



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 |

