

Konzentrationsübungen

Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 21. Mai 2020 15:41

Zitat von Purzelbaum

Ich glaube nur, dass meine Mentorin eher etwas meinte, was ich während der Stunde machen kann, wenn die Schüler zu hibbelig werden.

Naja, da gibt's halt nix was mit Zauberstab auf Anhieb klappen würde. Konzentration hat mit Ruhe und Struktur zu tun, mit Rhythmus, auch Abwechslung in der Methodik, ohne zu viel Neues zu machen.

Du könntest dich noch damit beschäftigen:

<http://www.achtsamkeit.com/gik>

Aber auch Achtsamkeits-Übungen (dafür gibt's Literatur) sind nicht mal schnell angeleitet und alle Kinder fressen dir zahm aus der Hand. Auch das Einführen einer Entspannungsübung braucht Zeit, viele machen erstmal Käse, wenn du mit sowas kommst.