

# „Lubo aus dem All“

Soziales Lernen in der 1. Klasse (Schuljahr 2015/16)



= ein präventives Programm zur Förderung sozial-emotionaler Kompetenzen

## 1. Allgemeines

Lubo ist ein kleiner Außerirdischer, der bei seinen Ausflügen auf der Erde immer wieder auf rätselhaftes Verhalten der Menschen stößt und die Kinder um Hilfe bittet. Die Kinder erklären Lubo ihre Welt. So werden sie selbst auch noch einmal mit den Regeln des Miteinanders vertraut gemacht und dadurch selbstsicher.

1x wöchentlich für ca. 60 Minuten

Regeln: Ich bin leise und höre gut zu!

Ich melde mich, wenn ich etwas sagen möchte!

Ich bin freundlich und fair!

Gemeinsame Reflexion mit jedem Kind am Ende der Stunde (Sternenstaubvergabe). So lernen die Kinder sich selbst und ihr Verhalten besser einzuschätzen.

## 2. Inhalte

Programm besteht aus drei Bausteinen

Baustein	Inhalte
Grundlagentraining	gegenseitiges Kennenlernen Wer bin ich? Was sind meine Stärken? Gefühle: Was ist ein Gefühl? Welche Gefühle kennst du? Woran erkennst du sie? Wie geht es mir selbst? Wie geht es anderen?
Emotionsregulation	Wozu brauchen wir Gefühle? → Gefühle bestimmen unser Verhalten Jedes Gefühl ist in Ordnung, aber nicht jedes Verhalten Wie bleibe ich ruhig? → Strategien sammeln und ausprobieren
Transfer- und Problemlösetraining	Wie kann ich einen Streit gut lösen/verhindern? Was möchte ich? Was sind gute Lösungen? (Problemlöseformel) Wie kann ich einen Streit gut mit anderen besprechen? (Giraffensprache) Wenn-Dann-Prinzip. Mein Verhalten hat Konsequenzen Freundschaften

