



Hörtipp im Juni

Der kleine rote Panda und die Achtsamkeit

Aljoscha Long, Roland Schwappe



Der kleine rote Panda und die Achtsamkeit
Aljoscha Long, Ronald Schwappe

der Hörverlag

16,00 €

ISBN 978-3-8445-5590-5

Als der kleine rote Panda eines Morgens erwacht und neugierig in den neuen Tag blinzelt, streckt er sich erst einmal ausgiebig, bevor er sich auf den Weg macht, den Wald mit all seinen Sinnen zu entdecken. Unterwegs begegnet er vielen Waldtieren, die ihm die kleinen und großen Wunder der Natur näherbringen. Mit jeder Begegnung lernt der kleine rote Panda eine neue Möglichkeit kennen, seine Achtsamkeit zu stärken und seinen Blick für die besonderen Details des Lebens zu schärfen, sodass er am Abend mit vielen wertvollen Eindrücken und Erfahrungen nach Hause zurückkehrt.

Hörtipp: ab 4 Jahren

Je öfter Sie diese Methode umsetzen, desto mehr Geräusche sind mit der Zeit zu hören.

Der kleine rote Panda und die Achtsamkeit

Aljoscha Long, Ronald Schweppe



Lauschminute

Dauer: ca. 5-15 Min.

Aufwand: einfach

Alter: ab ca. 4 Jahren

Material: CD „Der kleine rote Panda und die Achtsamkeit“, ggf. Arbeitsblatt „Lauschminute“, Stift

„Wenn wir ganz still werden, finden wir die Welt der Klänge“, sagt die alte Eule zu dem kleinen roten Panda. Doch stimmt das wirklich? Die Kinder probieren es selbst aus.

So geht's:

1. Hören Sie sich gemeinsam Track 4 der Geschichte an. Worum geht es? Welchem Tier begegnet der kleine rote Panda? Und worüber sprechen die beiden? Offene Fragen werden geklärt.
2. Wählen Sie nun einen bestimmten Ort in oder um Ihre Einrichtung aus. Es kann ein Gruppenraum sein, aber auch der Hof oder Garten. Die Kinder machen es sich dort gemütlich und schließen etwa eine Minute lang die Augen. Ihre Mission: Genau hinhören! Während sie am Anfang – wie auch der rote Panda – erst die einfachen, lauten Geräusche hören, gesellen sich nach und nach noch viele kleine andere, kleine und leise Geräusche dazu.
3. Was haben die Kinder alles gehört? Auf dem Arbeitsblatt „Lauschminute“ können sie das Gehörte visuell festhalten und anschließend gemeinsam besprechen. Alternativ können Sie auch ohne Arbeitsblatt arbeiten und direkt in der Gruppe über die Hörerlebnisse sprechen.

Hinweis:

In einer zweiten Runde können die Kinder versuchen, das Gehörte zu orten und auf dem Arbeitsblatt festzuhalten. Aus welcher Richtung

- 2 kam das Vogelgezwitscher? War es nah oder fern?

Weitere Methoden finden Sie auch auf www.ohrenspitzer.de

Der kleine rote Panda und die Achtsamkeit

Aljoscha Long, Ronald Schweppe



Ich schenke dir ein Geräusch

Dauer: ca. 15 Min.

Aufwand: einfach

Alter: ab ca. 4 Jahren

Material: CD „Der kleine rote Panda und die Achtsamkeit“, verschiedene Geräuschemacher und Musikinstrumente

„Jedes Geräusch erzählt seine Geschichte!“, sagt der Spatz dem kleinen roten Panda. Welche Geschichten könnten das sein? Probieren Sie es gemeinsam aus.

So geht's:

1. Hören Sie sich gemeinsam Track 5 der Geschichte an. Wen trifft der kleine rote Panda? Worüber sprechen die beiden und was genau hören sie? Offene Fragen werden geklärt.
2. Die Kinder setzen sich in einen Stuhl- oder Sitzkreis. In der Mitte liegen verschiedene Geräuschemacher und Musikinstrumente. Sie beginnen das Spiel: Dazu schließt das Kind links neben Ihnen die Augen. Sie wählen nun eines der Instrumente aus, sagen zu dem Kind mit geschlossenen Augen „Ich schenke dir ein Geräusch“ und spielen dann leise und vorsichtig das Geräusch vor.
3. Nachdem Sie das Instrument zurückgelegt haben, öffnet das Kind die Augen und bedankt sich für das Geschenk. Welches Instrument hat es gehört? Und welche Geschichte könnte es erzählt haben?
4. Hat das Kind kurz nachgedacht und seine Vermutung geäußert, ist es an der Reihe, dem Nachbarkind ein Geräushegeschenk zu machen. Das Spiel geht weiter, bis alle Kinder ein Geräusch ge- und verschenkt haben.

Gerne können vor dieser Methode eigene Collagen mit den Kindern gebastelt werden.

Der kleine rote Panda und die Achtsamkeit

Aljoscha Long, Ronald Schweppe



Ich sehe was, doch was hörst du?

Dauer: ca. 10-15 Min.

Aufwand: einfach

Alter: ab ca. 4 Jahren

Material: CD „Der kleine rote Panda und die Achtsamkeit“, ein Wimmelbild, entweder aus einem Bilderbuch oder eine selbst gestaltete Collage

„Wenn man richtig hinguckt, entdeckt man überall kleine Wunder!“, sagt das Eichhörnchen dem kleinen roten Panda. Testen Sie es gemeinsam aus.

So geht's:

1. Hören Sie sich gemeinsam Track 6 der Geschichte an. Wen trifft der kleine rote Panda? Worüber sprechen die beiden und was sehen sie? Offene Fragen werden geklärt.
2. Wählen Sie einen bestimmten Ort, an dem man viel sehen kann. Alternativ können Sie auch auf ein Wimmelbild oder eine selbst gestaltete Collage zurückgreifen.
3. Gemeinsam betrachten Sie die Umgebung oder das gewählte Wimmelbild.
4. Beginnen Sie nun mit dem Satz: „Ich sehe was, und das macht: Schuhu, schuhu“. Die Kinder suchen dann auf dem Wimmelbild das zugehörige Tier bzw. Ding und zeigen darauf, in unserem Beispiel auf die Eule.
5. Weiter geht es mit dem nächsten Geräusch.
6. Je nach Entwicklungsstand der Kinder können auch die Rollen getauscht werden, und Sie erraten das Tier oder das Ding, das die Kinder Ihnen mit einem Geräusch präsentieren.

Basteln Sie gemeinsam eine Geräuschemolke der Achtsamkeit. Die Kinder schreiben ihre gefundenen Geräusche auf Klebezettel, die anschließend wolkenförmig aufgeklebt werden.

Der kleine rote Panda und die Achtsamkeit

Aljoscha Long, Ronald Schwappe



Geräusche, die mir gut tun

Dauer: ca. 10-15 Min.

Aufwand: einfach

Alter: ab ca. 4 Jahren

Material: CD „Der kleine rote Panda und die Achtsamkeit“, Arbeitsblatt „Geräusche, die mir gut tun“

Der kleine rote Panda entdeckt seine Umwelt mit all seinen Sinnen und lernt mit jeder Übung ein Stück mehr, was Achtsamkeit bedeutet. Geben Sie den Kindern Zeit, ihre persönliche auditive Achtsamkeit zu entdecken.

So geht's:

1. Geben Sie den Kindern Zeit, über Geräusche aus ihrem Alltag nachzudenken. Sprechen Sie gemeinsam darüber, welche Geräusche sie gerne hören und welche sie als unangenehm empfinden.
2. Teilen Sie anschließend das Arbeitsblatt aus. Die Kinder sammeln darauf Geräusche, die ihnen guttun, und Geräusche, die sie lieber meiden möchten. Geben Sie den Kindern ausreichend Zeit zum Ausfüllen und unterstützen Sie sie bei Bedarf mit Beispielen oder Gesprächsimpulsen.
3. Lassen Sie die Kinder ihre Ergebnisse anschließend freiwillig vorstellen und tauschen Sie sich gemeinsam über unterschiedliche Hörempfindungen aus.

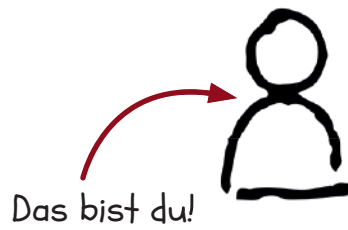


LAUSCHMINUTE
KOPIERVORLAGE

NAME:

DATUM:

Was kannst du um dich herum alles hören? Und aus welcher Richtung kam es? Male es auf.





GERÄUSCHE, DIE MIR GUT TUN

DIESE GERÄUSCHE HÖRE ICH **GERNE** ...
(GERÄUSCHE, DIE MIR GUT TUN!)

DIESE GERÄUSCHE HÖRE ICH **UNGERN** ...
(GERÄUSCHE, DIE MIR NICHT GUT TUN!)