

 Schneide die Karten aus.

 Wie fühlen sich die Kinder auf den Karten?  
Schreibe unter jedes Bild ein passendes Gefühl.

 Wähle mindestens ein Gefühl aus.  
Wann hast du dich das letzte Mal so gefühlt?  
Beschreibe die Situation auf den leeren Karten.

 Nimm dir eine Schnur und für jede Karte eine Wäscheklammer.  
Hefte die Bilder an die Schnur.

 Klebe die Schnur auf dein Lapbook.

 Für Profis: Male zu jedem Gefühl auch ein passendes Emoji.

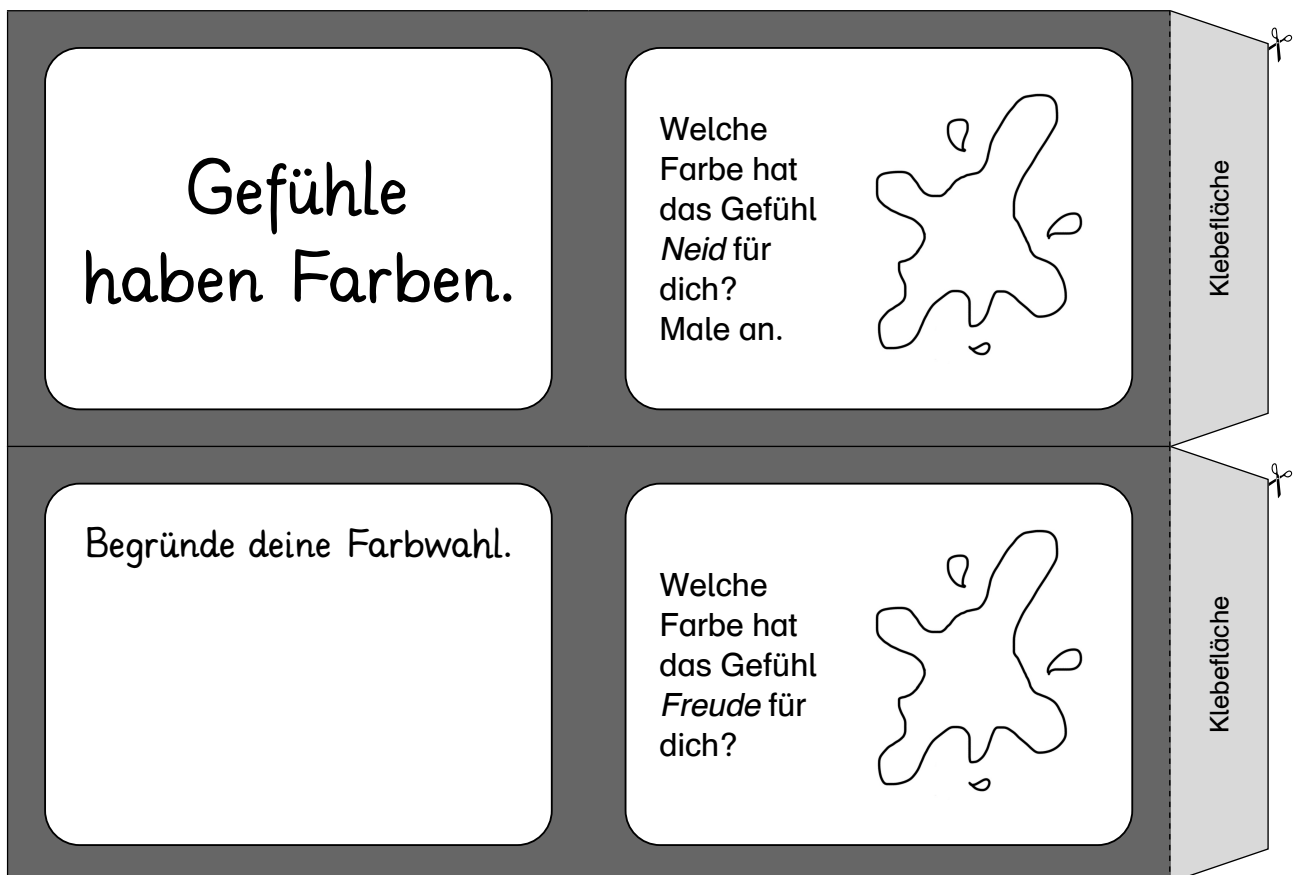
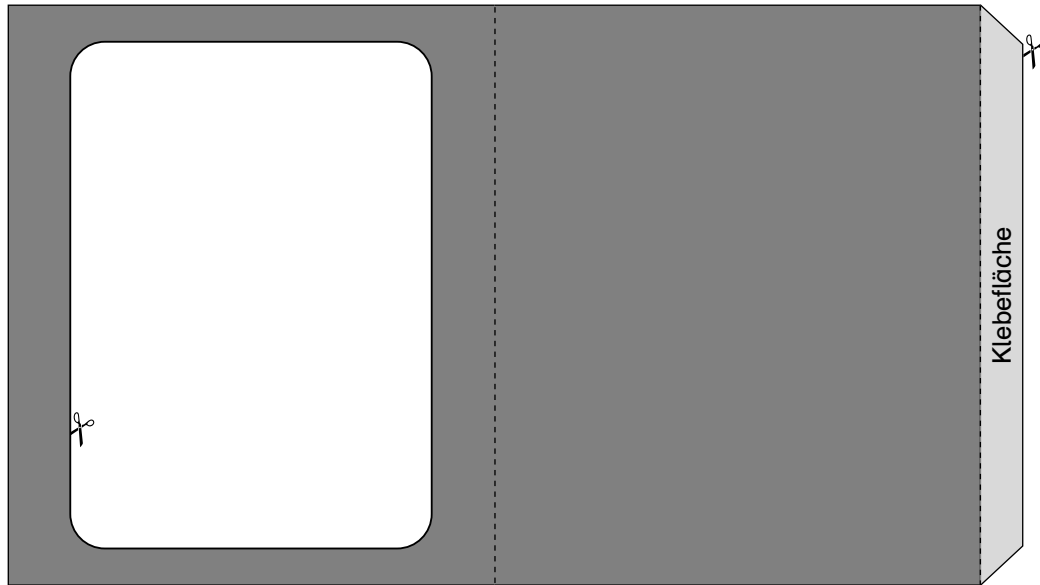
 	 	 
 	 	 

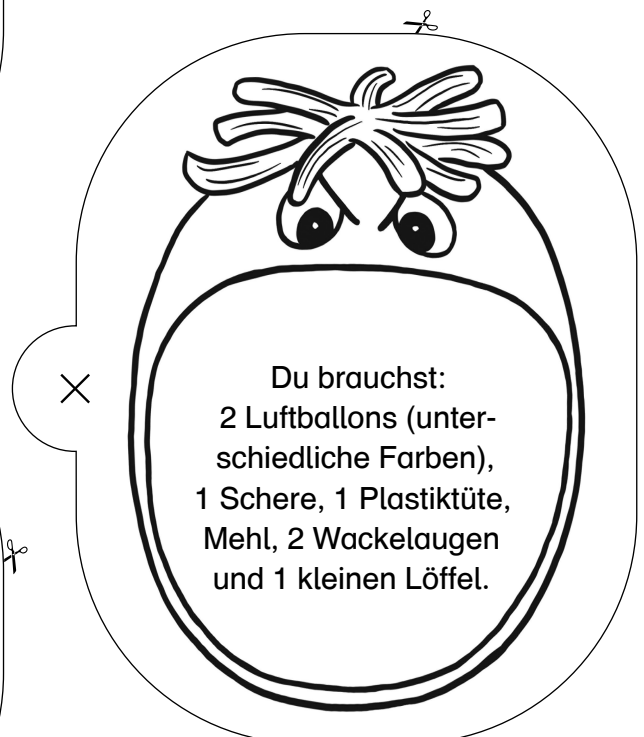
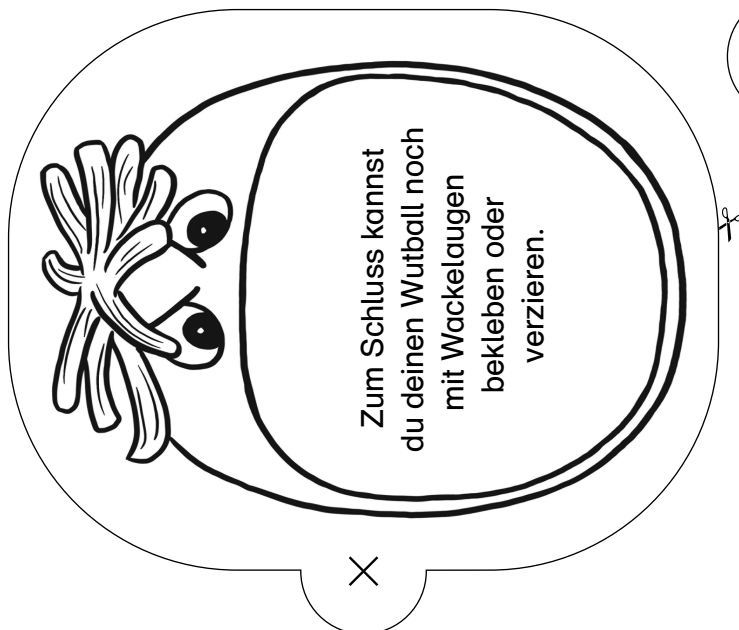
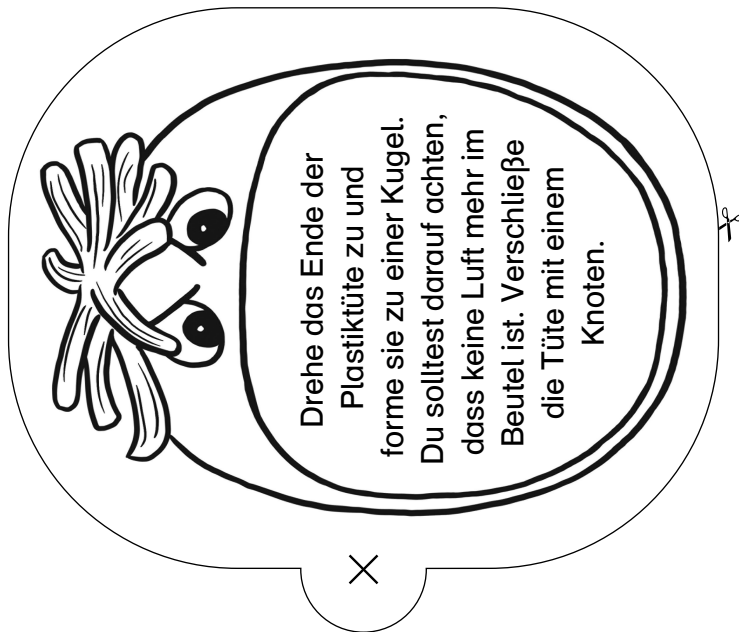
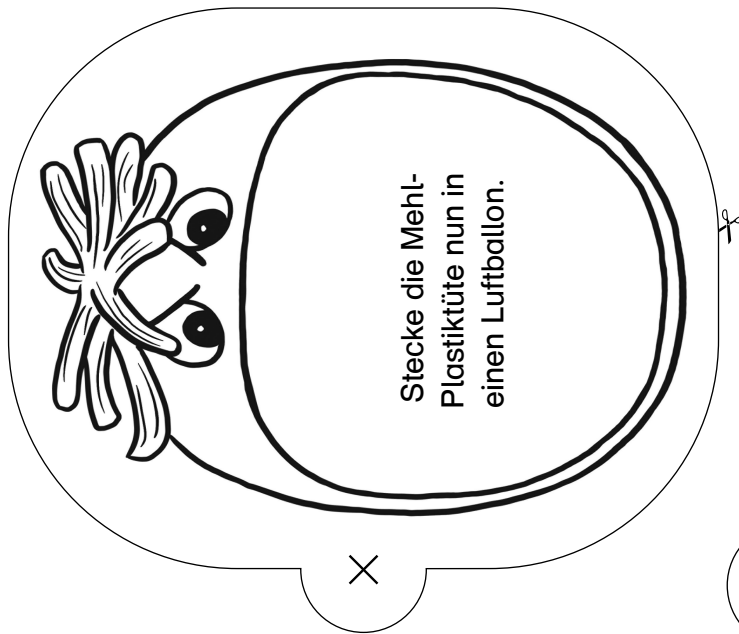
 Schneide die Vorlagen aus.

 Klebe die Filmstreifen zusammen.

 Welche Farben passen zu welchen Gefühlen?  
Bearbeite die Aufgaben.

  Schneide den Fernsehbildschirm aus und klebe ihn oben und unten zusammen. Klebe den Bildschirm dann mit der Rückseite auf dein Lapbook. Schiebe nun den Filmstreifen durch den Bildschirm.







**Bist du manchmal traurig? Spürst du eine innere Unruhe, Wut oder Anspannung? Bist du manchmal gereizt und alles nervt dich? Es fühlt sich so an, als wenn du deine Gefühle nicht kontrollieren kannst? Es gibt Übungen, damit du gut entspannen kannst und sich deine Gefühle nicht mehr im Kreis drehen.**



**Schneide die Vorlagen aus.**

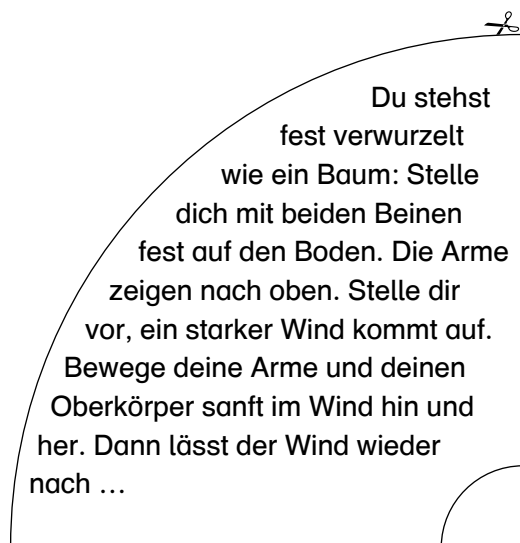


**Setze die Kreise richtig zusammen.**

**Probiere die Übungen aus.**



**Hefte die Kreise mit einer Musterbeutelklammer auf dein Lapbook.**



Du stehst  
fest verwurzelt  
wie ein Baum: Stelle  
dich mit beiden Beinen  
fest auf den Boden. Die Arme  
zeigen nach oben. Stelle dir  
vor, ein starker Wind kommt auf.  
Bewege deine Arme und deinen  
Oberkörper sanft im Wind hin und  
her. Dann lässt der Wind wieder  
nach ...