

## 10-Minuten-Übung: Kleine Rituale

Die abgedruckten Praxisideen sind dem Buch "Kleine Rituale in der Schulseelsorge" entnommen (s. u.).

### **Wetterbericht** (Rituale zu Beginn des Religionsunterrichts, S. 43)

*Zielgruppe:*

Schülerinnen und Schüler aller Schularten bis zur 7. Jahrgangsstufe

*Material:*

Laminierte Sonne aus Tonpapier DIN A3, laminierte weiße Wolke DIN A3, laminierte schwarze Wolke DIN A3, Körbchen mit Wäscheklammern in der Anzahl der Schülerinnen und Schüler

*Beschreibung:*

Jede Schülerin und jeder Schüler nimmt zu Beginn des Unterrichts eine Wäscheklammer und klammert diese

- an die Sonne, wenn es ihr oder ihm sehr gut geht,
- an die weiße Wolke, wenn seine Stimmungslage ausgeglichen ist,
- an die schwarze Wolke, wenn sie oder er sehr belastet ist.

*Hinweis:*

Dieses Ritual eignet sich für große Klassen. Es gibt einen Überblick über die Stimmungslage in der Klasse.

### **Adventskalender** (Rituale zu bestimmten Zeiten im Schuljahr, S. 67)

*Zielgruppe:*

Alle Menschen im Lebensraum Schule

*Material:*

Papiere in Klarsichthüllen oder laminiert in DIN A4. Sie sind auf der einen Seite mit den Zahlen 1-24 beschriftet, auf der anderen Seite mit dem jeweiligen Impuls des Tages.

*Beschreibung:*

Im Klassenraum oder in der Aula wird auf Stellwänden ein Adventskalender gestaltet. Jeder Tag enthält eine Gedankenanstregung, ein Rätsel, einen Comic etc., um das Thema Weihnachtszeit kritisch und nachdenklich aufzugreifen. Das Material für den Adventskalender kann im Internet recherchiert werden (Copyright beachten) oder mit einer Klasse gestaltet werden.

## **Bewusster Wechsel des Ortes** (Rituale für mich, S. 94)

### *Beschreibung:*

Das Weggehen von der Arbeitsstelle, der Weg nach Hause und das Ankommen daheim sind hilfreiche Zeiten, um einen bewussten Übergang zu schaffen zwischen Arbeit und Privatem.

### *Beispiele:*

Das bewusste Schließen von Türen beim Verlassen der Schule.

Die Gestaltung des Weges von der Schule nach Hause als "Zeit für mich" je nach eigenen Bedürfnissen mit Musik, Stille, Bewegung oder anderem.

Ein kurzes Anhalten auf diesem Weg als bewusstes Innehalten mit dem Blick zurück und dem Blick nach vorne.



"Kleine Rituale in der Schulseelsorge", Hrsg. Religionspädagogisches Zentrum Heilsbronn, AutorInnen: Dr. Ute Baierlein, Irene Böttcher, Daniela Ehrig, Frank Jenschke, Claudia Wust; Heilsbronn 2016, 102 Seiten, 13,80 €

» zu bestellen über <https://www.rpz-heilsbronn.de/shop.html>