

# 01 Gefühle



## 7 Das limbische System

KG

US

MS

OS



**An was erkennt man deine Befindlichkeit?**

**Material**

Spiegel

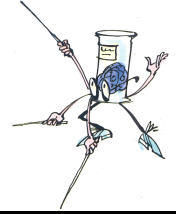
**Bemerkungen**

Gesichter verraten viel und lösen beim Gegenüber immer etwas aus. Was denkt jemand, wenn er dich sieht?

- Schaue in den Spiegel und versuche verschiedene Gesichtsausdrücke aus. Stelle dir Gefühle, Befindlichkeiten vor und setze sie via deiner Mimik um.
- Verweile einen Moment und schaue dich gut an

# 02 Gefühle

## 7 Das limbische System



KG

US

MS

OS

↑  ↑↑  ↑↑↑

### Erkennst du die Gefühlslage deines Gegenübers?

#### Material

Karten mit Gefühlsworten, 1 Spiegel, 2 Stühle

#### Bemerkungen

- Setzt euch Rücken an Rücken auf die Stühle. Jede Person hält einen Spiegel in der Hand
- Person A zieht eine Karte und versucht, das Wort mit dem Gesicht darzustellen. Der Spiegel dient zur Kontrolle
- Zählt auf drei und dreht euch zueinander um
- Was erkennt Person B für ein Gefühlsausdruck bei Person A?
- Wechsel

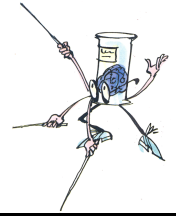
#### Zusammensetzung Gesichtsausdruck



(vgl. Argyle 1979, S.202)

# 03 Gefühle

## 7 Das limbische System



KG

US

MS

OS

↑

↑↑

↑↑↑

**Wie nehme ich die Gesichtsausdrücke meiner Klassenkameraden wahr?**

**Material**

Kamera, Computer und Drucker. Daraus ergibt sich ein Arbeitsblatt.

**Bemerkungen**

- Von jedem Kind wird ein Gesichtsausdruck fotografiert. Die Lehrperson erfährt, welchen Ausdruck das Kind dargestellt hat und notiert es auf
- Alle Fotos werden zum Schluss auf den Beamer projiziert
- Einzeln oder in Gruppen wird nun versucht herauszufinden, hinter welchem Gesicht welches Gefühl steht
- Kann man auch als Wettbewerb lösen

Foto	Foto	...

## 04

## Emotionen lesen



7

## Das limbische System

KG US MS OS 

**Kannst du die Emotionen der Menschen in deinem Umfeld erraten?**

**Material**

Bildkarten

Beschreibungen der sechs Grundemotionen

iPad

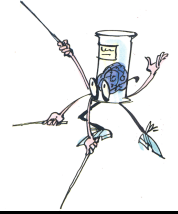
**Bemerkungen**

Emotionen entstehen im limbischen System, welches meist unbewusst arbeitet. Es hilft uns Gefahren zu meiden und Chancen zu ergreifen. Emotionen haben grosse Auswirkungen auf unser Denken und beeinflussen Entscheidungen, auch wenn wir objektiv und logisch sein wollen.

1. Erkennst du die sechs Grundemotionen auf den Bildern? Ordnen die Bilder den Begriffen mit den Beschreibungen zu. Kontrolliere sie anhand der Lösung (Farben).
2. Erstelle mit Hilfe des iPads Fotos von dir mit den sechs Grundemotionen.
3. Zum Abschluss eures Besuches in der Lernwerkstatt zeigst du die Bilder mit dem Beamer deiner Klasse und lässt sie deine Emotionen erraten.



# 05 Schmerzempfinden



## 7 Das limbische System

KG

US

MS

OS

♀

♂

👤

**Wo am Körper empfindest du viel, bzw. wenig Schmerzen?**

**Material**

Wäscheklammern, Arbeitsblatt, Schreibzeug

**Bemerkungen**

Schmerzen empfindet man unterschiedlich. Versuche mit der Wäscheklammer verschiedene Körperteile aus und achte darauf, wo du wie starke Schmerzen empfindest. Übertrage dein Schmerzempfinden auf das Blatt und vergleiche es anschliessend mit deiner Partnerin/deinem Partner.

Ihr könnt euch auch gegenseitig die Wäscheklammer setzen.

# 06 Haarausfall



## 7 Das limbische System

KG

US

MS

OS

**Bei wie vielen Haaren, die man dir ausreißt, empfindest du am meisten Schmerzen??**

**Material**

**Bemerkungen** Zieht einander vorsichtig Haare vom Kopf.

Merkst du, ob es ein Haar war oder ob es mehrere Haare waren?

Was tut mehr weh? Ein, Haar, 2 Haare, 3 Haare....?

07

## Schraubzwinde



7

## Das limbische System

KG US MS OS  ♀ ♂ 👤 👤

**Wie lange hältst du einen Schmerz aus?**

**Material**

Schraubzwinde

**Bemerkungen**

Stecke einen Finger in die Schraubzwinde und mache sie langsam zu.

- Wie lange kannst du deinen Finger in der Schraubzwinde lassen?
- Was löst eine Pause aus?

Ihr könnt den Versuch auch zu zweit machen. Aber Achtung: Reagiere sofort, wenn deine Partnerin/dein Partner schreit!

# 08 Viehdraht



## 7 Das limbische System

KG

US

MS

OS

### Wer spürt den Schmerz?

**Material**

Geladener Viehdraht

**Bemerkungen**

Wie viel Strom erträgt der Mensch?

Bis 1 mA: Kribbeln, wahrnehmbar beim Berühren mit den Fingern.

Bis 15 mA: zunehmendes Kribbeln und schliesslich Muskelkrampf.

15 bis 30 mA: Muskelkrampf, bei dem der Betroffene die Hand nicht mehr vom umfassten elektrischen Leiter lösen kann.

- Versuche den Draht zu berühren. Es ist eine kleine Mutprobe und es wird nichts Schlimmes passieren.
- Bildet nun eine Reihe und hält euch an den Händen fest (nicht loslassen!). Der Vorderste berührt nun den Draht. Wer alles in der Reihe spürt etwas?



09

# Geruchssinn



7

## Das limbische System

KG

US

MS

OS

♀

♂

👤

**Erkenntst du die Gerüche?**

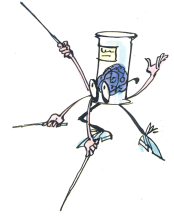
**Material**

12 Duftdöschen, Augenbinde, Bilder

**Bemerkungen**

1. Erkenntst du die Gerüche in den Döschen?
2. Spielt zu zweit das Duftmemory.

# 10 Glücksgefühle



## 7 Das limbische System

KG

US

MS

OS



### Wie entsteht das Glücksgefühl?

#### Material

3 Zettel

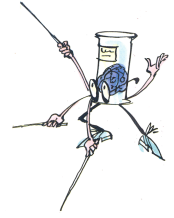
Bleistift

#### Bemerkungen

1. Schreibe in einem Satz auf einen Zettel, wie du dich gerade fühlst.
2. Schreibe auf den zweiten Zettel fünf Dinge, die dich glücklich machen. Lies sie dann noch mal in Ruhe durch und stelle sie dir vor. (Am Besten schliesst du dafür die Augen)
3. Nimm den dritten Zettel und schreibe in einem Satz auf, wie du dich jetzt fühlst.
4. Vergleiche den ersten und den dritten Zettel.

# 11

# Thermorezeptoren



7

Das limbische System

KG

US

MS

OS

†

††

†††

**Welcher Eimer ist der wärmste?**

**Material**

3 Eimer, einer mit eiskaltem Wasser, einer mit heissem Wasser und einer mit lauwarmen Wasser

**Bemerkungen**

Stecke für eine Minute die rechte Hand in das eiskalte und die linke in das heiße Wasser. Dann stecke beide in den mittleren Eimer. Wie fühlen sich die Hände an?

12

# En Guete



7

## Das limbische System

KG

US

MS

OS

♀

♂

👤

**Es darf probiert werden**

**Material**

Verschiedene Insekten

**Bemerkungen**

Wir essen mit den Augen und sind Kulturgeprägt. In einigen Kulturen gelten diese Insekten als Delikatessen – ihr dürft sie gerne probieren!

# 13 Öffne die Schachtel



## 7 Das limbische System

KG  US  MS  OS

**Rate, was in der Schachtel sein könnte**

**Material** Schachtel Nummer 7.13

**Bemerkungen** Öffne **vorsichtig** die Schachtel!

# 14 Überraschung



## 7 Das limbische System

KG

US

MS

OS

♀

♂

👤

**Öffne den Vorhang und lass dich überraschen!**

**Material**

Glaskasten

**Achtung!**

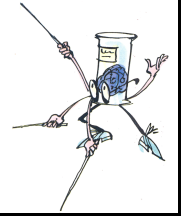
Wenn du vor einigen Tieren grosse Angst hast, solltest du diesen Posten nicht lösen.

**Bemerkungen**

Beobachte deine Reaktionen und versuche deine Gefühle zu beschreiben.

15

## Schärfe



7

## Das limbische System

KG US MS OS  ♀ ♂ 👤**Achtung - Scharf****Material**

Chilischoten

**Bemerkung**

Du darfst an der Chilischote knabbern, aber nimm nur einen kleinen Biss! Sollte es zu fest brennen, neutralisiere den Schmerz mit einem Schluck Milch.