

# DENKWEGE-BAUSTEINE IM KINDERGARTEN UND UNTERSTUFE UND MITTELSTUFE

## ZENTRALE PFADE-BAUSTEINE

### 1. Einführen der Regeln:

- Wichtigste Regeln mit der Klasse erarbeiten
- Regeln positiv verbalisieren
- Konsequenzen bei Regelverstößen thematisieren
- Visualisierte Regeln:

#### **Kindergarten:**

##### Regeln visualisieren

- Fair sein (sich gegenseitig helfen, aufeinander achtgeben)
- Stopp-Regel (Eigene Grenzen formulieren und respektieren)
- Gut aufräumen
- Aufstrecken (in Kreissequenzen)
- Einander zuhören

#### **Unterstufe:**

- Sorge tragen zum Material
- Ich höre auf das Zeichen (z.B. Gong, Klatschen,...) und bin still
- Rennen, balgen, werfen kann ich draussen, nicht im Schulhaus

#### **Mittelstufe:**

- Konsolidierung

### 2. Selbstwertgefühl:

- Individualität thematisieren
- Komplimente formulieren und annehmen
- Kind-der-Woche-Ritual einführen

### 3. Umgang mit Gefühlen:

- Gefühle wahrnehmen und ausdrücken
- Einführen von Gefühlskarten, Gefühlsuhr, Gefühlstafel, etc.

#### **Unterstufe:**

Einführen der Gefühlskarten aus dem Unterstufenordner

- Thematisierte Gefühle:

#### **Kindergarten:**

- Mindestens: glücklich, traurig, wütend, ängstlich
- Erweiterung: erschöpft, schüchtern, mutig, stolz, zufrieden, neidisch, enttäuscht

#### **Erweiterung Unterstufe:**

- müde, zufrieden, aufgeregt, sicher, einsam, neidisch, frustriert, stolz

#### **Erweiterung Mittelstufe:**

- besorgt/beunruhigt, enttäuscht, freundlich, verlegen, überrascht, gedemütigt, verschlossen, eifersüchtig, gierig, grosszügig, hoffnungsvoll, neugierig, nervös, egoistisch (boshaft)
- Mit den Kindern besprechen, dass es angenehme und unangenehme Gefühle gibt
- Thematisieren, dass alle Gefühle - auch die unangenehmen Gefühle - ihre Berechtigung haben

#### 4. Selbstkontrolle:

- Umgang mit Wut thematisieren (Wut ok, jedoch daraus resultierendes Verhalten nicht immer ok -> Grenzen des anderen akzeptieren/ Eigene Grenzen deklarieren)
- Strategien erlernen im Umgang mit Wut

##### Kindergarten:

- Einrichten einer Beruhigungsecke
- Erlernen von Beruhigungstechniken wie Durchatmen, Rückzug

*Erweiterung: Einführung des Raben Stoppi*

##### Unterstufe:

- Einführen der Ampel:  
Rotes Licht--> Stoppen, durchatmen und sich zurückziehen/ beruhigen.
- Einführung einer Beruhigungsecke mit Schildkröte

##### Mittelstufe:

- Konsolidierung mit dem MST-Ordner

#### 5. Problemlösestrategien:

- Situationen und eigenes Verhalten reflektieren lernen
- Lösungsmöglichkeiten ausprobieren und mit Frustrationen umgehen lernen

##### Kindergarten:

- Einführen von Schildi (Bei Problem zuerst zurückziehen und nachdenken, dann erst handeln)
- *Erweiterung: Einführung des Ampelposters -> Thematisieren der drei Schritte (Stoppen, Nachdenken, Handeln) um neue Handlungsmöglichkeiten zu erproben*

##### Unterstufe:

- Einführen der Ampel:  
gelbes Licht--> Lösung überlegen, grünes Licht--> Los! Idee ausprobieren
- Beruhigungsecke mit Schildkröte (Bei Problem, zuerst zurückziehen und nachdenken, dann erst handeln). Die Schildkröte wird in der 1. Klasse nochmals thematisiert und ist dann als „Hilfsmittel“ in der Beruhigungsecke.

##### Mittelstufe:

- Konsolidierung gemäss Mittelstufen-Ordner

#### 6. Mögliche weiterführende Themen zur Vertiefung:

##### Kindergarten:

- Stärkung des Selbstbewusstseins
- Überwinden von Ängsten
- Grenzen akzeptieren und kommunizieren
- Umgang mit Nähe/Distanz
- Umgang mit Freiheit

##### Unterstufe:

- Je nach Aktualität, individuelle Zusatzthemen aus dem Unterstufenordner

##### Mittelstufe:

- Je nach Aktualität, individuelle Zusatzthemen aus dem Mittelstufenordner
  - bewährt: TOP-Schüler, Freundschaft, Gerüchte und üble Nachrede