Lehrerzimmer

Gratis-Vorlage · Volksschule · Soziales Lernen

Gefühle-Karten: Wie geht's dir heute?

12 Gefühle mit Bild, ein Stimmungsbarometer und Satzanfänge für den Morgenkreis.



Das ist drin

- **12 Gefühle-Karten** mit Bild (2 Seiten)
- **Stimmungsbarometer** zum Aufhängen
- **8 Satzanfänge** für den Morgenkreis
- Plakat **„Was hilft mir?“**

So geht's

1. Karten auf festes Papier drucken und ausschneiden.
2. Im Morgenkreis wählt jedes Kind die Karte, die passt, und sagt einen Satz dazu.
3. Das Barometer aufhängen: Eine Wäscheklammer mit dem Namen zeigt, wie es gerade geht.



Spielidee: Gefühle-Pantomime

Ein Kind zieht eine Karte und spielt das Gefühl ohne Worte vor. Wer es errät, darf erzählen, wann es sich zuletzt so gefühlt hat.

Jede Woche drei neue Gratis-Vorlagen:
lehrerzimmer.eu/gratis

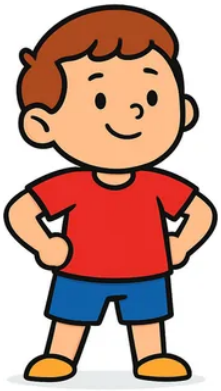
Diese Seite musst du nicht drucken.



fröhlich



zufrieden



mutig



aufgeregt



überrascht



traurig

✂ Ausschneiden, am besten auf festem Papier oder laminiert. Zweimal drucken = Gefühle-Memory.



einsam



wütend



ängstlich



erschrocken



gelangweilt



müde

✂ Ausschneiden, am besten auf festem Papier oder laminiert. Zweimal drucken = Gefühle-Memory.

So geht es mir heute

Stimmungsbarometer



Super!



Gut



Geht so



Nicht so gut



Gar nicht gut

ⓘ Jedes Kind klemmt eine Wäscheklammer mit seinem Namen dorthin, wo es gerade steht. Die Klammer darf den ganzen Tag wandern.

Satzanfänge für den Morgenkreis

ausschneiden und ziehen

Heute fühle ich mich … , weil …

Ich freue mich auf …

Mir hilft, wenn …

Ich war stolz, als …

Wenn ich wütend bin, kann ich …

Heute brauche ich …

Danke an … , weil …

Ich wünsche mir …

Entlang der gestrichelten Linien ausschneiden.

Was hilft mir, wenn ein Gefühl ganz groß ist?



Tief atmen

4 Sekunden ein, 4 Sekunden aus. Dreimal.



Wasser trinken

Ein paar Schlucke, ganz langsam.



Mit jemandem reden

Einem Freund, einer Freundin oder der Lehrerin.



Kurz bewegen

Hüpfen, strecken, Hände ausschütteln.



Etwas malen

Das Gefühl darf aufs Papier.



Bis 10 zählen

Erst zählen, dann reden.

Mein eigener Trick: _____