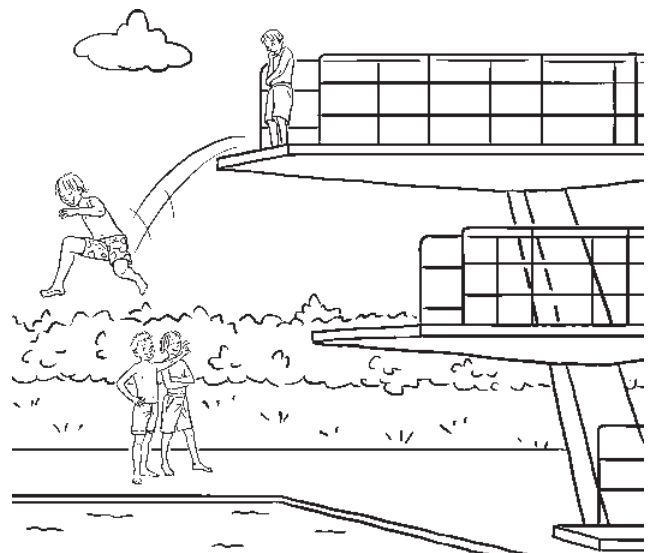




## Einfach springen



- 1 Emil geht über den Schulhof. Vor dem Tor stehen Toni und Lukas. Sie grinsen
- 2 ihn an. Emils Bauch beginnt zu grummeln. Gleich werden sie ihn ärgern.
- 3 Das machen sie immer. Emil weiß nicht, wie er sich dagegen wehren soll.
- 4 Sein Bruder Anton kommt hinter ihm her. Anton ist groß und stark.
- 5 Er geht aufs Tor zu. Toni und Lukas grinsen jetzt nicht mehr. Schnell gehen
- 6 sie weg.
- 7 Emil bewundert seinen Bruder. So wie Anton will er auch werden! Stark und
- 8 mutig!
- 9 Zu Hause will er gleich dafür üben. Er holt sich Antons Hanteln und stemmt
- 10 sie hoch. Aber die Dinger sind sauschwer. Emil schwitzt und keucht. Egal!
- 11 Er wird das schaffen! Er wird auch stark und mutig werden.
- 12 Anton hilft ihm. Er erstellt ihm einen Plan zum Üben. Von nun an hat Emil
- 13 jeden Tag zu tun. Er stemmt Hanteln. Er rennt. Er klettert. Mit Anton geht er
- 14 auch oft ins Schwimmbad. Er sieht, wie Anton auf den 5-Meter-Turm steigt.
- 15 Und da geht er einfach mit. Zum ersten Mal fühlt er sich richtig stark!
- 16 Auf einmal hört er lautes Gelächter: „Hahaha, das traut der Feigling sich nie!“
- 17 Vorsichtig blinzelt Emil nach unten. Ah, ist das hoch!
- 18 Und dort stehen Toni und Lukas am Beckenrand. Sie schauen direkt zu ihm
- 19 rauf. Jetzt muss er es ihnen beweisen!
- 20 Emil geht bis nach vorne an die Kante.
- 21 Ihm ist schlecht. Er fühlt sich
- 22 wie gelähmt. Da ist sie wieder:
- 23 die Angst. Und wenn er nicht
- 24 springt? Dann wird er für immer
- 25 der Feigling bleiben.
- 26 Was soll er nur tun?





## Einfach springen



1 Als Emil über den Schulhof geht, sieht er vor dem Tor Toni und Lukas stehen  
2 und ihm entgegengrinsen. Sein Bauch beginnt zu grummeln, denn er weiß  
3 schon, was das bedeutet: Gleich muss er an den beiden vorbei und dann  
4 werden sie ihn ärgern. Das machen sie immer und er weiß nicht, wie er sich  
5 dagegen wehren soll.

6 Hinter sich hört er Fußgetrappel, dann fragt sein Bruder Anton: „Was ist los?  
7 Traust du dich etwa nicht an denen vorbei?“ Mit langen Schritten geht er an  
8 Emil vorbei und aufs Tor zu. Toni und Lukas vergeht das Grinsen, als sie den  
9 großen starken Anton auf sich zukommen sehen, und sie verdrücken sich  
10 schnell.

11 Voller Bewunderung folgt Emil seinem Bruder nach Hause. So wie Anton will  
12 er auch werden, stark und mutig!

13 Zu Hause macht er sich gleich daran, sein Vorhaben umzusetzen.

14 Er holt sich Antons Hanteln zum Trainieren. Aber die Dinger sind sauschwer.  
15 Emil schwitzt und keucht, als er sie mühsam hochstemmt. Egal! Er wird das  
16 schaffen! Er wird stark werden und wenn er stark ist, dann wird er sich auch  
17 mehr trauen.

18 Anton hilft ihm und erstellt ihm einen Trainingsplan. Von nun an hat Emil  
19 jeden Tag zu tun, stemmt Hanteln, rennt auf dem Sportplatz und klettert auf  
20 Bäume. Mit Anton geht er auch oft ins Schwimmbad, wo sie viele Bahnen  
21 schwimmen, und einmal schlägt er Anton sogar beim Wettschwimmen!

22 Danach ist Emil so glücklich, dass er einfach mitkommt, als Anton auf den  
23 5-Meter-Turm steigt. Zum ersten Mal fühlt er sich richtig stark!

24 Als er oben angekommen ist, hört er auf einmal lautes Gelächter: „Hahaha,  
25 das traut der Feigling sich nie!“

26 Vorsichtig blinzelt Emil nach unten. Ah, ist das hoch!

27 Und dann sieht er sie: Toni und Lukas stehen am Beckenrand und schauen  
28 direkt zu ihm rauf. Jetzt gilt es! Jetzt muss er es ihnen beweisen!

29 Emil geht bis nach vorne an die Kante. Ihm ist merkwürdig schwummrig,  
30 fast ein wenig schlecht. Er fühlt sich wie gelähmt. Da ist sie wieder: die  
31 altbekannte Angst. Aber wenn er jetzt nicht springt, wird er für immer der

32 netzwerk lern. Was soll er nur tun?





1. a) Welche Geschichte hast du gelesen? Schreibe die Überschrift auf.

---

b) Welche Figur steckt in der Patsche?

---

2. Was ist das Problem? Beantworte die Frage in einem vollständigen Satz.

Problem

---

---

---


---

---

3. a) Wie könnte sich das Kind fühlen? Es sind auch mehrere Gefühle gleichzeitig möglich. Schreibe auf.

---

---

 b) Fühlt die Figur mehrere Gefühle gleichzeitig? Denk dir einen Namen für dieses Gefühl aus: z. B. Enttäuschung + Freude = Freutäuschung.

---

4. Welche zwei Möglichkeiten hat das Kind? Was passiert, wenn es sich für die einzelnen Möglichkeiten entscheidet?

1. Möglichkeit: \_\_\_\_\_

---

2. Möglichkeit: \_\_\_\_\_

---



5. Was würdest du tun? Warum würdest du so handeln?


---

---

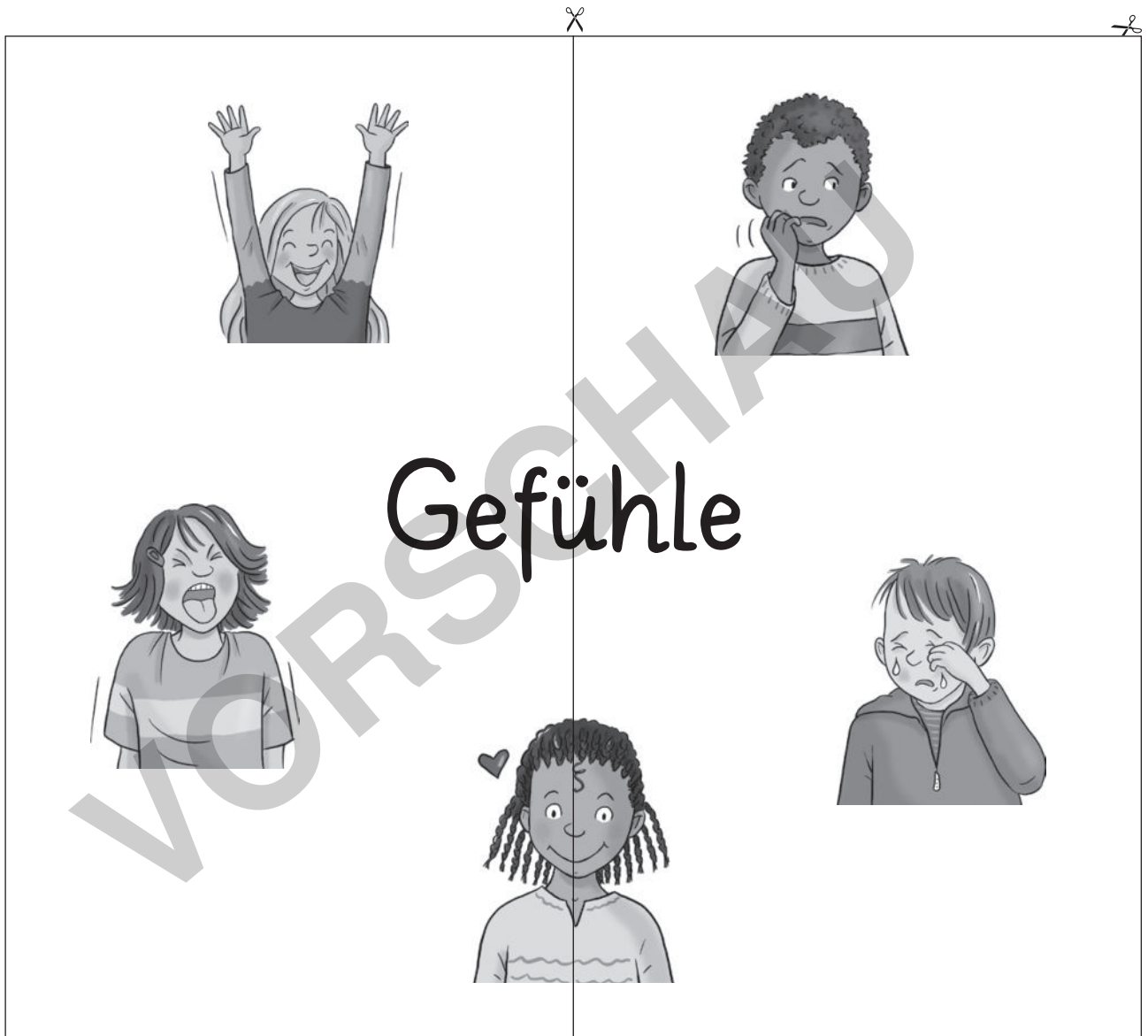
# Lapbook Gefühle: Deckblatt



  Male die Vorlagen für das Deckblatt an und schreibe deinen Namen auf die Linien.

 Schneide die Vorlagen aus.






 Klebe sie auf dein Lapbook.

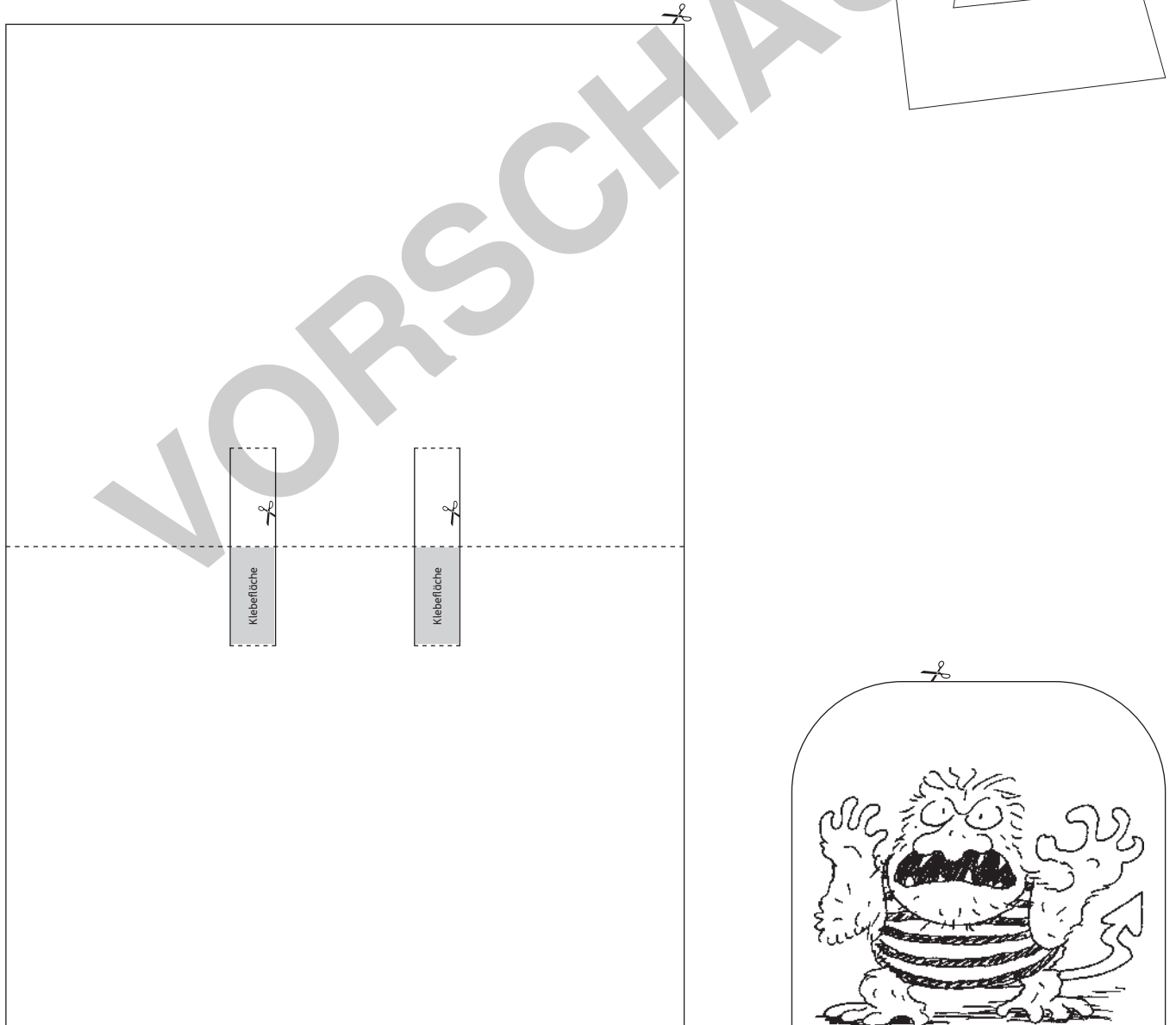
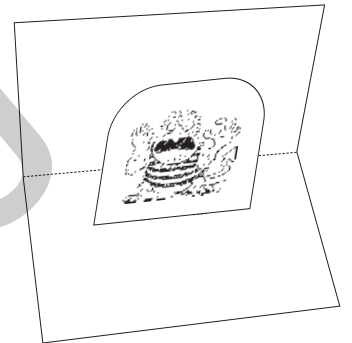
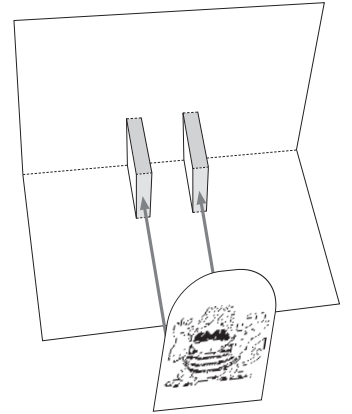


|                        |             |
|------------------------|-------------|
| Dieses Lapbook gehört: | <hr/> <hr/> |
|------------------------|-------------|



Wir alle haben verschiedene Dinge, die uns Angst machen. Somit haben wir verschiedene Angstmonster.

-  Schneide die Vorlagen aus.  
Schneide den Steg der Karte nach Vorgabe aus.  
Falte die Karte.
-  Klebe das Bild auf den Steg.
-  Schreibe oben in die Innenseite, wann du Angst hast.  
Schreibe unten auf die Innenseite, wie du dich dann fühlst.
-  Schreibe die Überschrift „Mein Angstmonster“.
-  Gestalte ein Deckblatt und klebe die Karte auf dein Lapbook.





froh



wütend



ängstlich



traurig



liebepoll



aufgeregt



hilflos  
netzwerk  
lernen

© PERSEN Verlag



verunsichert



nachdenklich

zur Vollversion