

4 MINI-IMPULSE: POSITIVER START IN DIE STUNDE

1. „GUTEN-MORGEN-WELLE“

Du startest eine kleine Welle:

- Du sagst freundlich: „Guten Morgen, Klasse!“
- Die Kinder geben die Welle reihum weiter (kurzes Winken, Nicken oder „Guten Morgen“).



2. „1-MINUTE“

Die Kinder bekommen sofort zu Stundenbeginn einen ganz kurzen, klaren Auftrag, den sie allein und leise lösen können z. B.:

- „Schreibe ein Wort auf, das deine Stimmung beschreibt.“
- „Zeichne ein kleines Symbol, das zu unserem Thema passt.“

Danach begrüßt du die Gruppe kurz.



3. „STOPP-TANZ OHNE MUSIK“

Du sagst: „Bewegen – Stopp –
Bewegen – Stopp!“

Kinder bewegen sich nur mit kleinen Bewegungen am Platz (Tippen, Schaukeln, Schulter-kreisen). Wenn du „Stopp“ sagst oder in die Hände klatschst, frieren alle ein.



4. „SPIEGEL-BEWEGUNG“

Du machst 10–15 Sekunden lang Bewegungen vor (Schulterkreisen, Dehnen, Mini-Hüpfer, Arme hoch), die Kinder „spiegeln“ dich.

Varianten:

- Langsam/Schnell
- Groß/Klein
- Leise/kräftig

