



# Fit von klein auf

BKK Gesundheitsförderung für Kitas und Grundschulen

## Erläuterung zur Spielbeschreibung

### Spiellesammlung zum Gefühlswürfel

<b>Alter</b>	Ab 3 Jahren
<b>Material</b>	Gefühlswürfel (siehe Bastelanleitung in der Starke Kinder Kiste)
<b>Zielsetzung</b>	Förderung der Wahrnehmung von Gefühlen; Sprachförderung
<b>Ich fühle mich...</b>	Im Morgenkreis bekommt jedes Kind nacheinander den Würfel und zeigt die Oberfläche, die auf seine Stimmung zutrifft und benennt diese, z. B. „Ich fühle mich heute traurig.“ Es kann auch hinzugefügt werden, warum das Gefühl besteht, also beispielsweise <i>„Ich fühle mich heute traurig, weil mein Bruder heute Morgen gesagt hat, dass ich doof bin!“</i>
<b>Stimmungen nachahmen</b>	Abwechselnd bekommt jedes Kind den Würfel und die Aufgabe, die von ihm gewürfelte Emotion mimisch nachzuahmen.
<b>Ich bin wütend, wenn...</b>	Ein Kind bekommt den Würfel, wirft ihn und sagt dann, wann es diesen Gefühlszustand schon einmal erlebt hat, z. B. <i>„Ich bin wütend, wenn mir jemand meine Spielsachen wegnimmt.“</i> oder <i>„Ich war sehr traurig, als mein Opa gestorben ist.“</i> Dann gibt das Kind den Würfel an ein anderes Kind weiter.
<b>Geschichten erfinden...</b>	Auch bei dieser Spielidee wirft ein Kind den Würfel. Es benennt das dargestellte Gefühl und erfindet dann dazu eine kurze Geschichte: Warum es „dem Gesicht“ so gehen könnte. Was hat „das Gesicht“ wohl davor erlebt, dass es ihm so geht?

