

# Rituale für den Unterricht

Beitrag von „FrauZipp“ vom 29. März 2020 13:04

[Zitat von samu](#)

Man kann Achtsamkeitsübungen etablieren.

stimmt. Letzte Schuljahr habe ich immer mit den Kindern meditiert kurz vor Schulschluss. Zuerst nur 1 min am Ende waren es 3 min. Und das gab Kindern, denen das sichtlich gut getan hat.