

## ◀ M 1 ▶ Übungen zum Ankommen im Raum und im Kreis

### **SuS nehmen Kontakt zum Raum auf**

Die Lehrperson leitet an: „*Schaut euch in diesem (dunklen) Raum um.*“ „*Wo sind wir? Was gibt es alles zu entdecken?*“

### **Ich bin da**

SuS schließen die Augen.

Die Lehrperson leitet an: „*Unsere Füße stehen fest auf dem Boden. Wir spüren den Boden unter unseren Füßen. Wir denken an den Platz, an dem wir sitzen/stehten und an den Platz, den wir zum Leben bekommen haben. Wir atmen tief ein und aus und spüren die Luft, die wir ein- und ausatmen.*“

SuS öffnen wieder die Augen.

### **Wer ist mit mir da?**

Die Schülerinnen und Schüler schauen sich im Kreis/im Raum um: „*Wer ist da? Wer sitzt rechts von mir, links von mir, vor mir, hinter mir, wer gegenüber? Welches T-Shirt/Oberteil trägt sie/er?*“

### **Wir hören unsere Namen**

Lehrperson begrüßt den rechten Nachbarn mit Namen. („*Hallo Tom, schön, dass du da bist!*“). Dieser erwidert den Gruß. Dann begrüßt er seine rechte Nachbarin. So wird weiter verfahren, bis alle im Kreis mit Namen begrüßt wurden.

### **Wir erinnern uns – Wer ist mit mir da?**

Die SuS schließen die Augen. „*Wer ist mit uns da? Wer sitzt rechts von mir, links von mir, vor mir, hinter mir, wer gegenüber?*“ *Welches T-Shirt/Oberteil trägt sie/er? Kenne ich ihren/seinen Namen?*

### **Verbundenheit im Kreis spüren mit Abstand (Hygieneregeln)**

SuS nehmen nacheinander einen Tannenzweig, der bereits unter jedem Stuhl liegt. Lehrperson beginnt, berührt mit dem Tannenzweig den rechten Nachbarn. Dieser hat die Augen geschlossen und streckt seine linke Hand entgegen. Dieser greift das andere Ende des Tannenzweiges, wenn er die Berührung spürt.

„*Wir spüren, dass wir trotz Abstand miteinander verbunden sind!*“ Am Ende dieser Übung werden die Tannenzweige auf der schon ausgelegten Adventsspirale abgelegt.

**Variante:** Wenn es die Hygieneregeln zulassen, dann können Schülerinnen und Schüler sich ohne Tannenzweige einfach nacheinander an der Hand fassen. Der Kreis schließt sich allmählich.