

Chantal Daniela Horst

Meine Gefühle – deine Gefühle

Eine Lernwerkstatt für Klasse 4–6

WERKSTATTLERNEN
ETHIK

In diesem Werk sind nach dem MarkenG geschützte Marken und sonstige Kennzeichen für eine bessere Lesbarkeit nicht besonders kenntlich gemacht. Es kann also aus dem Fehlen eines entsprechenden Hinweises nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

© 2018 Lernbiene Verlag, Augsburg
AAP Lehrerwelt GmbH
Alle Rechte vorbehalten.

Das Werk als Ganzes sowie in seinen Teilen unterliegt dem deutschen Urheberrecht. Der*die Erwerber*in der Einzellizenz ist berechtigt, das Werk als Ganzes oder in seinen Teilen für den eigenen Gebrauch und den Einsatz im eigenen Präsenz- oder Distanzunterricht zu nutzen.

Produkte, die aufgrund ihres Bestimmungszweckes zur Vervielfältigung und Weitergabe zu Unterrichtszwecken gedacht sind (insbesondere Kopiervorlagen und Arbeitsblätter), dürfen zu Unterrichtszwecken vervielfältigt und weitergegeben werden. Die Nutzung ist nur für den genannten Zweck gestattet, nicht jedoch für einen schulweiten Einsatz und Gebrauch, für die Weiterleitung an Dritte einschließlich weiterer Lehrkräfte, für die Veröffentlichung im Internet oder in (Schul-)Intranets oder einen weiteren kommerziellen Gebrauch. Mit dem Kauf einer Schullizenz ist die Schule berechtigt, die Inhalte durch alle Lehrkräfte des Kollegiums der erwerbenden Schule sowie durch die Schüler*innen der Schule und deren Eltern zu nutzen. Nicht erlaubt ist die Weiterleitung der Inhalte an Lehrkräfte, Schüler*innen, Eltern, andere Personen, soziale Netzwerke, Downloaddienste oder Ähnliches außerhalb der eigenen Schule. Eine über den genannten Zweck hinausgehende Nutzung bedarf in jedem Fall der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlags.

Sind Internetadressen in diesem Werk angegeben, wurden diese vom Verlag sorgfältig geprüft. Da wir auf die externen Seiten weder inhaltliche noch gestalterische Einflussmöglichkeiten haben, können wir nicht garantieren, dass die Inhalte zu einem späteren Zeitpunkt noch dieselben sind wie zum Zeitpunkt der Drucklegung. Der Lernbiene Verlag übernimmt deshalb keine Gewähr für die Aktualität und den Inhalt dieser Internetseiten oder solcher, die mit ihnen verlinkt sind, und schließt jegliche Haftung aus.

Autor*innen Chantal Daniela Horst
Coverfoto © jakkapan – Adobe Stock
Illustrationen Anja Freudiger
Fotos © Chantal Daniela Horst

ISBN 978-3-95664-503-7
www.lernbiene.de

Inhalt



Erläuterungen	4
Laufzettel	7
Auftragskarten	8
Stationen	
Station 1 – Optische Täuschung	16
Station 2 – Was siehst du?	17
Station 3 – Gesichter und Wahrnehmungen	18
Station 4 – Spieglein, Spieglein ...	20
Station 5 – Das Schokolinsen-Spiel	21
Station 6 – Domino	22
Station 7 – Gebärdensprache	24
Station 8 – Es gibt keine falschen Gefühle	26
Station 9 – Zwei Wölfe	27
Station 10 – Woher kommen meine Gefühle?	29
Station 11 – Was kann ich kontrollieren?	30
Station 12 – Die Goldene Regel im Einsatz	32
Station 13 – Die Goldene Regel und ich	33
Station 14 – Der kategorische Imperativ	34
Station 15 – Immanuel Kant	36
Station 16 – Lernzielkontrolle	37
Lösungen	
Lösung Station 2 – Was siehst du?	38
Lösung Station 3 – Gesichter und Wahrnehmungen	39
Lösung Station 7 – Gebärdensprache	40
Lösung Station 9 – Zwei Wölfe	42
Lösung Station 11 – Was kann ich kontrollieren?	43
Lösung Station 12 – Die Goldene Regel im Einsatz	44
Lösung Station 14 – Der kategorische Imperativ	45
Lösung Station 15 – Immanuel Kant	46
Lösung Station 16 – Lernzielkontrolle	47
Achtsamkeit und Entspannung im Schulalltag	
Achtsamkeit: Geheime Mission	48
Achtsamkeit: Atemübungen mit Würfel	49
Entspannung: Die Traumreise	51



Meine Gefühle – deine Gefühle

von Chantal Daniela Horst
mit Illustrationen von Anja Freudiger

Bei allem, was wir tun, begleiten uns unsere Gefühle. Sie bestimmen, wie es uns geht, und oft beeinflussen sie, wie wir Entscheidungen treffen. Dabei sind wir uns im Alltag häufig gar nicht bewusst, was wir gerade fühlen. Mit dieser Werkstatt lernen die Kinder, wie Gefühle entstehen. Abwechslungsreiche Methoden leiten sie dazu an, auf sie zu achten, sie wahrzunehmen, zu benennen und auszudrücken. Neben den eigenen Gefühlen liegt der Fokus auch auf denen der anderen. So führt das Material die Kinder sanft an grundlegende ethische Themenstellungen heran.

Inhalte und Zielsetzungen

Die Werkstatt erarbeitet informativ und kreativ folgende Teilbereiche und Aspekte der Thematik „Gefühle“:

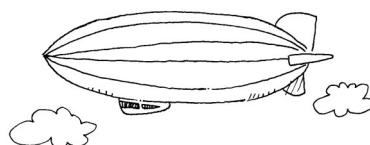
- Differenzieren der Begriffe „Wahrnehmung“ und „Wirklichkeit“
- Bewusstmachen der eigenen Gefühle
- Reflexion darüber, wie Gefühle entstehen
- Nachdenken über die Gefühle der Mitmenschen
- Achtsamkeits- und Entspannungsübungen als Zusatzangebote



Zielgruppe

Das Material ist für die Jahrgangsstufen 4–6 der Regelschule konzipiert, jedoch ist es möglich, einzelne Teile beziehungsweise Kapitel des Materials auch im sonderpädagogischen Setting einzusetzen. Um einen stufengerechten Einsatz zu gewährleisten, können Sie vor Beginn der Arbeit am Material beispielsweise ein „stummes Gespräch“ durchführen.

Dabei liegt ein großes Plakat in der Mitte eines Sitzkreises. Darauf steht ein Stichwort oder Satz, zum Beispiel „Gefühle“. Die Schülerinnen und Schüler notieren auf dem Plakat alles, was ihnen dazu in den Sinn kommt – ohne zu sprechen. Werten Sie das Plakat anschließend aus, um Hinweise auf die Konzepte der Lernenden zu bekommen.





Aufbau

Die Werkstatt gliedert sich in sechs Teile, die den fünf oben genannten thematischen Teilbereichen entsprechen:

1. Stationen 1–3: Wahrnehmung und Wirklichkeit
2. Stationen 4–6: Eigene Gefühle
3. Stationen 7–11: Wie Gefühle entstehen
4. Stationen 12–15: Die Gefühle der anderen
5. Station 16: Lernzielkontrolle
6. Zusatzangebote: Achtsamkeits- und Entspannungsübungen



Die Stationen stellen die Kernelemente des Materials dar. Sie beinhalten einerseits einen informativen Teil, in dem die Lernenden entweder thematisch passende Informationstexte lesen oder sich auf andere Weise die benötigten Informationen und Wissensgrundlagen beschaffen. Andererseits haben wir bei der Erstellung Wert darauf gelegt, auch kreative Angebote in den einzelnen Stationen zu verankern. Darüber hinaus gibt es Angebote mit kooperativen Lernformen. Dies trägt der Verbindung von Sach-, Selbst- und Sozialkompetenz Rechnung.

Zu jeder Station gibt es eine Auftragskarte. Es ist sinnvoll, sie vor Gebrauch zu laminieren oder in eine Klarsichthülle zu stecken. Im Anschluss an diese Erläuterungen finden Sie einen Laufzettel, den die Kinder verwenden können, um abzuheben, welche Stationen sie schon bearbeitet haben. Auf diesem haben Sie die Möglichkeit, nach entsprechender Gegenkontrolle die Stationen zu unterschreiben. Wir empfehlen deshalb, den Laufzettel für alle Lernenden einmal zu kopieren. Die Zusatzangebote können Sie mit der ganzen Klasse gleichzeitig durchführen und müssen sie daher nicht zwangsläufig für alle Schülerinnen und Schüler kopieren.

Zu allen Aufgaben, auf die es allgemeingültige Antworten gibt, finden Sie am Ende des Materials Lösungen. Zur Verwendung gibt es verschiedene Möglichkeiten: Stellen Sie die Lösungen an einer Lösungsstation im Klassenzimmer zur Verfügung, sodass sich die Kinder eigenständig kontrollieren können, oder sammeln Sie die Ergebnisse am Ende ein und korrigieren Sie sie. In manchen Klassen empfiehlt es sich auch, die Ergebnisse trotz einer Lösungsstation noch einmal zu kontrollieren.





Einsatz des Materials

Wir haben das Material für die eigenständige Werkstattarbeit konzipiert. Dabei sollten die Kinder die Werkstatt allerdings chronologisch bearbeiten. Die jeweils ersten Arbeitsaufträge einer Station sind einfacher, dann steigt der Schwierigkeitsgrad an. Besonders die Stationen rund um den kategorischen Imperativ und Immanuel Kant verlangen eine hohe kognitive Eigenleistung vonseiten der Schülerinnen und Schüler.

Schließen Sie die Arbeit am Thema „Gefühle“ mit den Achtsamkeits- und Entspannungsübungen ab. Die Traumreise sollten Sie den Schülern am besten vorlesen. Die anderen Übungen können die Kinder eigenständig durchführen.

Vorbereitungen zu einzelnen Stationen

- Für Station 1 brauchen die Kinder Klebestreifen, farbiges Tonpapier, Leim, eine Schere, einen Bleistift, lange Zahnstocher und verschiedene Filzstifte.
- Für Station 4 brauchen sie einen Spiegel.
- Stellen Sie für Station 5 verschiedenfarbige Schokolinsen (z. B. M&M's) in einer geschlossenen Schachtel zur Verfügung.
- Für die Stationen 6 und 8 brauchen die Kinder Scheren, für Station 8 außerdem Buntstifte.
- Für die Stationen 7, 9 und 14 werden Marker gebraucht.
- Am Ende von Station 8 bringen Ihnen die Kinder eine Gefühlsblume. Unser Vorschlag: Hängen Sie die Blumen im Klassenzimmer auf, sodass ein „Gefühlsgarten“ entsteht. Als Überschrift können Sie zum Beispiel notieren: „Gefühlsgarten – alle Gefühle sind willkommen.“
- Für Station 10 brauchen die Kinder Buntstifte und jeweils eine Schere.
- Um den Würfel im Anhang zu basteln, brauchen die Kinder Klebstoff und Scheren.

Rückmelden und Beurteilen

Folgende Beurteilungsformen sind für diese Werkstatt denkbar:

- Beurteilen der Ergebnisse: Anhand im Voraus festgelegter Kriterien beurteilen Sie das Heft oder den Ordner mit den bearbeiteten Stationen.
- Prozessbezogene Beobachtungen: Führen Sie gezielte und strukturierte Beobachtungen der Lernenden während der Arbeitsphasen durch. Hierfür empfehlen wir, vorab einen Beobachtungsbogen zu erstellen.
- Beurteilen in Form einer Leistungskontrolle: Die Werkstatt beinhaltet eine Lernzielkontrolle (Station 16). Die Kinder können die Ergebnisse dabei selbst an der Lösungsstation kontrollieren.



Wir wünschen Ihnen viel Freude und Erfolg beim Einsatz dieses Materials!