

Stilleübungen

Beitrag von „juna“ vom 5. März 2005 15:20

Meine Viertklässler machen immer Lerngymnastik: Sie wissen z.B., dass sie jetzt leise einige Punkte an ihrem Körper massieren sollen, die ihnen dann helfen, ordentlicher zu schreiben oder ihnen bei der [Probearbeit](#) konzentriertes Arbeiten ermöglichen. Das zieht eigentlich immer ganz gut bei denen. Meine Betreuungslehrerin hat mir dazu ein Buch "Lerngymnastik für Kinder" empfohlen, ich hab es mir selbst aber noch nicht angeschaut.

Anstatt Mandala-Malen (das hängt den Kindern schon aus dem Religionsunterricht heraus) machen wir manchmal: gemeinsam mit dem Partner/in der Gruppe ein Bild malen - ohne sich dabei abzusprechen. Vorgegeben ist dann entweder ein konkretes Thema (z.B. viele Menschen, die um einen Tisch sitzen - der Tisch ist schon vorgezeichnet) oder ein abstraktes Thema (z.B. Feuer oder Frühling). Auch hier müssen vorher die Stifte aus den Mäppchen genommen sein oder es gibt von uns Fingerfarbe. Erstaunlicherweise klappt das echt recht ruhig (bis auf einen Schüler, der immer sein eigenes Bild malen darf, er wäre sonst ein riesen Unruhe-Herd), und die Ergebnisse sind echt erstaunlich!