachrichten schreiben, kleine Videos aufnehmen und per Mail verschicken, Freundschaftsbändchen knüpfen, falls möglich sich draußen Treffen, Inliner/ Fahrrad fahren etc.</p> <p>Die Lehrkraft visualisiert die wichtigsten Erkenntnisse auf dem Whiteboard.</p>	<p>Sitzkreis</p> <p>Partnerarbeit (Think – Pair – Share)</p> <p>Whiteboard</p>	<p>Hinweis zur Methode: https://grundschulportal.zum.de/wiki/Think_Pair_Share</p>	<p>Je nach Alter der Kinder und Reflexionsstärke der Gruppe kann diese Übung entweder in Kleingruppen (Dreiergruppen) oder im Plenum erfolgen.</p>
Sicherung	<p>Transfer in den Alltag: Die Kinder nehmen sich einen Aspekt zum Freundschaftspflegen als Hausaufgabe vor.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Freundschaftsbändchen basteln und einem Freund/einer Freundin schenken • jemandem ein Bild malen • jemandem einen „Ich-mag-dich-Brief“ schreiben • Freund/Freundin, den/die man lange nicht gesprochen hat, anrufen 			
Ende	<p>Zusammenfassung durch die Lehrkraft: Freundschaften sind sehr wichtig für unser Wohlbefinden. Freunde unterstützen uns und geben uns Halt. Wir alle möchten irgendwo dazugehören. Freundschaften müssen jedoch auch gepflegt werden. Manchmal sind es schon Kleinigkeiten, mit denen wir Freunden und Freundinnen eine Freude machen können.</p>			

Tabellarische Verlaufsplanung

Thema der Stunde: Emotionen

Geplante Zeit: 1 Unterrichtsstunde à 45 Minuten

Vorplanung/nötige Organisation im Vorfeld: Kopien anfertigen für die „Gefühlsuhr“, je eine Musterbeutelklammer pro Kind, Kinder an Bastelmaterial (Schere, Stifte) erinnern, „Gefühlskärtchen“ vorbereiten, „Lostopf“ (Mütze, Beutel, Karton, ...)

Unterrichtsphase	Beschreibung	Sozialform, Methoden	Medien	Optional: Möglichkeiten zur Differenzierung
Einstieg	Gefühle machen uns Menschen aus. Wir können fröhlich sein, aber manchmal auch traurig. Gefühle leiten unser Verhalten. Für unser Miteinander ist es wichtig, auch mal zu sagen: Das hat mich traurig gemacht! Manchmal hilft es schon, eigene Gefühle zu benennen, damit es einem besser geht.			
Verlauf/ Erarbeitung	<p>Impulsfrage: Welche Gefühle gibt es?</p> <p>Ziel: Die Kinder lernen Ausdrucksformen verschiedener Gefühle kennen. Dies schafft die Voraussetzung, um eigene Emotionen verbalisieren zu können.</p> <p>Spiel: Gefühlspantomime Aus einem „Lostopf“ ziehen die Kinder jeweils ein von der Lehrkraft vorbereitetes Kärtchen (beschrifteter Zettel). Auf jedem ist ein Gefühl benannt. Jedes Kind stellt seinen Begriff pantomimisch dar, die anderen Kinder raten.</p> <p>Reflexionsphase:</p> <p><i>In welcher Situation treten welche Emotionen auf? Warum sind ungute Gefühle wie Wut und Traurigkeit okay? Was kann man tun, wenn man sich traurig fühlt?</i></p>	Plenum	<p>Lostopf Gefühlskärtchen mit den Begriffen (Beispiele)</p> <ul style="list-style-type: none"> • neugierig • fröhlich • stolz • unruhig • ratlos • enttäuscht • mutig • dankbar • überglücklich • verwirrt • ängstlich • angespannt • überrascht • peinlich • gut gelaunt • verliebt • traurig • wütend • frustriert <p>Linktipp: 10 Tipps gegen Traurigkeit https://kurzelinks.de/ilur</p>	
Ende/Ausblick	Die Lehrkraft verteilt an jedes Kind das Arbeitsblatt 2 „Gefühlsuhr“. Dieses soll von den Kindern nach Anweisung gebastelt und individuell ausgestaltet werden. Je nach Gefühlslage zeigt der Zeiger auf das entsprechende Feld. Die Lehrkraft kann die Gefühlsuhr als regelmäßiges Ritual außerhalb dieser Unterrichtsreihe einführen (jedes Kind zeigt zu Beginn des Unterrichts seine Gefühlslage anhand der Uhr). Hier bieten sich Anknüpfungspunkte für wertschätzende Gespräche („Ich sehe, du bist traurig. Möchtest du darüber sprechen?“)	AB 2		<p>Die Kinder benötigen evtl. Hilfe beim Befestigen der Musterbeutelklammern.</p> <p>Kann als Hausaufgabe aufgegeben werden</p>

Geplante Zeit: 1 Unterrichtsstunde à 45 Minuten

Unterrichtsphase	Beschreibung	Sozialform, Methoden	Medien	Optional: Möglichkeiten zur Differenzierung
Einstieg	<p>Impuls zum Einstieg: Die Lehrkraft zeigt Schaubild 2 „Glücklich sein ist Einstellungssache“.</p> <p><i>Was seht ihr auf dem Bild?</i></p> <p>Einige Schülerinnen und Schüler kommen zu Wort.</p> <p>Moderation: <i>Man kann alles von zwei Seiten sehen: Das Glas ist halb leer oder halb voll.</i></p> <p><i>Die Kinder auf dem Bild zeigen ein überraschendes Verhalten. Eigentlich müsste sich das Kind auf dem ersten Platz doller freuen. Was meint ihr, warum?</i></p> <p><i>Vielleicht hat das Kind auf dem dritten Platz vorher noch nie einen Pokal erhalten.</i></p> <p><i>Wir entscheiden über unsere Gefühle, je nachdem, wie wir etwas bewerten bzw. auf welche Seite wir schauen (positiv oder negativ).</i></p> <p>Etwas eher positiv zu sehen, kann man sogar üben.</p> <p>Lehrkraft: <i>Stellt euch vor, ihr guckt aus dem Fenster und es regnet. Jetzt könntet ihr sagen: „Bäh, Regen!“ Oder vielleicht auch: „Yeah, es regnet, da zieh ich mir Gummistiefel an und ab geht’s – ich spring in die Pfützen.“ Oder wenn es geschneit hat, kann man den Schnee angucken und denken: „Oh nein – so viel Arbeit! Jetzt muss ich den Bürgersteig freiräumen!“ oder „Yippie – lass uns eine Schneeballschlacht machen!“</i></p> <p>Nun werden Vierergruppen gebildet. Die Schülerinnen und Schüler überlegen sich mindestens eine Situation, die man von zwei Seiten sehen kann, und stellen sie der Klasse vor.</p>	<p>Plenum Lehrervortrag</p> <p>GA, anschließend Reflexion im Plenum</p>	Schaubild 2	

Unterrichtsphase	Beschreibung	Sozialform, Methoden	Medien	Optional: Möglichkeiten zur Differenzierung
Verlauf/ Erarbeitung	<p>Exkurs: Positive Wahrnehmung in Coronazeiten</p> <p>Lehrkraft: <i>Gucken wir uns mal die aktuelle Situation mit Corona an. Zugegeben: Es gibt ganz schön viel, was uns einschränkt. Wir vermissen vielleicht unsere Freunde, unsere Hobbys... aber gibt es vielleicht auch etwas, das in dieser Zeit schön ist?</i></p> <p>Die Lehrkraft zeigt Schaubild 3 „Waage“: Die erste Abbildung zeigt eine Waage im Ungleichgewicht: Auf der schweren Seite stehen Wörter wie Angst vor Ansteckung, Unsicherheit, enge Wohnung, Isolation, keine Freunde, Sportgruppen fallen aus etc.</p> <p>Die zweite Abbildung zeigt eine Waage im Gleichgewicht mit den Punkten von Abbildung 1 auf der einen Seite und einem Freifeld auf der anderen Seite der Waage. Die Kinder sammeln Dinge, die sie in der momentanen Situation positiv bewerten, die Lehrkraft notiert sie an der Tafel/ Whiteboard.</p> <p>Mögliche Ergebnisse: Homeoffice der Eltern, mehr Zeit mit den Eltern und Geschwistern, gemeinsames Mittagessen, weniger Freizeitstress, neue Haustiere, neue Hobbys (Musikinstrument, Inliner fahren, Filme drehen), mehr Zeit in der Natur etc.</p> <p>Anschließend spricht die Klasse darüber und die Lehrkraft fasst die wesentlichen Punkte zusammen. Oft genügt es schon, Schönes bewusst wahrzunehmen und nicht mehr alles in grauen Farben zu sehen.</p> <p>Fazit: Es sind auch die kleinen Dinge, die Freude machen können: Ein nettes Wort im richtigen Moment, eine schöne Blume, die am Wegesrand wächst. Die Sonne, die uns beim Fahrradfahren ins Gesicht scheint.</p>	Plenum	Schaubild 3 „Waage“	Das Schaubild kann auch wie ein Arbeitsblatt eingesetzt werden. Dazu wird die zweite Abbildung für jedes Kind kopiert. Sie schreiben oder malen in EA „schöne“ Dinge auf die freie Seite der Waage.

Unterrichtsphase	Beschreibung	Sozialform, Methoden	Medien	Optional: Möglichkeiten zur Differenzierung
Verlauf/ Erarbeitung	<p>Gerade in der Natur „erden“ wir Menschen uns und finden Zugang zu positiven Gedanken.</p> <p>Wenn es die räumlichen Möglichkeiten erlauben, geht die Lehrkraft mit den Schülern und Schülerinnen ins Freie. Es geht darum, draußen bewusst Gerüche, Geräusche und Farben wahrzunehmen</p> <p>Auftrag: Nennt drei Dinge, die jetzt schön sind (Sonne, Matsch, bunte Blätter etc.). Diese Übung fördert die Achtsamkeit und positive Wahrnehmung.</p> <p>Aber: Es ist immer leicht gesagt: Denk doch mal positiv. In der Wirklichkeit ist das oft gar nicht einfach. Sogenannte Anker zu bilden, kann helfen. Das sind z. B. Musik, Düfte, Bilder.</p> <p>Die Lehrkraft stellt den jeweiligen Anker vor und leitet anschließend eine Reflexion darüber ein (im Sinne von „Wer kennt das? Wer hat Beispiele dafür?“)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Musik: Lieblingslieder versetzen einen in ein positives Grundgefühl. → Playlist mit Wohlfühlmusik zusammenstellen • Duft, der an Schönes erinnert (z. B. Sonnencreme, die an den vergangenen Sommerurlaub erinnert) • Bilder/Fotos, die an etwas Schönes erinnern <p>Die Schülerinnen und Schüler gestalten nun selbst ein eigenes, individuelles Anker-Bild, das sie an eine schöne Erfahrung erinnert und dieses positive Gefühl wieder erleben lässt.</p> <p>Ziel ist es, ein langfristiges Element zu erschaffen, mit dessen Hilfe man seine Stärken und positiven Assoziationen im Alltag in Erinnerung rufen kann. Durch das Malen auf Leinwand wird ein bleibendes Erinnerungsbild geschaffen.</p> <p>Damit die Wertigkeit herausgestellt wird, bietet es sich an, wenn möglich mit Abtönfarben auf gerahmte Leinwände in</p>	<p>Gruppenerleben</p> <p>Ggf. je nach Gruppengröße Kleingruppen bilden</p> <p>Unterrichtsgespräch</p> <p>EA</p>	<p>Leinwände (1 pro Kind), Malutensilien</p>	

Unterrichtsphase	Beschreibung	Sozialform, Methoden	Medien	Optional: Möglichkeiten zur Differenzierung
Verlauf/ Erarbeitung	<p>einem besonderen Format (z. B. 20 x 40 cm) zu malen (am besten im Werkraum!).</p> <p>Die Kinder stellen sich eine Situation vor, in der sie sich besonders wohlfühlt haben oder in der sie sich als besonders mutig oder stark wahrgenommen haben. Diese Situation malen sie auf die Leinwände, die sie nach dem Trocknen mit nach Hause nehmen können.</p>			
Sicherung	<p>Wer mag, darf sein Bild den anderen erklären, aber das ist kein Muss.</p> <p>Hausaufgabe 1: Glücksmurmeln Jedes Kind bekommt drei Glücks- Murmeln. Zu Hause steckt es sich sie in die Hosentasche. Immer, wenn man etwas Schönes erlebt oder wahrnimmt wandert eine Murmel in die andere Tasche. Am Abend schaut man, wie viele Kugeln in der Glückstasche hat und erinnert sich an das Schöne.</p> <p>Hausaufgabe 2: Glückstagebuch Abends zurückschauen und aufschreiben, was heute schön war. Das können auch ganz kleine Dinge sein. Ein Lächeln, ein schönes Spiel mit der Schwester, ein schönes Abendessen ohne Streit.</p>		Murmeln (3 pro Kind)	
Ende Reflexion, Transfer, Ausblick	<p>Als Projekt kann dieses Tagebuch auch im Unterricht gestaltet werden.</p> <p>Die Lehrkraft fasst die wichtigsten Punkte zusammen und holt Feedback seitens der Lernenden ein.</p>		Ggf. DIN-A5-Ringbücher als Vorlage eines Glückstagebuchs	