KATHLEEN GRÜNER
Entspannung Trainieren - Gelassenheit ist Übungssache

ACHTSAMKEIT FÜR EINEN BESSEREN UMGANG MIT STRESS -

FÜR VOLKSSCHULKINDER, KLASSE 2

ACHTSAMKEIT IM TUN

Wir basteln Entspannungs-Gläser

"Glückswoche" in der Volksschule Peter Rosegger Graz
Dauer: 07.-11.03.2022
Projektwoche zum Thema Achtsamkeit

KATHLEEN GRÜNER

Entspannung Trainieren - Gelassenheit ist Übungssache

MIT ALLEN SINNEN

Den Takt der Trommel hören und sich danach bewegen

anschließend: Zuhören und Ruhe finden in einer Entspannungsgeschichte

"Glückswoche" in der Volksschule Peter Rosegger Graz
Dauer: 07.-11.03.2022
Projektwoche zum Thema Achtsamkeit

KATHLEEN GRÜNER

Entspannung Trainieren - Gelassenheit ist Übungssache

KINDERYOGA

Yoga in Verbindung mit einer Geschichte: Wir dehnen und strecken uns und bewahren das Gleichgewicht

KONZENTRATION FÖRDERN

Alle konzentrieren sich beim Einüben eines Klatschspiels.

"Glückswoche" in der Volksschule Peter Rosegger Graz
Dauer: 07.-11.03.2022
Projektwoche zum Thema Achtsamkeit

KATHLEEN GRÜNER

Entspannung Trainieren - Gelassenheit ist Übungssache

EIN ACHTSAMES STÜCK SCHOKOLADE

Bevor das Stück Schokolade gegessen wird, erkunden es die Kinder unter Anleitung mit allen Sinnen.

ATEMÜBUNGEN

"Glückswoche" in der Volksschule Peter Rosegger Graz
Dauer: 07.-11.03.2022
Projektwoche zum Thema Achtsamkeit

KATHLEEN GRÜNER

Entspannung Trainieren - Gelassenheit ist Übungssache

BEWEGUNGSSPIELE

Wir bewegen uns zusammen und üben uns im Rücksichtnehmen.

GEMEINSAM ACHTSAM-SEIN

Wir hören einander zu und machen Übungen, die nur funktionieren, wenn alle zusammenarbeiten

"Glückswoche" in der Volksschule Peter Rosegger Graz
Dauer: 07.-11.03.2022
Projektwoche zum Thema Achtsamkeit

KATHLEEN GRÜNER

Entspannung Trainieren - Gelassenheit ist Übungssache

WALDTAG

Mandala gestalten
in der Schule und im Wald

"Glückswoche" in der Volksschule Peter Rosegger Graz
Dauer: 07.-11.03.2022
Projektwoche zum Thema Achtsamkeit

Bilderbuchprojekt der 2b Klasse:

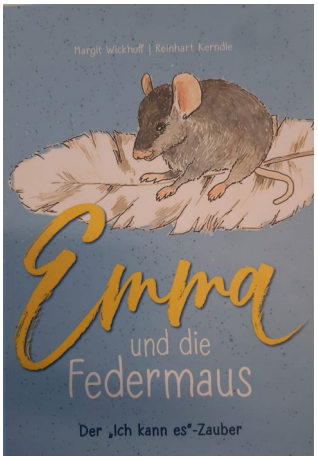
Emma und die Federmaus

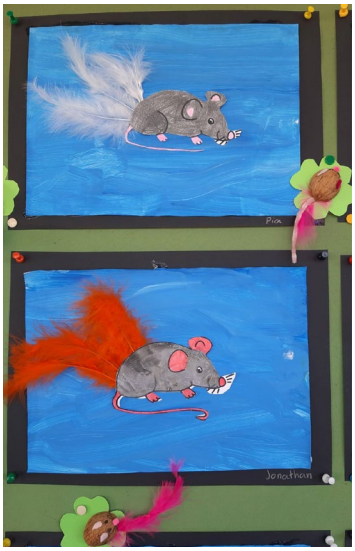
Der „Ich kann es“ - Zauber

von Margit Wickhoff und Reinhart Kerndle

Projekt zur Glückswoche „Glück macht Schule“ mit dem Motto: „Entdecke deine Stärken.“

In unserer Gesellschaft hören Kinder leider sehr häufig Sätze wie „das kannst du nicht“ oder „das schaffst du nicht“. Macht man aber aus einem „Das schaff ich nie“ ein von Herzen überzeugtes „Ich kann es“, sind sogar scheinbar weit entfernte Ziele und Wünsche plötzlich greifbar.
Die 2b Klasse lerne das entzückende Bilderbuch kennen und bekam für die ganze Woche Leseblätter zu dem Buch. Diese wurden als Hausaufgabe aber auch in der Schule gelesen und gestaltet. Die ganz persönliche Federmaus wurde auch in der Bildnerischen Erziehung gestaltet und die Schülerinnen und Schüler bastelten kleine Mäuse aus Nussschalen. Diese sollen die Kinder zuhause an den „Ich kann es – Zauber“ erinnern.
Im Sachunterricht beschäftigte sich jedes Kind mit seinen Stärken und Schwächen.
Besonders schön, war es zu beobachten, wie oft der „Ich kann es“ – Zauberspruch von einzelnen Kindern im Schulalltag vor sich hin gemurmelt wurde. Hoffentlich können die Schülerinnen und Schüler mit dieser positiven Gedankenwelt viele Anstrengungen der leichter erbringen.





Bericht der 3.c und 3.d Klasse der VS Peter Rosegger Graz

„Entdecke deine Stärken“

Im Rahmen der Glückswoche vom 08.03.2022 bis zum 11.03.2022 haben sich die Kinder der 3.c und der 3.d Klasse gemeinsam Gedanken gemacht: „Was ist eigentlich Glück für uns?“ und welche Stärken sie in dem Bereich selbst mitbringen. Relativ schnell haben wir uns gemeinsam entschieden, dass in der momentanen und auch schon lang andauernden schwierigen Zeit, Glück für uns sehr stark mit Frieden aller Art zusammen hängt.
Ganz nach unserem Schulmotto war der Sinn darin, dass die Lernprozesse ganzheitlich Kopf, Herz und Hand einschließen und fördern, sowie der Fokus auf dem Umgang mit gesellschaftlichen Konflikten liegt, denn **Frieden beginnt hier bei und in uns!**

Stärkenorientiert wurde mit den Kindern in dieser Projektwoche viel gemeinsam gearbeitet, aber auch in frei wählbaren Arbeitsgruppen in den Bereichen „Schreibanlässe nutzen“ in Deutsch, soziale Bildung, musikalisches Gestalten sowie bildnerisches Gestalten.
Hier können Sie einen Einblick in unsere Arbeit gewinnen:
https://youtu.be/rz_bbeLLVBc
Das Lachen und die Offenheit der Kinder zeigen, dass noch immer alles möglich ist!