



<p>Inhalte: I. 2c. Begegnung mit dem Ich ⇒ Eigene Gefühle wahrnehmen und den Umgang damit erlernen</p> <p>Material: Geschichte „Schildis Panzer“ mit Bildkarten zur differenzierten Erarbeitung von Gefühlen</p>	<p><u>Bildungsplanbezug/Leitperspektiven:</u></p> <p>BP GS 2016: Prävention und Gesundheitsförderung Kl. 1/2: Mensch 3.1.1. (1) (2); Gott 3.1.4. (2) Kl. 3/4: Mensch 3.2.1. (1) (2); Welt u. Verantwortung 3.2.2. (1)</p> <p>BP Sek I 2016: Prävention & Gesundheitsförderung Kl.5/6: Mensch 3.1.1. (1); Welt u. Verantwortung 3.1.2. (2)</p>
<p><u>Didaktische Überlegungen:</u></p> <p>Die Schüler*innen</p> <ul style="list-style-type: none"> • nehmen belastende Lebenssituationen, Konflikte, eigene Ängste, Befürchtungen, Grenzsituationen bewusst wahr und stellen diese Gedanken und Gefühle dar. • lernen eigene Gefühle zuzulassen und anzunehmen. • entwickeln neue Positionen (Perspektivenwechsel) und Lösungswege sowie individuell geeignete Handlungsmöglichkeiten für einen konstruktiven, verantwortlichen Umgang mit schwierigen, belastenden Situationen. 	
<p><u>Material:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • „Schildis Panzer“ aus: 55 Geschichten für den Ethik- und Religionsunterricht, Aline Kurt, Verlag an der Ruhr, S. 45-47, <i>Signatur: 15.02.2.146</i> • GS: Bildkarten Gefühle für Kindergarten und Grundschule, Monika Bücken-Schaal, Don Bosco Verlag, <i>Signatur: 15.06.11</i> • Sek I: Emotionen: Fotokarten für Inspiration und Coaching, Claus Heragon, Heragon Verlag, <i>Signatur: 15.06.21</i> 	
<p><u>Beschreibung:</u> Geschichte: „Schildis Panzer“ und Frageimpulse aus dem Buch, Darstellung der Gefühle auf den Karten</p>	
<p><u>Unterrichtsvorschläge zur ressourcenorientierten Stärkung im RU:</u> Voraussetzung: vertraute Atmosphäre durch Musik, Stille...</p>	
<p>Einsatz des o.g. Materials: Die Impulsgeschichte dient der Wahrnehmungsaktivierung. Sie lädt dazu ein in sich selbst hinein zu horchen und Gefühle wahrzunehmen. Die Gefühlskarten sollen Ausgangspunkt sein für</p> <ul style="list-style-type: none"> • Assoziieren mit den Gefühlen • Impulse zum freien Erzählen • Gestaltung leerer Kreise zu Emojis • freies, kreatives Schreiben • das Gestalten einer Schildkröte • freies kreatives Malen 	<p>Weitere Unterrichtsideen:</p> <p>Übungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • durch Körperwahrnehmungsübungen, Atem- oder Entspannungsübungen die Wahrnehmung der eigenen Befindlichkeit anbahnen <p>Gefühls-Runde</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pantomime: Durch Mimik und/oder Körperhaltung eigene Befindlichkeit darstellen • Emojis gestalten oder auswählen und präsentieren <p>Stimmungsbarometer als Drehscheibe für die jeweilige Stimmung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ritual (GS): Stein, Blume (Feder), Kerze



- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Bildbeschreibungen / Bildvergleiche• Pantomime | <ul style="list-style-type: none">• Spirit Cloud (Sek. I): Thema „Gefühle“, Wortwolke am PC gestalten• Affirmationen (Sek I): Dos and Don'ts |
|---|---|

Weiterführendes Material:

- Kinder zeigen Stärke, aus: Kleine Leute - Großer Gott, Material für Gottesdienste mit 3- bis 6-Jährigen, SCM Verlag, *Signatur* 17.04.2.109/11
- GS „Fit von klein auf – Meine Gefühle Deine Gefühle - Stinksauer und gut drauf, [http://www.fitvonkleinauf.de/fileadmin/user_upload/PDF/Grundschule/Unterrichtsbausteine/Stinksauer - LK JgSt. 1 2 .pdf](http://www.fitvonkleinauf.de/fileadmin/user_upload/PDF/Grundschule/Unterrichtsbausteine/Stinksauer_-_LK_JgSt._1_2_.pdf)
- Angst und Mut, Planet Schule <https://www.planet-schule.de/wissenspool/knietzsche-der-kleinste-philosoph-der-welt/inhalt/unterricht/angst.html> und <https://www.planet-schule.de/wissenspool/knietzsche-der-kleinste-philosoph-der-welt/inhalt/unterricht/mut.html>
- Sek I: „Was wisst Ihr denn schon von uns?“ Fächerübergreifendes Projekt zum Umgang Jugendlicher mit Gefühlen, Brigitte Uretschläger, Care Line Verlag, *Signatur* 14.14.2.39
- 80 Bild-Impulse „Gefühle“, Verlag an der Ruhr, *Signatur: 14.14. B 14*
- Gefühle entdecken mit dem Grüffelo - 40 Projektideen für die Kita; Sonja Kaemper, Heike Westermann, Beltz Verlag, *Signatur* 13.04.29
- Bildkarten Gefühle entdecken, Sehen-Sprechen-Erzählen mit dem Grüffelo, Maren Krempin, Kerstin Mehler, Beltz Verlag, *Signatur: 13.4.29/K*
- Das kleine Ich bin Ich, Mira Lobe, Verlag Jungbrunnen, *Signatur* 15.01.1.80
- Religionsprojekt zu "Das kleine Ich bin Ich" von Mira Lobe, Nicole Lohr/Jutta Schmeiler, Buch Verlag Kempfen, *Signatur* 14.14.1.152

Weitere Hinweise und Materialien finden Sie unter <https://rpi-heilbronn.drs.de/service>