



## GEFÜHLE & EMOTIONEN

	Inhalt	Anleitung	Material
Intro	Stimmungsbild der Klasse	Die 3 Wetterbilder in der Klasse aufhängen, jedes Kind klebt einen Sticker auf das für sich passende Bild	Wetterbilder
	Regeln wiederholen	1. Wir machen alles gemeinsam und lachen niemanden aus. 2. Wir hören zu und lassen ausreden. 3. STOPP	
	Stundenthema vorstellen	Gefühle und Kommunikation	
	Einstieg Gefühle	Icebreaker-Ball Spiel: Der Ball wird zufällig geworfen, wer den Ball fängt sagt wie er sich fühlt, wie es ihm heute geht. Alle kommen dran.	Ball
Stundenthema – Gefühle & Emotionslagen	Was sind Gefühle?	Ideensammlung Ist es wichtig zu wissen was ich fühle? Kinder Antworten lassen. (Ja denn meine Gefühle verraten mir wie es mir geht. Ob mir eine Situation gut tut.)	
	Gefühle erarbeiten	Es wird immer eine Gefühlskarte in die Mitte gelegt und gemeinsam überlegt, wie sich dieser fühlt. Gefühl danach auflösen und bei negativem Gefühl gemeinsam überlegen, was man tun könnte, um sich besser zu fühlen.	Gefühlskarten
	Pantomime	Kreissspiel.-Sie zeige eine Gefühlskarte, die pantomimisch dargestellt werden soll. Alle zur gleichen Zeit stellen das Gefühl dar. Kinder darauf aufmerksam machen, dass dies oft sehr unterschiedlich aussieht..	Gefühlskarten
Zeig deine Emotionen	Rollenspiel	Kreissspiel: Kärtchen wo verschiedene Situationen beschrieben sind werden gezogen. Sie lesen laut vor und die Kinder stellen ein für sie passendes Gefühl dazu dar. Die Kinder dazu ermutigen sich danach umzusehen ob jeder das Gleich fühlt. (Situationen lösen bei jedem andere Gefühle aus, nicht jeder freut sich z.B.: über eine Geburtstageinladung) Nachbesprechen ob dies den Kindern aufgefallen ist. Darüber sprechen warum das so ist.	Situationskarten

