

B Sich selbst und andere wahrnehmen / Selbstwertgefühl stärken

Schülerinnen und Schüler

- nehmen sich selbst wahr,
- nehmen ihre Bedürfnisse, Wünsche, Ansprüche wahr und bringen sie zum Ausdruck,
- entwickeln und wertschätzen ihre körperlichen, kognitiven und emotionalen Fähigkeiten,
- erkennen eigene Stärken sowie Schwächen und gehen damit um,
- gehen achtsam mit sich um,
- helfen sich selbst und lassen sich helfen,
- entscheiden sich und bestimmen über sich selbst,
- bauen ein positives Selbstkonzept auf.

Übungen

1. **Super – Klasse**
2. **Mein Wappen**
3. **Das macht stark!!!**
4. **Kind in der Grube**
5. **Ich mag an dir, dass...**
6. **Vierlinge**
7. **Märchenhafte Zauberei**
8. **Kettenreaktion**
9. **Meine Sonnenseiten**
10. **Was ich alles kann (1)**
11. **Was ich alles kann (2)**
12. **Was die anderen von mir denken**
13. **Das JA-NEIN-Spiel**
14. **„Spiegelbild“**
15. **Wie bin ich?**
16. **Fee und Ritter**