



# Idee der Woche

**Setting:** Sozial-Emotionales Lernen

**Alter:** alle Altersstufen

**Kompetenzen:** Einstellungen

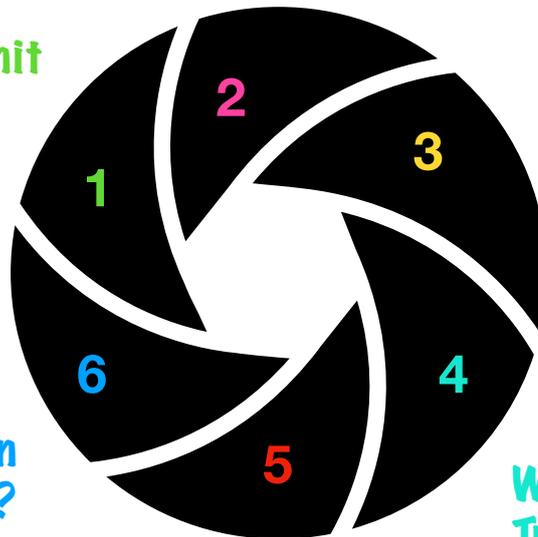
**Funktion:** Selbstregulation

Wie können wir die  
Bedingungen verändern,  
damit dir ... leichter fällt?

Was kannst du  
verändern, damit  
dir ... leichter  
fällt?

Was können wir am  
Regelwerk verändern,  
damit dir ... leichter fällt?

Was ist das  
Schlimmste, was  
passieren kann, wenn  
du nichts veränderst?



Was würdest du dir als  
Trainer raten, damit  
dir ... leichter fällt?

Wer könnte dir helfen  
und dich unterstützen,  
damit dir ... leichter  
fällt?

Die SuS reflektieren nach jedem Übungskampf ihr Verhalten und den Umgang mit ihren Emotionen.  
Sie erläutern ggf. warum es ihnen schwer fällt, Normen zu akzeptieren.

[www.iqsh.de](http://www.iqsh.de)