

C Mit den eigenen und den Gefühlen anderer umgehen**Wie fühle ich mich gerade?**

Absicht:	Gefühle ausdrücken, Gefühle erkennen
Altersgruppe:	ab 1. Klasse
Anzahl:	ganze Klasse
Zeitrahmen:	10 Minuten
Voraussetzung:	„Alle Menschen haben Gefühle“
Vorbereitung/Material:	kleine Karten mit Gefühlsbezeichnungen, entweder als Wort oder Bild.

Übungsverlauf:

Die Kinder ziehen Gefühlskarten und drücken das gezogene Gefühl pantomisch aus. Die anderen stellen Vermutungen an, zu deren Begründung sie Körpersprache, Gestik und Mimik heranziehen.

Varianten:

- Die Kinder ziehen eine Gefühlskarte (z.B. traurig) und ein Verb dazu (z. B. singen) und stellen beides zusammen pantomimisch dar.
- Kind A zieht eine Gefühlskarte und verlässt den Raum. Die Kinder in der Klasse denken sich eine Tätigkeit aus, die das Kind A verbunden mit dem gezogenen Gefühl pantomimisch darstellen muss. Nachdem Kind A seine Aufgabe erledigt hat, sagen die anderen Kinder, welches Gefühl es gezogen hatte.
- Die Kinder ziehen eine Gefühlskarte und lesen einen Satz, ein Sprichwort, einen kurzen Text, ein Gedicht mit dem entsprechenden Gefühl vor.

Fundort/Idee:

In Anlehnung an O. Hagedorn: Konstruktiv Handeln, Gefühle, Berlin 2003