

3 Tabellarische Übersicht aller Übungen

ICH				
	Übung:	Fach:	KV:	Sonstiges Material:
1.	ABC Gedicht: Was ich (nicht) mag	DE	S. 32	liniertes Papier oder Heft
2.	Positive Erlebnisse und Erinnerungen: Der alte Teppich	DE, KU	–	weißes Papier oder Heft
3.	Mein Wohlfühlort	SU	–	Papier oder Heft
4.	Leporello: Das hast du gut gemacht	DE	S. 33–34	
5.	Die vergangenen 24 Stunden	DE, MA	–	liniertes Papier oder Heft
6.	Faltmini: Positivtagebuch	DE, KU	S. 35	weißes Papier
7.	Positive Aktivitäten	SU	S. 36	–
8.	Meinen Tag planen	SU	–	liniertes Papier oder Heft
9.	Mein Würfel gegen Langeweile	SU, MA	S. 37	–
10.	Wie „Hand“lich	SU, RE	–	Papier oder Heft, Stempelkissen, evtl. Feuchttücher
11.	Meine Körperteile	SU, (KU)	–	Plakate, evtl. Packpapier
12.	Das mag ich an mir	SU	–	Papier
13.	Mein Wappen	DE, KU	–	Papier
14.	Arbeit am Computer: Der Brief an mich selbst	DE, SU	–	Papier für Drucker, evtl. Schmuckblätter, evtl. frankierte Briefumschläge
15.	Die eigene Meinung vertreten: Das grüne Fahrrad	DE	S. 38	Papier oder Heft
16.	Mein Stärken-Akrostichon	DE	–	liniertes Papier oder Heft
17.	Was ist mir gut gelungen?	DE	–	liniertes Papier oder Heft
18.	Lied: Ich schaff das schon	MU	S. 39	liniertes Papier oder Heft
19.	Ich wünsche mir, ich könnte	DE	–	liniertes Papier oder Heft
20.	Fantasiegeschichte zum Entspannen	DE	–	–
21.	Internetrecherche: Mein Bild zum Entspannen	SU	–	Computer, Druckerpapier
22.	Kritik/Verletzungen loswerden	SU, KU	S. 40	kleine Zettel
23.	Arbeit am Computer: Mein Positivsteckbrief	DE, SU	–	Papier für Drucker
24.	Der Schuhkarton als Steckbrief	SU, KU	S. 41	Schuhkartons, persönliche Gegenstände
25.	Mein Lebensbaum	SU, KU	–	weißes Papier DIN A3



Leporello: Das hast du gut gemacht

Fach:	Deutsch, Kunst
Zeit:	15 Minuten
Materialien:	KV 4.2 (1–2) (Seite 33–34)
Vorbereitung:	keine

Durchführung:

Jeder Schüler erhält eine Kopiervorlage des Leporellos und muss diese ausschneiden, an den Klebe-
laschen zusammenkleben sowie falten.

Anschließend wird das Leporello mit nach Hause genommen und die Eltern/Großeltern der Kinder no-
tieren jeden Tag eine lobenswerte Tat/Eigenschaft des Schülers. Dies können natürlich auch Tätigkei-
ten sein, die nichts mit dem schulischen Bereich zu tun haben.

Die vergangenen 24 Stunden

Fach:	Deutsch, Mathe (Zeit)
Zeit:	45 Minuten
Materialien:	liniertes Papier oder Heft
Vorbereitung:	besprechen, welcher Zeitraum gemeint ist und veranschaulichen

Durchführung:

Damit der Blick auf das Positive eines Tages gerichtet wird, soll jedes Kind aufschreiben oder -malen,
was es in den vergangenen 24 Stunden alles Schönes erlebt, gesehen, erfahren hat. Unabdingbar
hierfür ist es zu besprechen, wann genau der Zeitraum begonnen und über welche Situationen er sich
erstreckt hat (z. B. Hortzeit, nach Hause gehen, spielen, Abendessen, schlafen, heute Morgen aufste-
hen etc.). Zusätzlich muss thematisiert werden, was alles aufgelistet werden kann – wichtig: Es zählen
auch Kleinigkeiten (ein Telefonat, ein gutes Essen, eine Süßigkeit, ein erhaltenes oder gemachtes
Kompliment, eine freundliche Begrüßung, eine nette Verkäuferin, ein lustiger Witz, eine schöne Blume,
eine geknackte Matheaufgabe, ein geschossenes Tor, die hereinscheinende Sonne ...). Im Anschluss
können die Schüler (freiwillig!) ihre Liste vorstellen: Was haben vielleicht mehrere notiert?

Faltmini: Positiv-Tagebuch

Fach:	Deutsch, Kunst
Zeit:	20 Minuten (Einführung und Gestaltung) eine Woche lang 5 Minuten täglich (Ergebnisvorstellung)
Materialien:	KV 4.3 (Seite 35), DIN-A4-Papier (blanko)
Vorbereitung:	keine

Durchführung:

Das Positivtagebuch kann als Fortführung der Unterrichtsidee „Die vergangenen 24 Stunden“ umge-
setzt werden. Selbstverständlich kann es aber auch unabhängig von dieser durchgeführt werden.

Jeder Schüler bastelt sich ein Faltmini. Es wird besprochen, dass das Faltmini eine Woche lang als
„Positivtagebuch“ geführt werden soll: Täglich soll mindestens eine Sache aufgeschrieben werden,



Ich schenke dir ...

Fach: Kunst

Zeit: 15 Minuten Vorbesprechung, 4 × 10 Minuten für die Geschenkübergabe

Materialien: keine

Vorbereitung: keine

Durchführung:

Jedes Kind soll als Hausaufgabe ein „Symbol der Freundlichkeit“ sammeln. Es muss vorbesprochen werden, welche Gegenstände dies sein könnten (eine Blume, ein schöner Stein, ein Herz, eine Muschel, ein hübsches Laubblatt oder eine Kastanie, ein lachendes Gesicht, ein gemaltes Bild, eine Bastelarbeit, etc.). An den darauffolgenden Wochentagen präsentieren die Schüler jeweils ihr Mitgebrachtes und verschenken es an einen Klassenkameraden. Dabei machen sie diesem ein Kompliment: „Ich schenke dir ..., weil du ...“

Zusatzinformationen:

Es bietet sich an, diese Hausaufgabe am Montag zu stellen. So können die Präsentation und die Übergabe der kleinen Geschenke auf die übrigen Wochentage verteilt werden. Dadurch werden diese Unterrichtseinheiten relativ kurz gestaltet, sodass die Aufmerksamkeit der Schüler aufrechterhalten bleibt

Geschenke: Gute Taten

Fach: Sachunterricht

Zeit: 10 Minuten (verteilen der Kärtchen und kurze Vorbesprechung)
15 Minuten (Nachbesprechung)

Materialien: KV 5.8 (Seite 79), evtl. liniertes Papier für Gedanken der Reflexionsphase

Vorbereitung: keine

Durchführung:

Die Schüler sollen bis zum Ende der Woche eine gute Tat vollbringen. Dazu erhält jedes Kind ein Kärtchen, auf welchem steht, was zu tun ist. Entweder darf sich jeder eines aussuchen oder die Lehrkraft verteilt die Kärtchen. Es ist darauf zu achten, dass die Umsetzbarkeit für jeden Schüler gewährleistet ist (so kann beispielsweise ein Kind, das keine Geschwister hat, an solchen auch keine guten Taten verrichten). Zusätzlich müssen sämtliche Begriffe geklärt werden (z.B. Erläuterung des Wortes „stolz“). Eventuell müssen gemeinsam Beispiele für mögliche Komplimente etc. gesammelt werden. Selbstverständlich darf jedes Kärtchen mehrfach vergeben werden, Hauptsache, die jeweilige Anweisung passt zum einzelnen Kind.

Am Ende der Woche wird reflektiert: Hast du deine gute Tat umgesetzt? Wenn nicht, was hat dich daran gehindert? Fiel es dir schwer oder leicht? Warum? Was hast du dabei empfunden? Wie haben die Menschen reagiert, die die gute Tat erfahren haben? Weshalb können wir auch bei den guten Taten von einem Geschenk sprechen, obwohl gar nichts überreicht worden ist?

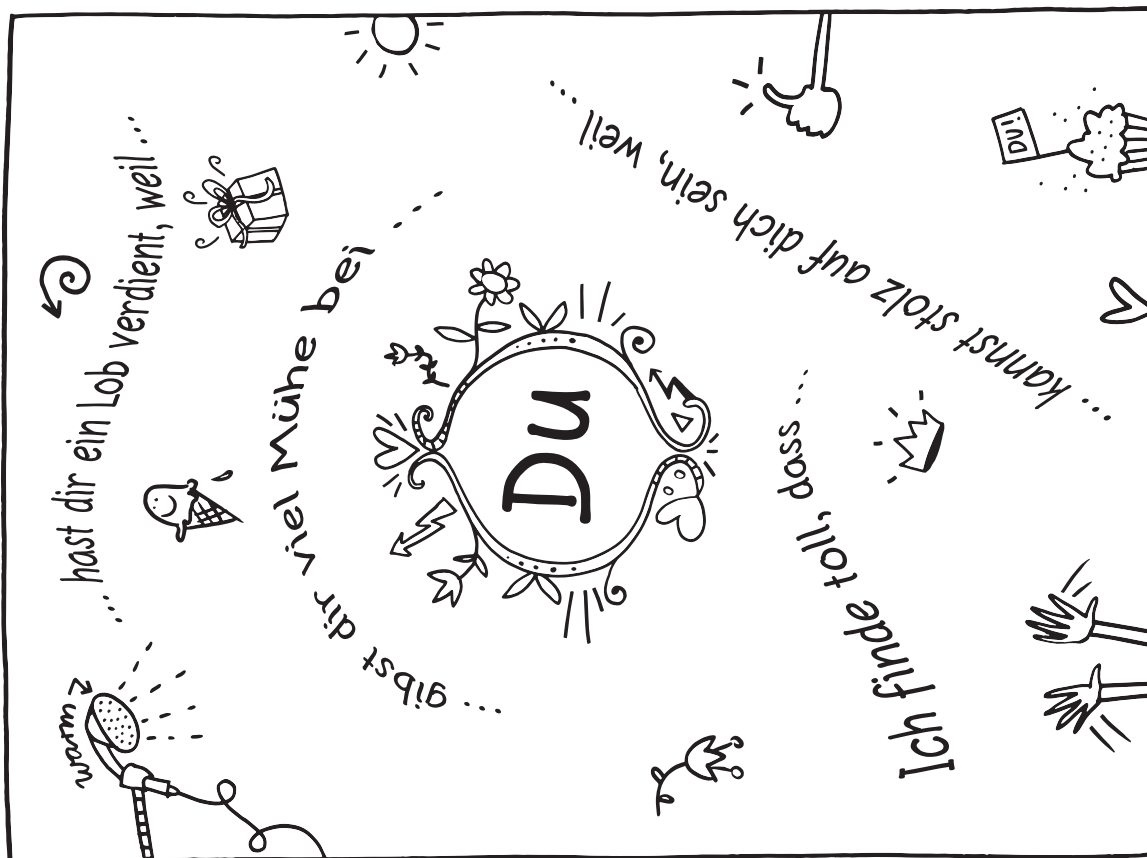
Jedes Kind kann seine eigenen Erfahrungen und Empfindungen schriftlich festhalten; evtl. wird das Kärtchen dazugeklebt.

Zusatzinformationen:

Diese Unterrichtsidee eignet sich am besten für den Wochenanfang; so haben die Kinder genügend Zeit, um ihre Aufgabe in die Tat umzusetzen.



1. Suche dir ein Kind aus deiner Klasse aus.
2. Sage diesem Kind etwas Nettes.



1. Suche dir ein Kind aus deiner Klasse aus.
2. Sage diesem Kind etwas Nettes.

