

# Gute Geschichten. Digital erzählt.

Wettbewerb DIGITAL beim Goldenen Spatz 2023



## PÄDAGOGISCHES BEGLEITMATERIAL Aus ANGST wird MUT

ZU:



© Blaue Pampelmuse

### Mein Name ist Angst - Buch und AR-App

Interaktives Buch und AR-App

Blaue Pampelmuse  
Deutschland 2022

ab 4

## KURZINFO

### KLASSENSTUFE

1-4

### FÄCHERKONTEXT:

Heimat- & Sachkunde, Ethik,  
Morgenkreis

### THEMEN:

Gefühle, Emotionen –  
Umgang mit Angst

### VORKENNTNISSE:

keine

### MEDIEN UND MATERIALIEN:

Endgeräte mit Internetzugang und App  
„Mein Name ist Angst“, Buch „Mein  
Name ist...“

### LERNZIELE:

Die Schüler:innen lernen die eigenen  
Emotionen anzunehmen, Emotionen  
anderer zu akzeptieren und zu  
verstehen.

### KOMPETENZBEREICHE

KMK-Strategie:  
Kommunizieren & Kooperieren:  
Umgangsregeln kennenlernen und  
einhalten

Analysieren & Reflektieren: Vielfalt der  
digitalen Medienlandschaft kennen

### ZEIT/DAUER/

### UNTERRICHTSSTUNDEN:

4 Unterrichtsstunden à 45 Min.

„Mein Name ist Angst“ ist ein interaktives Buch, welches mit einer Augmented Reality-App zum Leben erwacht. Es ist das erste Kapitel aus dem Buch der Reihe „Mein Name ist...“ – weitere Kapitel sind noch in Planung und befassen sich mit weiteren Emotionen. Basierend auf dem Kurzfilm „Mein Name ist Angst“, befasst sich das interaktive Buch mit dieser Emotion: Wie sieht Angst aus, wie fühlt sie sich an, wo spürt man sie und was kann man gegen Angst tun?

## Den Umgang mit Emotionen lernen

Das interaktive Buch „Mein Name ist Angst“ eignet sich für Kinder ab 4 Jahren bis zum Grundschulalter. Dabei wird das emotionale Lernen gefördert – der Umgang mit den eigenen Gefühlen steht im Fokus.

## Was macht die Methoden aus?

In der ersten Unterrichtseinheit erarbeiten die Schüler:innen zunächst einen Zugang zum Thema Emotionen allgemein – es werden Gefühle anhand von Bildern zugeordnet und mimisch dargestellt. Danach wird besprochen, was Angst überhaupt ist, wie sie aussieht und wie sie sich anfühlt.

Die zweite Unterrichtseinheit befasst sich mit dem Thema Angst. Die Schüler:innen überlegen, was alles Angst machen kann – anschließend positionieren sie sich zu den gesammelten Angstmachern und gestalten ihr Arbeitsblatt „Meine Ängste“.

Das Thema Mut ist der Fokus der dritten Unterrichtseinheit. Es werden zunächst gegensätzliche Gefühle zugeordnet. Anschließend sammeln die Kinder auf Basis der bereits notierten Ängste Mutmacher und gestalten ihr Arbeitsblatt „meine Mutmacher“.

In der vierten Unterrichtseinheit erarbeiten die Kinder, wer bei Angst helfen kann. Sie nähern sich dem Thema Angst in oder vor der Schule und sammeln in Gruppen, wo hier Ängste vorkommen können und wie sie sich im Klassenverband Mut machen können.

## ÜBER DEN TELLERRAND

In der Reihe „Knietsche erzählt“ von Planet Schule können Schüler:innen der 3.-6. Klasse einen Zugang zu Gefühlen und Emotionen erlangen. Die Plattform bietet Unterrichtsmaterialien und Videos zum Thema. Die kindgerechte Aufmachung und methodische Vielfalt zeichnen die einzelnen Unterrichtseinheiten aus.

- <https://www.planet-schule.de/schwerpunkt/knietsche-der-kleinste-philosoph-der-welt/knietsche-und-die-gefuehle-unterricht-100.html#>

## WEITERFÜHRENDE LINKS

- <https://www.betterteachingresources.com/post/bildkarten-zum-thema-gefuehle>

## NOMINIERT IM WETTBEWERB DIGITAL

„Mein Name ist Angst“ ist eines von sechs nominierten, digitalen Erzählangeboten für den Wettbewerb DIGITAL beim Deutschen Kinder Medien Festival Goldener Spatz 2023. Das pädagogische Begleitmaterial wurde im Rahmen des Festivals für Lehrer:innen und Pädagog:innen entwickelt. Weitere Informationen zu den Medienangeboten:

- <https://goldenerspatz.de/festival/wettbewerb-digital/>

Das interaktive Buch können Sie bei **Blaue Pampelmuse** bestellen. Die dazugehörige AR-App finden Sie im **Google Play Store** (für die Benutzung wird ein AR-Code-fähiges Android-Tablet benötigt).

## Unterrichtsgestaltung – Methoden zur Arbeit mit dem Beitrag

**METHODEN UND ORGANISATIONSFORMEN:** Fragen und Diskussion, Gruppenarbeit, Plakatgestaltung, Arbeitsblätter, Positionierungen, gemeinsames Lesen, kreatives Gestalten

**MEDIEN UND INTERNET:** App „Mein Name ist Angst“, Endgerät und Beamer / digitale Tafel, Buch „Mein Name ist...“

### Stunde 1: Was ist Angst?

DIDAKTISCHE PHASE	BESCHREIBUNG	MATERIAL
Einstieg Was sind Emotionen? 10 Minuten	Die Lehrkraft legt im Kreis Bilder von verschiedenen Emotionen aus. Die Kinder sollen nun versuchen, diese den Begriffen zuzuordnen. Gemeinsam ordnen die Kinder je ein Bild einer Emotion an der Tafel zu.  Die Lehrkraft stellt am Ende die Frage: Was sind denn eigentlich Emotionen? Und warum haben wir sie? Die Kinder überlegen und die Lehrkraft ergänzt.  <b>ALTERNATIVE:</b> Die Schüler:innen erhalten ein Arbeitsblatt mit verschiedenen Emotionen und schreiben die jeweilige Emotion daneben.	Material „Emotionen“       Arbeitsblatt „Emotionen“
Motivation   Warm-Up Spiel: Gefühle raten 10 Minuten	Ein:e Schüler:in zieht bei der Lehrkraft ein Gefühl und versucht es rein mimisch darzustellen. Die Klasse versucht das Gefühl zu erraten – der Erste, der es errät, ist als nächstes dran.  Die Gefühle können sich wiederholen.	Material „Gefühlskarten“
Erarbeitung Was ist Angst? 5 Minuten	Die Schüler:innen überlegen, was Angst eigentlich ist und wozu Angst auch gut sein kann. Sie besprechen es mit der Lehrkraft im Klassenverband. Die Lehrkraft unterstützt und gibt Hilfen.	
Erarbeitung Wie sieht Angst aus? 10 Minuten	Die Schüler:innen spielen in der App „Mein Name ist Angst“ das Puzzle.  Anschließend gestalten sie auf dem Arbeitsblatt das Aussehen ihrer eigenen Angst (Aufgabe 1).	Tablets mit App „Mein Name ist Angst“ für alle Schüler:innen  Arbeitsblatt „Meine Angst“
Erarbeitung Wie fühlt sich Angst an? 10 Minuten	Die Kinder überlegen, wo im Körper sie Angst spüren und zeichnen es auf dem Arbeitsblatt ein (Aufgabe 2).	Arbeitsblatt „Meine Angst“

## Stunde 2: Was macht Angst?

DIDAKTISCHE PHASE	BESCHREIBUNG	MATERIAL
Einstieg Was macht alles Angst? 15 Minuten	Die Schüler:innen spielen das Kapitel „Wo kommt Angst überall vor?“ in der App.  Anschließend sammeln alle gemeinsam an der Tafel, was Angst machen kann. Die Lehrkraft regt dabei neue Ideen an.	Tablets mit Internetzugang und App „Mein Name ist Angst“ und das Buch „Mein Name ist...“ (S. 15 & 16)  Tafel
Erarbeitung Positionierungsübung Das macht mir Angst 15 Minuten	Die Schüler:innen stehen an einer Linie im Raum. Die Lehrkraft zählt nun Situationen und Dinge auf, vor denen Kinder Angst haben (vorherige Übung & Material). Hat ein Kind davor Angst, geht es einen Schritt vor – wenn es sich dabei besonders mutig fühlt, geht es einen Schritt zurück.  Nach jeder Frage kommen einige Schüler:innen zu Wort: <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Was macht dir dabei Angst?</li> <li>➤ Woher kommt dein Mut?</li> </ul>	Material „Angstmacher“
Sicherung Meine Ängste 15 Minuten	Die Schüler:innen malen und schreiben in die 1. Aufgabe des Arbeitsblatts „Meine Ängste – Meine Mutmacher“ ihre Ängste.	Arbeitsblatt „Meine Ängste – Meine Mutmacher“

### Stunde 3: Was macht Mut?

DIDAKTISCHE PHASE	BESCHREIBUNG	MATERIAL
<p>Einstieg</p> <p>Gegensätze finden/ zuordnen</p> <p>10 Minuten</p>	<p>Die Schüler:innen erhalten je eine Gefühlskarte – dabei gibt es gegensätzliche Paare (Angst – Mut; Freude – Trauer). Die Schüler:innen laufen nun durch den Klassenraum und versuchen ihr Gegenstück zu finden.</p> <p>Wenn alle Kinder ein Gegenstück gefunden haben, stellen sich die Gruppen zusammen vor. Die Lehrkraft moderiert.</p>	<p>Material „Gefühlskarten“</p>
<p>Erarbeitung</p> <p>Was ist das Gegenteil von Angst? – MUT</p> <p>10 Minuten</p>	<p>Die Lehrkraft leitet die Klasse nun zum Thema Angst und Mut über.</p> <p>Gemeinsam überlegen die Kinder, was Mut ist – die Lehrkraft unterstützt.</p>	
<p>Erarbeitung</p> <p>Was macht Angst &amp; was macht Mut ?</p> <p>15 Minuten</p>	<p>Die Schüler:innen sammeln nun an der Tafel gemeinsam, was ihnen Mut macht.</p> <p>Die Lehrkraft holt nun die Liste der Ängste (2. Stunde oder eine selbst erstellte Liste) hervor. Die Schüler:innen erhalten je zu zweit eine Angst und überlegen, was hier Mut machen kann. Danach werden die Ergebnisse im Klassenverband vorgestellt.</p>	<p>Angstsammlung der Schüler:innen aus Stunde 2</p> <p>Alternativ: eigene Liste mit Ängsten (gern auf Moderationskarten)</p>
<p>Transferphase</p> <p>Arbeitsblatt „Meine Mutmacher“</p> <p>10 Minuten</p>	<p>Zum Abschluss überlegen die Schüler:innen, was ihnen selbst Mut macht und malen, schreiben, kleben es auf ihr Arbeitsblatt „Meine Ängste – Meine Mutmacher“ (Aufgabe 2).</p>	<p>Arbeitsblatt „Meine Ängste – meine Mutmacher“</p>

Stunde 4: **Wir machen uns Mut!**

DIDAKTISCHE PHASE	BESCHREIBUNG	MATERIAL
Einstieg Wer hilft bei Angst? 10 Minuten	Die Schüler:innen sammeln mit der Lehrkraft an der Tafel, was oder wer bei Ängsten helfen kann.  Die Lehrkraft unterstützt die Schüler:innen und versucht neue Perspektiven zu ermöglichen.	
Erarbeitung Angst in   vor der Schule 15 Minuten	Die Schüler:innen überlegen in Kleingruppen, was in der Schule für Angst sorgen kann.  Sie sammeln ihre Punkte auf dem Arbeitsblatt „Schule“.	Arbeitsblatt „Schule“
Transferphase Wir machen uns Mut 20 Minuten	Die Schüler:innen überlegen, wie sie sich gegenseitig bei Angst in bzw. vor der Schule helfen können. Die Gruppen bleiben gleich – es werden die Punkte besprochen, die bei der Übung „Schule“ gesammelt wurden.  Die Schüler:innen gestalten in den Gruppen Plakate, die sie im Klassenraum aushängen.	Flipchartpapier oder Papier A3, Stifte und Bastelmaterial

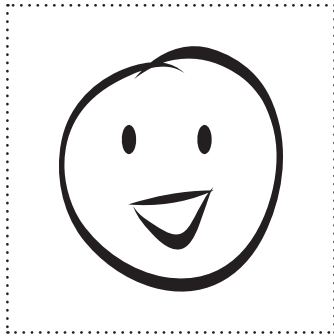
## Material „Emotionen“

Hinweis für den Einsatz im Unterricht:

Drucken Sie die Emotionen aus und legen Sie diese offen im Raum aus. Die Erklärung können Sie bei Bedarf gemischt mit auslegen und zuordnen lassen. Das freie Gesicht können Sie selber mit einer Emotion befüllen.



fröhlich



glücklich



traurig



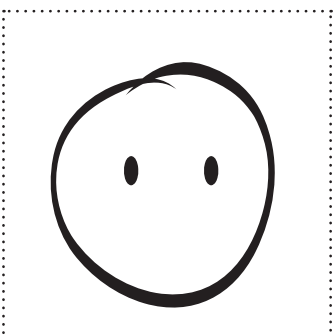
ängstlich



bedrückt



wütend



# Arbeitsblatt „Emotionen“

Aufgabe 1:

Tragt die jeweilige Emotion zu den Gesichtern ein!



.....



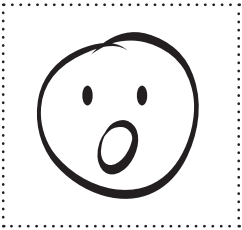
.....



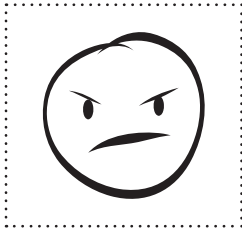
.....



.....



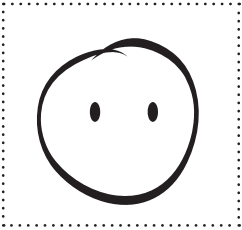
.....



.....

Aufgabe 2:

Überlege: wie fühlst du dich heute? Gestalte deine Emotion und schreibe sie daneben!



.....



## Material „Gefühlskarten“

Hinweis für den Einsatz im Unterricht:

Schneiden Sie die einzelnen Teile aus. Verteilen Sie diese beim Spielen an die Schüler:innen.

Stolz

Angst

Trauer

Zuneigung

Glück

Aufregung

Liebe

Neid

Müde

Hungrig

Scham

Mut

Freude

Ekel

Unzufriedenheit

Langeweile

Hass

Anerkennung

Wach

Satt

## Arbeitsblatt „Meine Angst“

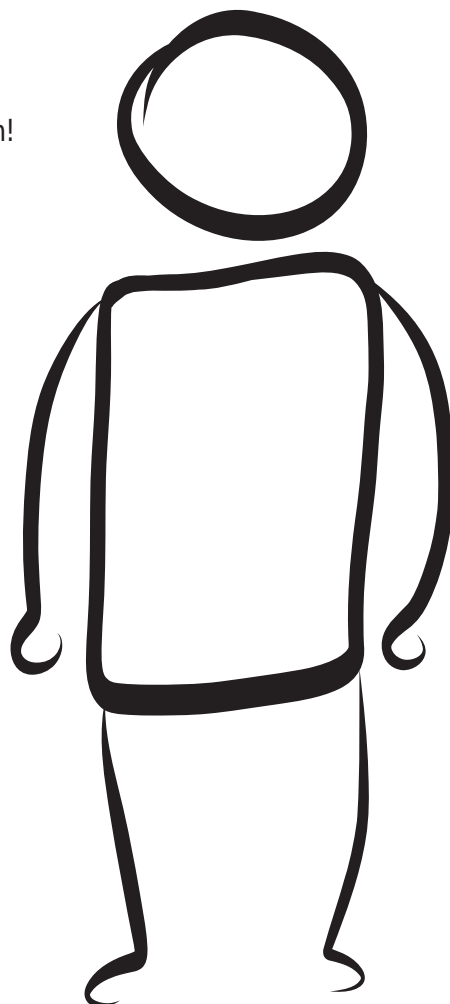
Aufgabe 1:

Wie sieht deine Angst aus? Male sie hier auf!



Aufgabe 2:

Wie fühlt sich Angst bei dir an?  
Male es in den Körper oder schreibe es daneben!



## Material „Angstmacher“

Hinweise für den Einsatz im Unterricht:

Folgende Liste dient als Grundlage für die Positionierungsübung „Das macht mir Angst“.

Bitte sensibilisieren Sie vorab die Kinder:

**Es wird sich nicht lustig gemacht, jede Angst ist ernstzunehmen!**

Lesen Sie die folgenden Situationen vor – gern können Sie eigene Situationen ergänzen! Vielleicht kennen Sie auch Ängste in der Klasse und können diese sensibel aufgreifen.

Wer von euch hat Angst vor:

- › Hunden
- › Zahnärzt:innen
- › der Dunkelheit
- › Gewitter
- › Spritzen
- › Feuer
- › Monstern
- › Spinnen oder Käfern
- › dem alleine sein / keine Freunde haben / ausgeschlossen werden
- › schlechten Noten
- › Tests
- › Wasser / Untertauchen
- › Höhe
- › Ärzt:innen
- › engen Räumen / eingeschlossen sein
- › dem Fliegen
- › Schlangen
- › ...

### ALTERNATIVE

Sollte in der Klasse keine offene Ansprache der Ängste möglich sein, kann die Lehrkraft die Ängste auch an der Tafel auflisten. Die Kinder können ihre Ängste auf einen Zettel schreiben und die Lehrkraft führt eine anonyme Strichliste an der Tafel.

# Arbeitsblatt „Meine Ängste – Meine Mutmacher“

Aufgabe 1:

Wovor hast du Angst? Schreibe oder male es hier auf!



Aufgabe 2:

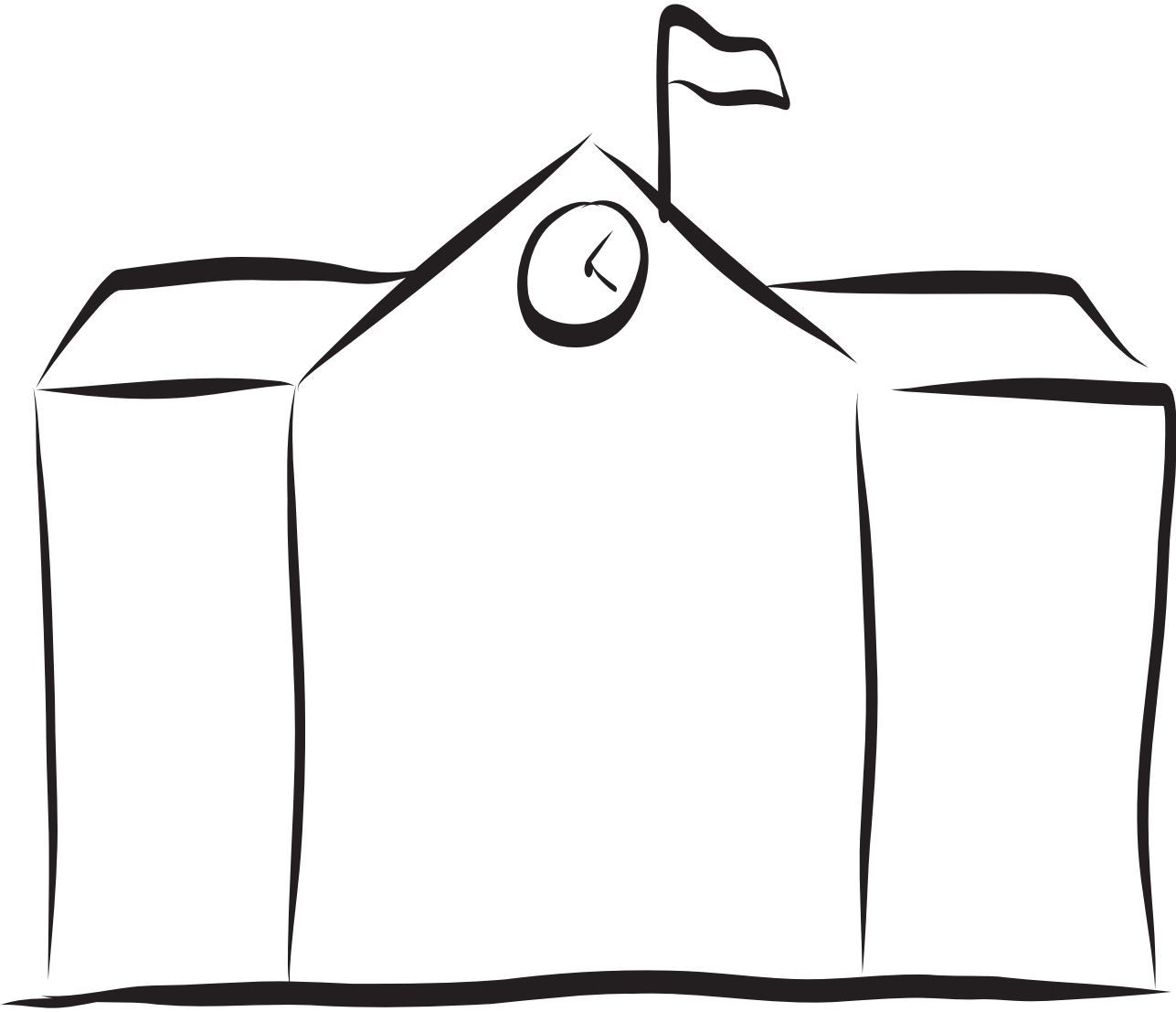
Was macht dir Mut? Schreibe oder male es hier auf!



# Arbeitsblatt „Schule“

Aufgabe:

Überlegt gemeinsam - was kann in der Schule Angst machen?  
Schreibt und malt es in und unter die Schule!



.....

.....

.....

.....