

Arbeitsmaterialien für Lehrkräfte

Kreative Ideen und Konzepte inklusive fertig ausgearbeiteter Materialien und Kopiervorlagen für einen lehrplangemäßen und innovativen Unterricht.

Kreative Ideenbörse Schule – Sonderausgabe 2022 / 2023

Keine Angst vor der Angst
Mit allen Sinnen Ängsten begegnen

Sabine Schmitt



Produkthinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Printausgabe aus der „Kreativen Ideenbörse Schule“ der Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage (Originalquelle siehe Fußzeile des Beitrags)

► Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie [hier](#).



Piktogramme

In den Beiträgen werden – je nach Fachbereich und Thema – unterschiedliche Piktogramme verwendet.

► Eine Übersicht der verwendeten Piktogramme finden Sie [hier](#).



Haben Sie noch Fragen?

Unser Kundenservice hilft Ihnen gerne weiter:

Schreiben Sie an info@edidact.de oder per Telefon 09221 / 949-410.

Ihr Team von eDidact

Mit allen Sinnen Ängsten begegnen

Jahrgangsstufe 2–4

Sabine Schmitt

Kompetenzen und Inhalte

- | | |
|-----------------------------|--|
| Sachkompetenz: | <ul style="list-style-type: none"> • Sinnesorgane und ihre Funktionen verstehen • Sinneseindrücke genau wahrnehmen |
| Methodenkompetenz: | <ul style="list-style-type: none"> • eine Geschichte erlesen und die Bedeutung für die eigenen Empfindungen herausarbeiten |
| Sozialkompetenz: | <ul style="list-style-type: none"> • anderen zuhören und eigene Gedanken einbringen |
| personale Kompetenz: | <ul style="list-style-type: none"> • Vertrauen in die eigene Handlungsfähigkeit auch in angstvollen Situationen entwickeln |



I. Fachliche Hinführung:

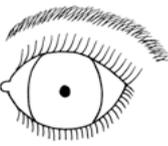
Lernen mit allen Sinnen war bereits in der Reformpädagogik, etwa bei Maria Montessori, ein wichtiger Schwerpunkt und gewinnt in heutiger Zeit angesichts zunehmender Digitalisierung des Unterrichts wieder an Bedeutung. Dass mediale Erziehung und der Einbezug digitaler Medien im sinnvollen Rahmen in der Grundschule ihren Platz haben, ist sicher unbestritten, dennoch gilt es, gerade deshalb das ganzheitliche Lernen unter Einbezug aller Sinne in der Schule zu fördern.

Sinnestätigkeit und Sinnesschulung können nicht nur die Persönlichkeitsentwicklung und das Lernen positiv beeinflussen, sie wirken auch auf unsere Emotionen. Jeder Mensch erlebt täglich mehrmals, wie Sinneseindrücke verschiedenster Art direkt unsere Gefühle verändern. Genau diesen Umstand machen wir uns im Alltag oft zunutze, indem wir beispielsweise eine bestimmte Musik hören, um uns zu entspannen. Es gibt viele Sinnestätigkeiten, die einen direkten positiven Effekt auf unsere Emotionen haben. All das kommt uns vollkommen natürlich vor, ist jedoch auch Folge lebenslanger Erfahrungs- und Lernprozesse.

Die fünf Sinne und ihre Funktionen

 Ordne die Begriffe richtig in die Tabelle ein!

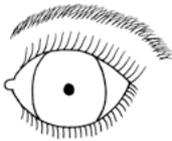
Geruchssinn, das Ohr, schmecken, fühlen, die Nase, Tastsinn, sehen, die Zunge, Hörsinn, das Auge, Geschmackssinn, die Haut, Sehsinn, riechen, hören

	Organ	Sinn	Funktion
	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>

Sinneswahrnehmungen genauer erspüren

 Nicht alle Sinneswahrnehmungen sind für dich angenehm.
Ordne die unterschiedlichen Wahrnehmungen in die Tabelle ein!

Diese Sinneseindrücke konntest du sammeln:

	angenehm	weniger angenehm	nicht angenehm
	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>

Geschichte

„Moml besiegt seine Angst“

„Mach dir nicht immer so viele Gedanken“, meckerten die einen. „Hör auf zu jammern“, schimpften die anderen. Manche sagten sogar: „Mit deinen ewigen Sorgen und Ängsten gehst du uns echt auf die Nerven, du Angsthase!“ Das kleine Wildkaninchen Moml musste sich ständig solche Dinge anhören. Angsthase – wie konnten die anderen nur so gemein sein. Dabei weiß doch jeder, dass ein Kaninchen gar kein Hase ist. Moml war nun mal der Kleinste in seiner Familie und hatte bisher auch noch keinen stürmischen Herbst und Winter erlebt.

Die anderen Kaninchen erzählten ihm schlimme und gruselige Geschichten von der Zeit, wenn es kälter werden würde, und die Sonne kaum noch über der hohen Bergkette zu sehen war. Kalt und frostig würde es werden und schwer, Nahrung zu finden. „Dann sieht die Welt grau und düster aus und es wird morgens spät hell und schon am Nachmittag wieder dunkel“, erklärten ihm die einen. Andere meinten: „Kein Vogelgesang ist dann zu hören, nur der raue Wind, der über das Feld weht.“ „Der Geruch nach frischem Gras und Kräutern ist ebenso verschwunden wie der herrliche Blumenduft. Wenn dann auch noch der Schnee auf den Feldern liegt und Eis den kleinen See neben unserem Bau bedeckt, wird alles noch viel schwieriger werden. Zu fressen gibt es dann nur noch Äste und Rinde“, fügten sie hinzu. Momls ältester Bruder ergriff das Wort: „Am schlimmsten aber ist die Kälte. Sie kriecht unter dein Fell und du fühlst die eisige Luft auf deiner Haut bis in die Spitzen deiner Ohren.“

Von all dem hatte Moml immer wieder von den älteren Kaninchen gehört, konnte sich jedoch nicht viel darunter vorstellen, da er noch nie Schnee und Eis gesehen, gerochen, geschmeckt oder gefühlt hatte. „Sogar hören kann man das Eis“, hatten sie ihm neulich erzählt. „Es knackt und knirscht und macht gruselige Geräusche.“ Die älteren Kaninchen genossen es richtig, Moml all diese Dinge zu sagen. Sie fühlten sich dann überlegen und konnten mit ihrem Wissen über die kalten Jahreszeiten angeben. Eigentlich hatten sie alle auch ein bisschen Angst und versuchten mit ihrem Gerede ihre eigene Furcht zu überdecken. Nur wollte das irgendwie nicht so richtig gelingen.

