

## „ICH KANN DAS!“

Wie Kinder sich stark fühlen können

Durch Erfahrungen im Umgang mit Material, Lernen am Modell, Rückmeldungen von Familienmitgliedern, Lehrpersonen und Gleichaltrigen entwickelt das Kind ein immer differenzierteres Bild über sich und seine Fähigkeiten. Ob sich ein Kind stark fühlt und sich neuen Herausforderungen stellt oder ob es schnell aufgibt und verunsichert reagiert, hängt von seinem Selbstbild ab.

### Ideen für den Unterricht

#### Namensbuch gestalten (Einzelarbeit)

**Material:** A4-Papier, versch. Mal- und Buntstifte

**Aufgabe:** Papiere falten, ineinanderlegen und zu einem Buch binden/heften.

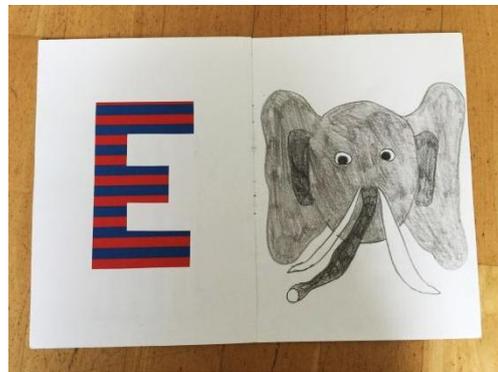
Eine Doppelseite gehört jeweils einem Buchstaben des eigenen Namens.

Auf der einen Buchseite wird der Buchstabe aufgeschrieben (oder geklebt und gestaltet) auf der anderen Buchseite

wird etwas gezeichnet (oder geklebt und gestaltet), was mit demselben Buchstaben beginnt und zum Kind passt. Dies kann eine Tätigkeit (z.B. R wie Rollerblade fahren), ein Tier oder ein Lebensmittel, etc. sein, welches das Kind mag.

Mit dem Kind darüber ins Gespräch kommen, dass all diese wunderbaren Sachen in seinem Namen enthalten sind.

**Variante:** Bei älteren Kinder kann auch nach Eigenschaften gesucht werden, welche das Kind auszeichnen (z.B. H wie hilfsbereit etc.).



#### „Das zeichnet mich aus“-Hand (Gruppenarbeit)

**Material:** Papier, Schreibwerkzeug

**Aufgabe:** Jedes Kind legt eine Hand aufs Papier und zeichnet sie nach. In der Mitte der gezeichneten Hand schreibt es seinen Namen darauf. Fünf andere Kinder haben nun die Aufgabe, in jeweils einen Finger eine Eigenschaft oder Fähigkeit des Kindes zu schreiben, welches das Kind besonders auszeichnet.

**Variante:** Bei jüngeren Kinder die Eigenschaften/Fähigkeiten aufzeichnen oder ein Symbol dafür finden und festhalten.



**Erfolgsschächteli** (Einzelarbeit)

*Material:* Zündholzschächteli, Farbe, kleine Steine / Perlen

*Aufgabe:* Das Kind klebt eine Trennwand in das Schächteli. Die eine Seite bleibt weiss, die andere wird mit der Lieblingsfarbe bemalt. Das Kind legt eine Anzahl Steine (z.B. Alter des Kindes) in das Schächteli auf die unbemalte Seite. Immer wenn das Kind Mut bewiesen hat, auf sich stolz sein kann oder eine andere Fähigkeit zeigt, welche man bei dem Kind stärken möchte, darf es einen Stein auf die bemalte Seite legen.

**Kraft-Tier** (Einzelarbeit)

*Material:* Papier, Buntstifte

*Aufgabe:* Die Kinder wählen ein persönliches „Krafttier“ aus, welches sie in herausfordernden Situationen stärken kann: „Welches Tier gefällt dir besonders?“, „Was fasziniert dich daran?“, „Welche Fähigkeiten hat dieses Tier, die dir nützen könnten?“. Die Kinder zeichnen ihr Tier. Die Zeichnung kann laminiert und auf dem Pult platziert werden.

*Variante:* Fantasiereise: Die Kinder suchen sich einen bequemen Platz und stellen sich ihr Tier vor, die Lehrperson führt die Reise und spricht dabei jeden Sinn an: „Wie sieht dein Tier aus? Wie gross ist es? Wie fühlt es sich an? Welche Geräusche macht es? Wie riecht das Tier? Stelle dir eine Situation vor, in der dir dein Tier hilft.“  
Die Kinder zeichnen die Situation, in welcher sie das Krafttier gut brauchen können.

**Motorische Herausforderungen meistern**

*Material:* Bewegungslandschaft aufbauen, z.B. mit Matten, Langbank, Schwedenkasten, Ringen, Balanciermaterial, etc. => verschiedene Schwierigkeitsgrade bereitstellen.

*Aufgabe:* Die Kinder turnen dort, wo sie es sich im Moment zutrauen - mit oder ohne Hilfe. Am Ende der Sequenz reflektieren: „Was hast du dich heute getraut? Was hat dir dabei geholfen? Wie hast du das geschafft? Was ist dein nächstes Ziel? Was brauchst du, damit du dich an einen schwierigeren Posten traust?“

*Variante:* Bewegungsbaustelle, d.h. die Kinder dürfen das Angebot erweitern oder umbauen.



**Buchempfehlungen zum Thema**

- „Psychomotorisches Konzept, Bewegungslandschaften“, Erica Zeberli-Sigrist; schulverlag plus
- „Mut tut gut, bewegen, riskieren, erleben!“, Hansruedi Baumann
- „Mutig, mutig“, Bilderbuch von Lorenz Pauli und Kathrin Schärer; Media-Nova-Verlag
- „Komm mit zum Regenbogen“; Phantasiereisen für Kinder und Jugendliche von Helga und Hubert Teml; Veritas-Verlag
- „Kim kann stark sein“, Bilderbuch von Dagmar Geisler und Elisabeth Zöllner; Loewe-Verlag

