

I.55

Gott, ich und die anderen

Danke, dankeschön, besten Dank! – Dankbarkeit macht uns glücklich

Sarah Gerhartz



© RAABE 2024

© fizkes / iStock / Getty Images Plus

Was ist Dankbarkeit? Wofür und wem sind wir dankbar? Und macht „Dankesagen“ glücklich? In dieser Unterrichtseinheit bekommen die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit, gemeinsam nach Antworten auf diese Fragen zu suchen und ihre Dankbarkeit auf den unterschiedlichsten und kreativen Wegen zum Ausdruck zu bringen, z. B. Dankbarkeit im eigenen Körper zu spüren sowie Gemeinschaftsprojekte zu gestalten.

KOMPETENZPROFIL

Klassenstufen:	2 bis 4
Dauer:	ca. 6 Unterrichtsstunden
Kompetenzen:	Religion im Alltag wahrnehmen, eigene Wünsche und Bedürfnisse zum Ausdruck bringen, über das eigene Leben nachdenken, Menschen als von Gott geliebte Geschöpfe erkennen
Thematische Bereiche:	Dankbarkeit, Schöpfung, Gemeinschaft, Achtsamkeit
Medien:	Arbeitsblätter, Texte, Spiel, Lied

Auf einen Blick

Legende:

AB: Arbeitsblatt, LN: Lied/Noten, SP: Spiel, TX: Text, VL: Mal-/Bastelvorlage

L: Lehrkraft; SuS: Schülerinnen und Schüler



Alternative/Differenzierung



Hinweis/Tipp



Impuls/Gespräch

1. Stunde

Thema: Wir sagen Danke

Vorbereitung: Eine große Karte mit „Ich bin dankbar für ...“ beschriften und mehrere Holzperlen sowie eine Schnur bereitlegen.

Einstieg:

M 1 (TX)

Danke, danke, danke! – Fantasiereise 1 / Die SuS sitzen entspannt im Kreis und L liest die Fantasiereise vor.

Die vorbereitete Wortkarte sowie die Holzperlen werden in die Mitte gelegt. Einzelne SuS nehmen eine Perle, sagen, wofür sie dankbar sind, und fädeln die Perle an der Schnur auf (abschließend einen Knoten in die Schnur machen, damit die Perlen nicht herunterrutschen können).

M 2 (LN)

Danke für diesen guten Morgen

Hauptteil: L spricht mit den SuS über Dankbarkeit. Impulsfragen:

- *Was ist Dankbarkeit?*
- *Warum ist es wichtig, dankbar zu sein?*
- *„Dankbarkeit macht glücklich“. Was meint ihr dazu?*

Abschluss:

„Lob-Runde“: Die SuS überlegen, was sie in der Religionsstunde/heute besonders gut gemacht haben und wofür sie sich selbst ein Kompliment machen möchten. Die SuS dürfen sich natürlich auch gegenseitig Lob und Komplimente aussprechen.

Die SuS können ihr Lob/Kompliment an sich selbst auch mithilfe von M 3 schriftlich festhalten.

M 3

Das kann ich richtig gut

Benötigt:

1 große Karte, mehrere Holzperlen, 1 lange Schnur, Entspannungsmusik



2. Stunde

Thema: Wir danken Gott für diese Erde

Vorbereitung: siehe Stunde 1

Einstieg:

M 1 (TX) **Danke, danke, danke! – Fantasiereise 2**
Das Holzperlenband aus Stunde 1 wird durch weitere Danksagungen verlängert.



M 2 (LN) **Danke für diesen guten Morgen**

Hauptteil: L spricht mit den SuS über das Wunder der Natur. Impulsfragen:

- Für was in der Natur möchtest du danken?
- Was hat Gott damit zu tun?
- Wofür und warum könnten wir Gott danken?



M 4 (AB) **Wir danken Gott /** Die SuS erhalten verschiedene Angebote, ihren Dank an Gott gestalterisch auszudrücken. Danach stellen die SuS ihre Ergebnisse vor, wenn sie möchten.



Abschluss: „Lob-Runde“ (siehe Stunde 1)

Benötigt: 1 große Karte, mehrere Holzperlen, 1 lange Schnur, verschiedene (Natur-) Materialien, verschiedene Instrumente, Buntstifte, Knetmasse, ggf. Briefumschläge, Entspannungsmusik

© RAABE 2024

3. Stunde

Thema: Wir sagen Danke für die Menschen in unserem Leben

Vorbereitung: siehe Stunde 1

Einstieg:

M 1 (TX) **Danke, danke, danke! – Fantasiereise 3**
Das Holzperlenband aus Stunde 1 wird durch weitere Danksagungen verlängert.



M 2 (LN) **Danke für diesen guten Morgen**

Hauptteil: L spricht mit den SuS über die Menschen in ihrem Leben. Impulsfragen:

- Für wen in eurem Leben seid ihr dankbar?
- Was denkt ihr: Welche Menschen sind dankbar, dass sie euch in ihrem Leben haben?
- Könnt ihr auch für Menschen dankbar sein, die nicht nett zu euch sind?



L lenkt das Gespräch darauf, dass diese Menschen uns noch stärker machen, und wir auch dafür dankbar sein können. Anschließend tauschen sich die SuS zu zweit in einer Murmelphase zu folgender Frage aus:





Wer war schon einmal gemein zu dir und warum kannst du dafür trotzdem dankbar sein?

M 5 **Dankbarkeitsherzen** / Die SuS beschriften die Herzen für besondere Menschen in ihrem Leben und verschenken diese später. (Die Herzumrisse am besten auf festes Papier kopieren.) Die Rückseite können die SuS bemalen oder kreativ gestalten.

Abschluss: „Lob-Runde“ (siehe Stunde 1)

Benötigt: 1 große Karte, mehrere Holzperlen, 1 lange Schnur, festes Papier, Scheren, Buntstifte, Entspannungsmusik

4. Stunde

Thema: Wir sagen Danke für unsere Spielsachen

Vorbereitung: siehe Stunde 1

Einstieg:

M 1 (TX) **Danke, danke, danke! – Fantasiereise 4**
Das Holzperlenband aus Stunde 1 wird durch weitere Danksagungen verlängert.

M 2 (LN) **Danke für diesen guten Morgen**

Hauptteil: Die SuS tauschen sich mit der Methode „Kugellager“ zu folgenden Fragen aus:

- Was ist dein Lieblingsspielzeug?
- Auf welches Spielzeug könntest du nur schwer verzichten?
- Was würdest du mit auf eine einsame Insel nehmen?

Abschluss: Die SuS erhalten nun verschiedene Spielangebote:

- „Ich packe meinen Dankbarkeits-Koffer“ (Spiel mit der gesamten Gruppe. Es wird wie das bekannte „Kofferpacken“ gespielt).
- „Dankbarkeitsball“ (Spiel mit der gesamten Gruppe): Die SuS stehen im Kreis und werfen sich gegenseitig einen Ball zu (zuvor den Namen des Kindes nennen). Wer den Ball bekommt, darf ein Lieblingsspielzeug / eine materielle Sache nennen, für das/die er dankbar ist.
- „Dankbarkeits-ABC“ (Spiel mit der gesamten Gruppe oder zu zweit): Die Paare gehen Buchstabe für Buchstabe durch das Alphabet und nennen (ggf. abwechselnd) ein entsprechendes Spielzeug / eine materielle Sache, für das/die sie dankbar sind. (Tipp: Das Dankbarkeits-ABC kann auch auf einem Blatt Papier festgehalten und später im Klassenzimmer aufgehängt werden.)

Benötigt: 1 große Karte, mehrere Holzperlen, 1 lange Schnur, Entspannungsmusik, ggf. 1 leeres Blatt Papier und 1 Stift pro Gruppe/Paar



5. Stunde

Thema: Wir sagen Danke für erlebte Glücksmomente

Vorbereitung: siehe Stunde 1

Einstieg:

M 1 (TX) **Danke, danke, danke! – Fantasiereise 5**

Das Holzperlenband aus Stunde 1 wird durch weitere Danksagungen verlängert.



M 2 (LN) **Danke für diesen guten Morgen**

Hauptteil: L spricht mit den SuS über Glücksmomente in ihrem Leben. Impulsfragen:

- Welche Ereignisse in eurem Leben haben euch glücklich gemacht?
- (Zur Stärkung der Klassengemeinschaft): Welche Glücksmomente hattet ihr schon mal gemeinsam in der Klasse?



M 6

Glücksmomente / Die SuS schreiben ein bis zwei erlebte Glücksmomente (entweder individuelle oder von der ganzen Klasse) auf die Kärtchen. Im Anschluss dürfen einzelne SuS ihre Glücksmomente vorlesen.

Für die folgende Zeit steht im Klassenzimmer ein „Dankbarkeitsglas“ und daneben liegen immer einige Blanko-Kärtchen (M 6), die jederzeit von den SuS beschrieben und in das Glas eingeworfen werden dürfen. In regelmäßigen zeitlichen Abständen werden die Glücksmomente vorgelesen (ggf. als Ritual in den Religionsunterricht integriert).



Abschluss: Gespräch darüber, dass es auch mal schlechte Phasen im Leben geben kann, in denen es schwerfällt, glücklich und dankbar zu sein. Impulsfragen:

- Hast du dich schon einmal schlecht gefühlt? (Wurdest du geärgert? Warst du krank?)
- Konntest du in dieser Zeit dankbar sein? Wenn nein, warum nicht?
- Warum ist es gerade in schwierigen Phasen umso wichtiger, dankbar zu sein?



Wenn die SuS untereinander merken, dass ein Kind sich mal nicht gut fühlt, können sie es mit aufmunternden Worten oder beschrifteten Herzen (ähnlich wie in Stunde 3) „beschenken“.



Benötigt: 1 (Einmach-)Glas, mehrere Blanko-Vorlagen von M 6

6. Stunde

Thema: Wir sagen Danke dafür, wer und wie wir sind

Vorbereitung: siehe Stunde 1

Einstieg:



M 1 (TX) **Danke, danke, danke! – Fantasiereise 6**

Das Holzperlenband aus Stunde 1 wird durch weitere Danksagungen verlängert.

M 2 (LN)

Danke für diesen guten Morgen

Hauptteil:



M 7 (AB)

Ich bin gut so, wie ich bin / Die SuS können auswählen, welche Aufgabe sie ausführen möchten.

Abschluss:

M 8 (SP)

Wir sagen Danke! – Spielplan und Ereigniskarten / Die SuS spielen das Spiel entweder zu zweit oder in Kleingruppen. Kommen sie mit ihrer Spielfigur auf ein Feld mit Sonne oder Herz, ziehen sie eine Ereigniskarte und führen die Aufgabe aus.

M 9 (VL)

Dankbarkeitstagebuch / Die SuS erhalten die Vorlage, die sie in den nächsten Tagen zu Hause befüllen dürfen.



Anleitung/Impulse zum Befüllen des Tagebuchs:

„Jeden Abend, bevor du schlafen gehst, überlegst du dir:

– *Wie war mein Tag heute?*

– *Was war heute besonders schön/lustig/angenehm?*

Bestimmt fallen dir dazu ein paar Dinge ein. Suche dir eine Sache oder Situation aus, für die du an diesem Tag besonders dankbar warst, und schreibe sie in eines der Felder.

Manchmal hast du bestimmt auch Tage, an denen es dir schwerfällt, etwas Gutes zu finden, weil der Tag richtig blöd war. Aber geh auch an so einem Tag auf die Suche nach einem Glücksmoment, und sei er noch so klein oder kurz gewesen. Du wirst merken, dass du dann viel glücklicher einschläfst.“



Die SuS können das Blatt an der gestrichelten Linie in der Mitte falten und die Vorderseite selbst gestalten (z. B. die Überschrift „Mein Dankbarkeitstagebuch“ einfügen und zusätzlich bemalen).

Benötigt:

1 große Karte, mehrere Holzperlen, 1 lange Schnur, Entspannungsmusik, 1 Spielfigur pro Kind, 1 Würfel pro Paar/Gruppe

Danke, danke, danke! – Fantasiereisen

M 1

Fantasiereise 1

Setze dich bequem hin und schließe deine Augen. Atme tief durch die Nase ein und durch den Mund wieder aus. Atme nun ganz viel gute Laune durch die Nase ein und alles, was dir schlechte Laune bereitet, kräftig durch den Mund wieder aus. Wiederhole dies ein paarmal. Du darfst beim Einatmen auch gern lächeln. Atme wieder normal weiter. Spüre, wie du immer entspannter wirst.

Stell dir vor, du bist an deinem Lieblingsplatz. Wo ist er? Wie sieht es dort aus? Was hörst du an diesem Platz? Wie riecht es dort? Ist jemand bei dir oder bist du allein? Du fühlst dich an deinem Lieblingsplatz so richtig wohl. Du spürst, wie sich ein angenehmes Kribbeln in deinem Körper ausbreitet. Dein Mund formt sich zu einem Lächeln und dir wird ganz warm ums Herz. Wann hast du dich zuletzt so richtig wohl gefühlt? Denke oder sage nun leise zu dir selbst: „Danke, danke, danke!“

Mit diesem Lächeln im Gesicht darfst du nun langsam die Augen öffnen und ins Klassenzimmer zurückkehren. Spürst du das Gefühl von Dankbarkeit und Glück?

Fantasiereise 2

(Einleitung siehe erster Absatz bei Fantasiereise 1)

Stell dir vor, wie du im grünen Gras mitten auf einer wunderschönen Blumenwiese sitzt. Du schaust nach oben in den Himmel. Plötzlich merkst du, wie du mit deinem ganzen Körper nach oben gezogen wirst. Du hebst ab und landest sanft auf einer großen weichen Wolke. Von hier aus kannst du alles auf der Erde sehen: Bäume, Wiesen, Felder, Seen, Flüsse, Berge ... die wunderschöne Natur. Du siehst auch viele Tiere und lachende Menschen. Das zaubert dir selbst ein Lächeln ins Gesicht. Du freust dich über alles, was du da unten sehen kannst. Denke oder sage leise zu dir selbst: „Danke, danke, danke!“

(Abschluss siehe Fantasiereise 1)

Danke für diesen guten Morgen

M 2

D Hm7 Em7 A D Hm7 Em7 A

1. Dan - ke für die - sen gu - ten Mor - gen, dan - ke für je - den neu - en Tag,

D D7 G Gm D Hm7 G A7 D A7

dan - ke, dass ich all' mei - ne Sor - gen auf dich wer - fen mag.

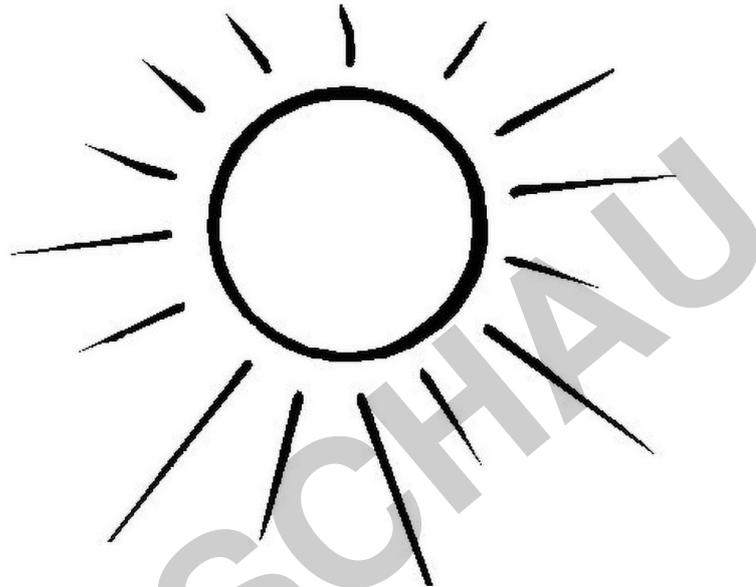
2. Danke, du lässt die Früchte wachsen.
Danke, du lässt das Korn gedeih'n.
Danke, du gibst den Wind und Regen und den Sonnenschein.
3. Danke für alle guten Freunde.
Danke, o Herr, für jedermann.
Danke, wenn auch dem größten Feinde ich verzeihen kann.
4. Danke für manche Traurigkeiten.
Danke für jedes gute Wort.
Danke, dass deine Hand mich leiten will an jeden Ort.
5. Danke für meine Arbeitsstelle.
Danke für jedes kleine Glück.
Danke für alles Frohe, Helle und für die Musik.
6. Danke, dass ich dein Wort verstehe.
Danke, dass deinen Geist du gibst.
Danke, dass in der Fern und Nähe du die Menschen liebst.
7. Danke, ich will an and're denken.
Danke, will ihnen hilfreich sein.
Danke, denn ich bin auf der Erde doch nicht nur allein.

Das kann ich richtig gut

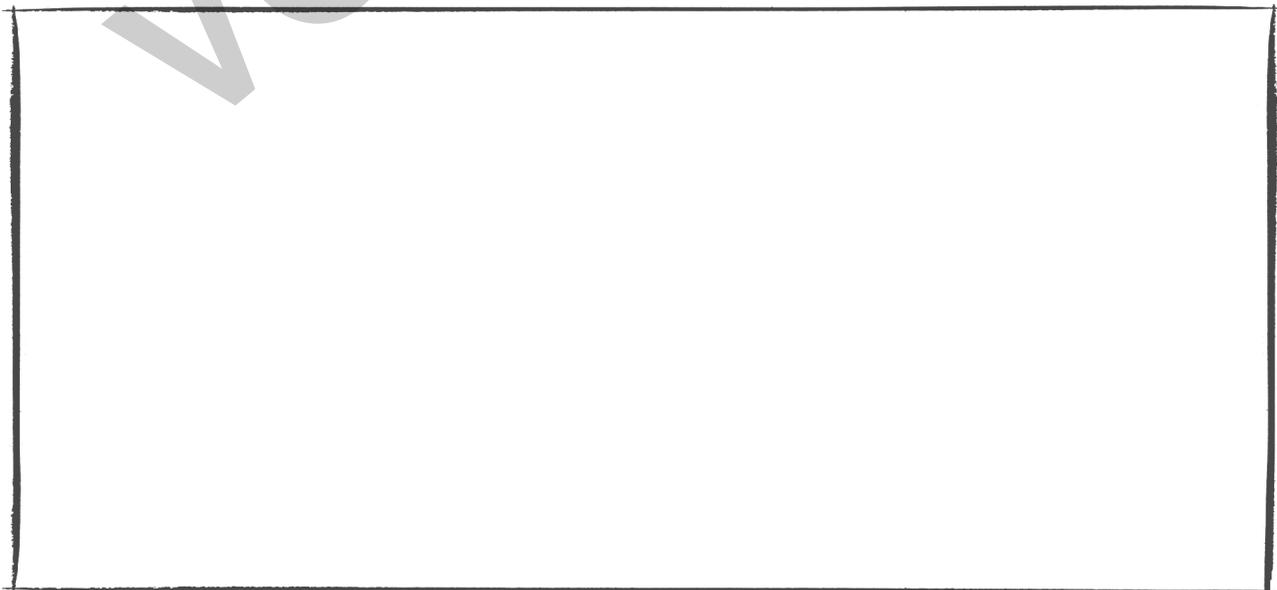
M 3

 **Aufgabe 1:** Schreibe deinen Namen in den Kreis.

 **Aufgabe 2:** Schreibe deine Stärken (was du richtig gut kannst) zwischen die Sonnenstrahlen.



 **Aufgabe 3:** Was hast du heute richtig gut gemacht? Worauf bist du stolz? Lobe dich selbst oder schreibe dir ein Kompliment:

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for students to write their answers to the third task.