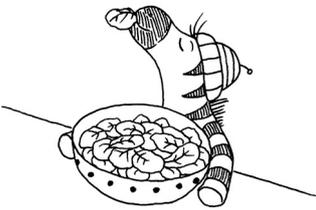


Zebra



Heute teile ich mein Frühstück mit einem anderen Kind.

Heute gebe ich unserer Sekretärin eine warme Dusche.

Heute gebe ich meiner Lehrerin oder meinem Lehrer eine warme Dusche.

Heute umarme ich jemanden, den ich gern habe.

Heute spiele ich mit einem Kind in der Pause, mit welchem ich vorher noch nie gespielt habe.

Heute bedanke ich mich bei unserem Küchenpersonal mit einer warmen Dusche.

Heute begrüße und verabschiede ich mich bei allen aus meiner Gruppe.

Heute schreibe ich einen kleinen Dankesbrief an unseren Hausmeister.

Heute achte ich auf meine Worte. Nur Freundliches werde ich heute sagen.

Heute gebe ich jeweils drei Kindern eine warme Dusche.

Heute serviere ich einem Kind das Mittagessen.

Heute helfe ich einem Kind bei seinem Klassendienst.

Heute achte ich darauf, sowohl Kindern als auch Erwachsenen die Türe aufzuhalten.

Heute achte ich auf die verschiedenen Geräusche, die ich höre und merke mir die schönsten.

Heute schreibe ich der Schulleitung einen Brief und zähle auf, was mir an unserer Schule gut gefällt.

Heute achte ich darauf, mein Frühstück ganz achtsam und bewusst zu essen.

Heute achte ich auf meine Gefühle und schreibe ins Wochenplantagebuch, wie es mir geht.

Heute schaue ich aufmerksam nach einem Kind, das Hilfe braucht und biete meine an.

Heute male ich ein Bild für unser OGS-Team und bedanke mich bei diesem.

Heute bereite ich jemandem eine Freude, indem ich etwas male, bastle oder schreibe.

Heute gehe ich ganz achtsam durch den Tag und flüstere ein leises „Danke“ über all die Dinge, die mich erfreuen.

Heute umarme ich ein anderes Kind und sage ihm: „Schön, dass du in meiner Klasse bist.“

Heute tröste ich ein Kind, das traurig aussieht und helfe dabei, dass es ihm wieder besser geht.

Heute helfe ich im Klassenraum und räume auf.