



# FehLERN

Eine Chance zum Wachsen

Diana Schönholzer und Heiko Lingemann

Einführen

Sehen im Theater

Besprechen

Erleben mit dem Workshop

Anwenden

# Ideenkatalog für die Unterrichtseinheit ANWENDEN

## Liebe Lehrerinnen und liebe Lehrer

Mit dem Dossier „Anwenden“ möchten wir Unterrichtsmaterialien zur Vertiefung des FehLERN-Workshops zur Verfügung stellen. Dazu haben wir drei Lernziele festgelegt und Übungen erstellt.

## Aufbau der Übungen

Es gibt drei verschiedene Niveaus, die mit den „Moodballs“ erkennbar sind.



leicht (für alle)



mittel



schwer

## Pilotprojekt - Rückmeldung

In eigener Sache: Das FehLERN-Projekt ist noch in seinen Anfängen. Deshalb sind wir auf eure Rückmeldungen, sei es zum Theater, zum Workshop oder zu den Unterrichtseinheiten, angewiesen. Unser Ziel ist, dieses Angebot stetig auszuarbeiten und zu einem unterrichtsbereichernden Projekt für Primarschulen zu entwickeln. Über eure Kritik, Ideen und Anregungen würden wir uns sehr freuen.

Die Feedbacks können persönlich oder direkt per Mail an uns unter [info@clownkomik.ch](mailto:info@clownkomik.ch) mitgeteilt werden. Herzlichen Dank!

**Lernziel 1**  
**Die Schülerinnen und Schüler wissen, dass Fehler machen und Scheitern zum Leben und Lernen gehören.**  
**Sie lernen, die damit verbundenen Gefühle wahrzunehmen.**

### 1. Wir feiern ein „Fiasko“-FehLERN-Fest!

Arbeitsblatt



- 1a Erlebnisse des Scheiterns in der Klasse austauschen, wahrnehmen und akzeptieren.  
 Wiederaufgreifen der FehLERN-Suppe aus dem Workshop

1a1-1a2

### 2. Zeichnen und Malen



- 2a Zeichnen und Malen – das fühlt sich aber seltsam an...

2a1



- 2b Zeichnen und Malen – das fühlt sich aber seltsam an...  
 (mit Fragebogen)

2b1-2b2

### 3. Geschichten schreiben



- 3a Ein unvergesslicher Fehler...

3a1



- 3b Texte zum Thema Fehler machen und Scheitern schreiben

3b1

### 4. Ein kleines Theaterstück: Ein Problem – viele Möglichkeiten



- 4a In der Gruppe ein kleines Theaterstück kreieren und präsentieren.

4a1

**Lernziel 2**

**Die Schülerinnen und Schüler lernen Techniken kennen, Rückschläge als überwindbare Hürden zu sehen und damit umzugehen.**

**5. FehLERN-Box**

Arbeitsblatt



5a FehLERN-Box gestalten, ausschneiden und zusammenkleben 5a1-5a3



5b FehLERN-Box mit Motivationssätzen zum Auswählen 5b1-5b3

**6. Mein „Fiasko“ – meine „Fiaska“**



6a Eine Fantasiereise – Motivationsfigur zeichnen 6a1

**7. Zitate von Berühmtheiten**



7a Zitate berühmter Personen 7a1-7a2

**8. (Feh)LERN-Tagebuch**



8a Sieben Tipps und Tricks vom Zirkusprofi 8a1-8a4

**Lernziel 3**

**Die Schülerinnen und Schüler lernen mit dem Jonglieren den praktischen Nutzen der konstruktiven Sichtweise auf Fehler kennen.  
Im Idealfall können sie diese auf andere Lernprozesse übertragen.**

**9. Jonglieruhr – Alles zu seiner Zeit**



9a Jonglieren mit der Jonglieruhr 9a1-9a3



9b Bastelanleitung für Jonglierbälle 9b1-9b2

1a1



Wir feiern ein „Fiasko“-FehLERN-Fest!

Im FehLERN-Workshop hast du bereits einen deiner Fehler aufgeschrieben und eine Fehler-Suppe mit „Fiasko“ gekocht.

Nun ist es Zeit, in der Klasse alle Fehler so richtig zu feiern!

- a) Überlege dir verschiedene Fehler oder Momente, in denen du gescheitert bist. Was war für dich lustig, was schlimm, was dumm, was ein glücklicher Fehler?
- b) Schreibe jede Fehler-Situation auf einen Papierstreifen.
- c) In einer Gruppe legt ihr alle eure Papierstreifen in eine Schachtel.
- d) Jemand ist die Fehler-Fee und darf jeweils einen Streifen herausnehmen. Das Kind, dem der Fehler oder die Situation passiert ist, schildert die Geschichte.  
Tauscht aus: Wer hat so was auch schon erlebt? Was hast du daraus gelernt? War es danach okay, dass dir dieser Fehler passiert ist?
- e) Zum Schluss wählt ihr in der Gruppe eine bis zwei Fehler-Situationen aus, die ihr der ganzen Klasse erzählen möchtet.  
Gibt es in der Klasse sogar eine Fehler-Hit-Liste?
- f) Fehler machen ist okay und darum werden sie zum Schluss mit einem Znüni für alle gefeiert!



2a1



Zeichnen und Malen – das fühlt sich aber seltsam an...

Zeichne das Bild von Fiasko ab:

- a) mit der linken Hand
- b) mit der rechten Hand
- c) mit dem linken Fuss
- d) mit dem rechten Fuss
- e) mit dem Mund





## Zeichnen und Malen – das fühlt sich aber seltsam an...

1. Du machst einen Versuch: Zeichne oder male mit jeder Hand, mit jedem Fuss und deinem Mund das Bild mit „Fiasko“ ab.
2. Beantworte danach folgende Fragen:  
Was hat dir bei dieser Übung am meisten Spass gemacht?

---

3. Was war schwierig?

---

4. Wie hast du dich gefühlt, als du mit deiner „schwächeren“ Hand versucht hast, „Fiasko“ zu zeichnen?

---

5. Sind dir dabei Fehler passiert?

---

6. Was denkst du, würde geschehen, wenn du jeden Tag mit deiner „schwächeren“ Hand das Abzeichnen von „Fiasko“ üben würdest?

---

---





## Geschichten schreiben

### „Ein unvergesslicher Fehler“

Ein Fehler, ein Missgeschick, etwas ist dir nicht gelungen, du bist gescheitert...

Woran kannst du dich genau noch erinnern?

#### a) Beantworte die Fragen:

1. Beschreibe den Fehler oder das Missgeschick und benütze Adjektive wie zum Beispiel *lustig, schlimm, traurig, gross, klein, komisch* usw.

---

2. Wann ist dir ein Fehler passiert, den du nicht mehr vergessen kannst? Zum Beispiel *an einem Morgen, an einem bestimmten Tag oder zu einer bestimmten Jahreszeit?*

---

3. Wo ist der Fehler oder das Missgeschick passiert? Zum Beispiel *draussen, in einem Haus, in der Stadt?*

---

4. Wer war dabei? Zum Beispiel *Freunde, Familienmitglieder, Tiere, niemand?*

---

5. Wie fühltest du dich, bevor dir der Fehler oder das Missgeschick passierte? Warst du *fröhlich, traurig, müde, gestresst, aufgeregt, unkonzentriert* usw.?

---

6. Hattest du etwas Besonderes dabei? Zum Beispiel *ein Geschenk, ein Rucksack, ein Buch, ein Fahrrad* usw.

---

7. Wie hast du dich danach gefühlt?

---

8. Was hast du daraus gelernt? Gab es etwas Gutes an diesem Fehler?

---

#### b) Schreibe nun eine Geschichte mit Hilfe dieser Notizen auf.



## Texte schreiben

### 1. „Ein unvergesslicher Fehler“

Schreibe deine Geschichte über diesen Fehler auf. Schreibe so, wie dir die Situation wirklich passiert ist. Versuche dabei, die Geschichte möglichst im Detail und spannend zu beschreiben. Verwende deine Notizen dazu. Wie hat dieser Fehler dich weitergebracht?

### 2. „Ein unvergesslicher Fehler – wahr oder erfunden?“

Schreibe eine Fehlergeschichte. Entscheide dabei, ob es deine wahre Geschichte ist oder ob du deine Geschichte frei erfunden hast.

Lies danach in der Klasse deine Geschichte vor: Wer findet heraus, ob sie stimmt oder nicht?

### 3. „Scheitern schmerzt UND bringt weiter!“

Schreibe eine Geschichte über das Lernen: Deine Hauptfigur will unbedingt etwas lernen, aber scheitert immer wieder. Was passiert? Gibt die Hauptfigur auf? Oder kann sie sich aufraffen, um weiterzumachen? Erzähle...

### 4. „Es war einmal...“

Erfinde eine Fantasiegeschichte oder ein Märchen zum Thema Scheitern und Fehler machen: Wie geht deine Geschichte aus? Was hat deine Hauptfigur gelernt?

### 5. „Zeitungsbericht“

Verfasse einen Fantasie-Zeitungsbericht zum „grössten Fehler der Geschichte“. Wer hat den Fehler begonnen? Passiert er in der Gegenwart, in der Vergangenheit oder in der Zukunft? Was ist das Gute an diesem Fehler? Wer hat daraus gelernt?

4a1



## Theaterstück: Ein Problem – viele Möglichkeiten

Erfindet in der Gruppe ein kleines Theaterstück zum Thema Fehler machen und Scheitern. Dazu wählt ihr:

- a) Ein Thema: Zum Beispiel eine Situation in der Schule, in der Freizeit, Zuhause usw.
- b) Eine Hauptfigur, die einen Fehler begeht, der etwas nicht sofort gelingt, die scheitert. Wie geht die Hauptfigur mit Frust um, wenn sie zum Beispiel eine schlechte Matheprüfung geschrieben hat? Oder wie reagiert sie, wenn sie beim Fussballturnier verloren hat oder das neue Brettspiel nicht gleich versteht?
- c) Weitere Figuren/Charaktere, die im Stück vorkommen (Freunde, Eltern, Lehrer, Passanten usw.)
- d) Mindestens zwei verschiedene Versionen, wie eure Geschichte enden könnte.

### Auftrag:

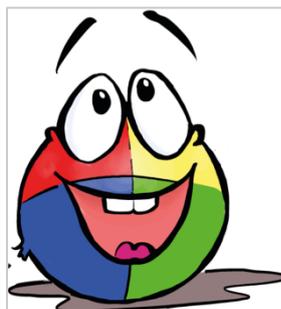
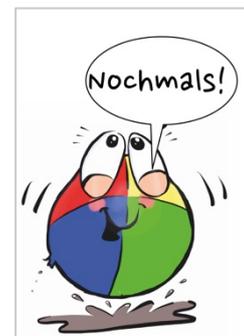
- Schreibt ein kleines Drehbuch.
- Übt die Szenen. Eventuell könnt ihr auch Musik oder Soundeffekte dazu nehmen.
- Präsentiert euer Stück der Klasse.
- Diskutiert über eure beiden Versionen. Welche gefällt dir besser?



Wir bauen eine FehLERN-Box

1. Überlege dir, was dir wichtig ist und was du am liebsten schaffen würdest. Schreibe auf den vorgegeben Faltkarton dieses Ziel auf.
2. Wähle einen der „Fiaskos“ aus. Schneide ihn aus und klebe ihn auf deinen Faltkarton.
3. Wenn du möchtest, kannst du auch einen Motivationssatz aus der Liste dazu schreiben. Welcher gefällt dir am besten?
4. Verziere die einzelnen Felder mit Farbe.
5. Schneide den Karton mit der Schere aus.
6. Falte den Karton zu einem Würfel und klebe ihn mit Leim zusammen.

„Fiasko“ zum Ausschneiden und Aufkleben



## Leitsätze – Motivationssätze

Es ist okay, Fehler zu machen.

Ich probiere es einfach nochmals.

Ich kann alles schaffen, was ich will.

Umfallen, aufstehen und weiter geht's.

Nochmals!

Probieren geht über studieren.

Übung macht den Meister.

Dranbleiben, es lohnt sich.

Kopf hoch, das kommt schon.

Geduld, irgendwann klappt's auch bei mir!

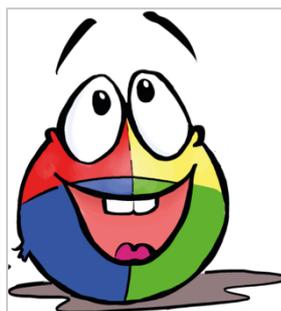
Ich darf traurig, wütend oder enttäuscht sein,  
wenn mir ein Fehler passiert.



Wir bauen einen FehLERN-Würfel!

1. Überlege dir, was dir wichtig ist und was du am liebsten schaffen würdest. Schreibe auf den vorgegeben Faltkarton dieses Ziel auf.
2. Überlege dir einen Motivationssatz. Welcher Satz hilft dir, daran zu glauben, dass du es schaffen wirst?  
Dazu ein paar Vorschläge auf dem Beiblatt. Streiche mit Leuchtstift an, welche Sätze dir am besten gefallen.
3. Schreibe mindestens zwei Sätze auf deinen Würfel. Du kannst auch eigene Motivationssätze erfinden. Verziere und färbe den Würfel. Wenn du möchtest, kannst du auch „Fiasko“ ausschneiden und darauf kleben.
4. Schneide nun den Faltkarton aus und falte ihn zu einem Würfel. Er soll dich daran erinnern, dass du an dich glaubst und das erreichen kannst, was du dir wünschst!

„Fiasko“ zum Ausschneiden und Aufkleben



## Leitsätze – Motivationsätze

Es ist okay, Fehler zu machen.

Ich probiere es einfach nochmals.

Ich kann alles schaffen, was ich will.

Umfallen, aufstehen und weitermachen.

Nochmals!

Probieren geht über studieren.

Übung macht den Meister.

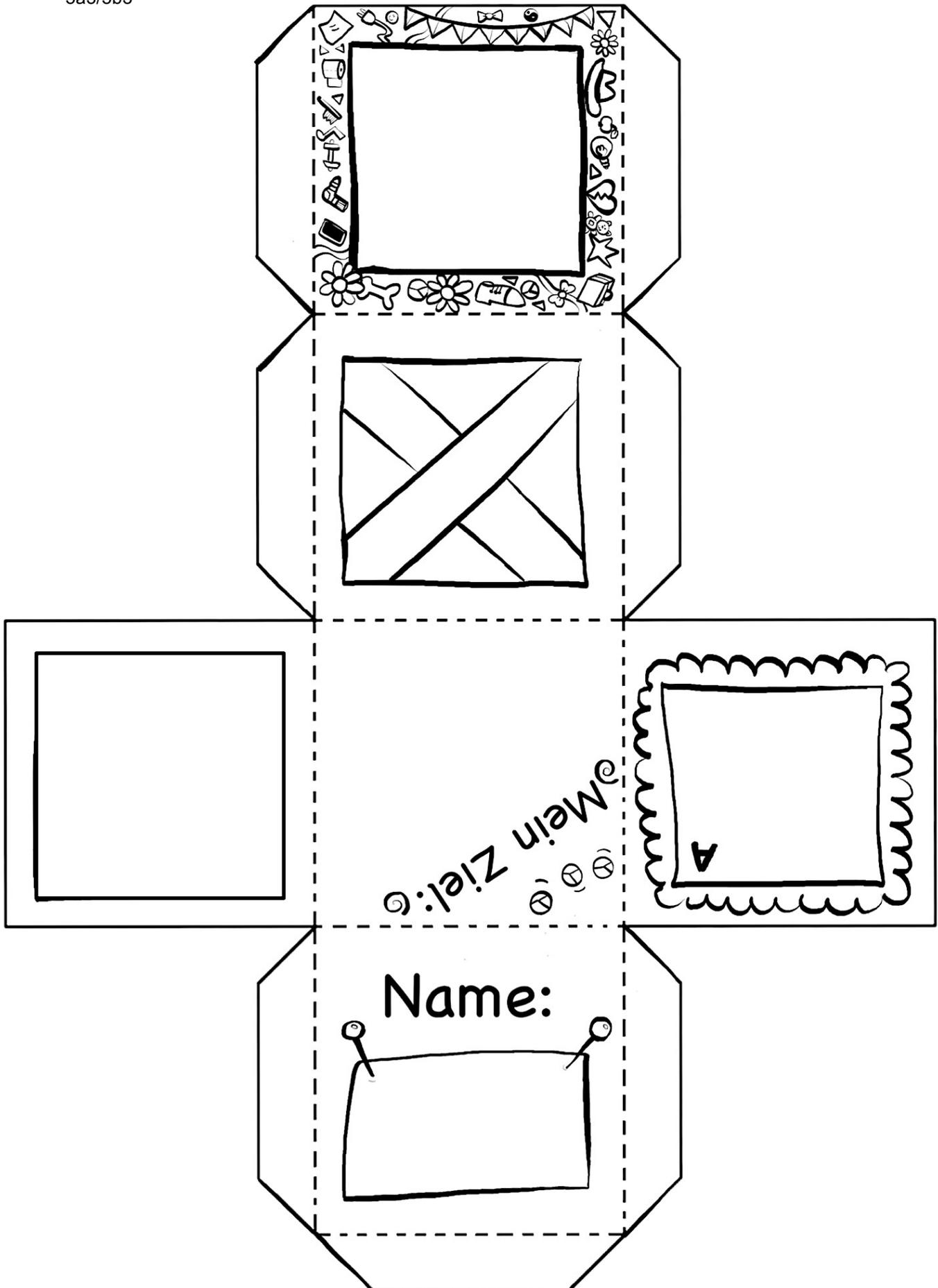
Dranbleiben, es lohnt sich.

Kopf hoch, das kommt schon.

Geduld, irgendwann klappt's!

Ich darf traurig, wütend oder enttäuscht sein.

5a3/5b3





## Mein „Fiasko“ – meine „Fiaska“

### Eine Fantasiereise

Im Workshop hast du den Fehlerball „Fiasko“ kennengelernt.

In einer Übung konntest du dir auch deinen eigenen „Fiasko“ oder deine „Fiaska“ im Kopf vorstellen.

Schliesse nochmals die Augen.

Kannst du dich an deinen „Fiasko“ oder deine „Fiaska“ erinnern?

Wie sieht er oder sie aus?

Ist es auch ein Ball oder etwas anderes?

Ein Tier, eine Pflanze, ein Mensch oder ein Fantasiewesen?

Welche Farben kommen vor?

Was für Geräusche macht dein „Fiasko“ oder deine „Fiaska“?

Wie riecht er oder sie?

...und nun überlegst du dir, wie dein „Fiasko“ oder deine „Fiaska“ Mut machen kann, wenn es mal nicht so läuft oder dir etwas nicht gelingt.

Was sagt dein „Fiasko“, was sagt deine „Fiaska“ dir?

„Fiasko“ und „Fiaska“ können immer kommen, wenn du sie rufst.

Öffne nun deine Augen.

- a) Erzählt in der Gruppe über euren „Fiasko“ oder eure „Fiaska“.
- b) Zeichne und Male auf dem Blatt deinen „Fiasko“ oder deine „Fiaska“. Wenn du möchtest, kannst du auch eine Sprechblase dazu machen, wo steht, was „Fiasko“ oder „Fiaska“ sagt, um dir Mut zu machen.

7a1



## Zitate von Berühmtheiten

Fehler machen und Scheitern gehört nicht nur in die Schule. Nein, das gehört zu jedem von uns. So gibt es ganz viele Berühmtheiten aus dem Sport, der Musik, der Politik, aus der Wissenschaft und weiteren Bereichen, die sich mit dem Machen von Fehlern auseinandergesetzt haben.

- a) Suche im Internet nach Zitaten zum Thema „Fehler“.
- b) Welche gefallen dir am besten?
- c) Gestalte ein Plakat mit berühmten Menschen und ihren Zitaten.
- d) Schreibe einen kurzen Steckbrief über diese Personen. Woher kommen sie? Wann sind sie geboren (und eventuell gestorben)? Was hat sie berühmt gemacht? Vielleicht kannst du auch ein Bild dazu aufkleben.
- e) Stelle das Plakat deinen Mitschülerinnen und Mitschülern vor.

7a2

## Liste Zitate berühmter Menschen

„Fehler sind das Tor zu neuen Entdeckungen.“

– **James Joyce**, irischer Schriftsteller (1882 – 1941)

„Fehler begehen und sich nicht ändern, das nenne ich fürwahr verfehlt.“

– **Konfuzius**, chinesischer Philosoph (551 - 479 v. Chr.)

„Zeige einem schlaunen Menschen einen Fehler und er wird sich bedanken. Zeige einem dummen Menschen einen Fehler und er wird dich beleidigen.“

– **Laozi**, chinesischer Philosoph (6. Jahrhundert v. Chr.)

„I am Maradona, who makes goals, who makes mistakes.“

– **Diego Armando Maradona**, argentinischer Fussballspieler (1960 – 2020)

„Ich stehe für meine Fehler gerade.“

– **Lionel Messi**, argentinischer Fussballspieler (\*1987)

„Das Geheimnis des Erfolges kennen nur jene, die einmal Misserfolg gehabt haben.“

– **Antoine de Saint-Exupéry**, französischer Schriftsteller und Pilot (1900 – 1944)

“Ich kann Misserfolge akzeptieren. Jeder scheitert irgendwann. Aber was ich nicht akzeptieren kann, ist, es gar nicht erst versucht zu haben.”

– **Michael Jordan**, Basketball-Spieler (\*1963)

“Scheitern ist einfach nur eine Möglichkeit, es nochmals zu versuchen. Dieses Mal intelligenter.”

– **Henry Ford**, visionärer Automobilhersteller (1863-1947)

“Wer noch nie einen Misserfolg hatte, hat noch nie etwas Neues versucht.”

– **Albert Einstein**, Wissenschaftler der theoretischen Physik (1879-1955)

In meiner Laufbahn habe ich mehr als 9.000 Würfe verschossen. Ich habe fast 300 Spiele verloren. 26 Mal war ich derjenige, der das Spiel gewinnen konnte und ich habe daneben geworfen. Ich bin immer und immer wieder gescheitert. Und genau deshalb bin ich erfolgreich.“

– **Michael Jordan**, Basketball-Spieler (\*1963)

“Sei groß genug, um zu deinen Fehlern zu stehen, klug genug, um von ihnen zu profitieren und stark genug, um sie zu korrigieren.”

– **John C. Maxwell**, Pastor, Autor und Redner (\*1947)

“Erfolg ist die Fähigkeit, von Misserfolg zu Misserfolg zu gehen, ohne den Enthusiasmus zu verlieren.”

– **Winston Churchill**, Staatsmann der USA (1874-1965)

„Wer einen Misserfolg nur als kleinen Umweg betrachtet, verliert nie sein Ziel aus den Augen.“

– **Martin Luther**, Augustinermönch, Theologieprofessor, Initiator der Reformation (1483 – 1546)

Internet-Link zum Thema Fehler und Erfindungen:

<https://www.beobachter.ch/konsum/kauf-leasing/so-ein-glueck-15-erfindungen-die-nur-dank-fehlern-gemacht-wurden>



8a1

## Kreiere dein eigenes (Feh)LERN-Tagebuch

Gibt es ein Schulfach, das dir Mühe macht?

Du möchtest unbedingt Schwimmen lernen, aber es will dir einfach nicht so gut gelingen?

Du fühlst dich alleine gelassen mit deinem Problem?

Wir haben dir sieben Tipps und Tricks zusammengestellt. Du brauchst dazu ein Heft oder ein Buch mit leeren Seiten. Kreiere dein (Feh)LERN-Tagebuch! Dieses Tagebuch kannst du so gestalten, wie es dir gefällt. Du kannst dein Wünsche, wichtige Informationen, deine Gedanken, deine Gefühle usw. aufschreiben. Trage Sorge zu diesem Buch. Es soll dich unterstützen, dein Ziel zu erreichen.

### Sieben Tipps & Tricks vom Zirkusprofi

Für alle, die mutig sind und Neues wagen.



#### 1. Was ist mein Ziel – was ist mein Wunsch?

- a) Schreibe auf, was DU erreichen möchtest. Denn nur mit einem konkreten Ziel oder einem bestimmten Wunsch kannst du an deinem Fortschritt arbeiten. Habe dein Ziel so genau wie möglich im Kopf und notiere es dir. Benutze dazu einen der folgenden Satzanfänge:  
 Mein Ziel ist,...  
 Ich wünsche mir, dass...  
 Ich will erreichen, dass...
- b) Hast du ein Vorbild? Wie ist er oder sie zu diesem Ziel gekommen?
- c) Finde eine Person, die schon kann, was du lernen möchtest. Frage diese Person, ob dein Ziel so erreichbar ist, wie du es dir vorstellst.
- d) Überlege dir, wem du dein Ziel zeigen möchtest, wenn du es geschafft hast.
- e) Was denkst du, wie fühlt es sich an, dein Ziel zu erreichen?

>> Schreibe die Antworten zu diesem ersten Tipp in dein Tagebuch und gestalte deine Wunschseite so, wie sie dir gefällt!

## 2. Was brauche ich?

Überlege dir, warum es deiner Meinung nach bisher nicht geklappt hat? Was brauchst du, um dieses Ziel zu erreichen? Zum Beispiel einen ruhigen Platz zum Lernen, eine bestimmte Unterstützung, technische Mittel usw.

>> Schreibe in dein Tagebuch, was du brauchst:

Um dieses Ziel zu erreichen, brauche ich...

Damit ich mir diesen Wunsch erfüllen kann, muss ich...



## 3. Mein Training ist wie Zähneputzen – es gehört einfach immer dazu!

Plane mindestens dreimal oder noch besser täglich in der Woche Zeit ein, um an deinem Ziel zu arbeiten. Diese Zeit ist fix. Das Üben muss immer stattfinden. Damit schaffst du dir eine Gewohnheit wie beim Zähne putzen.

Darum musst du dir genau überlegen, wie du dein Training planst. Vielleicht kann dir jemand dabei helfen. Es ist wie mit dem Zähneputzen: Jeden Tag ein bisschen ist besser, als einmal im Jahr zwei Stunden zu putzen.

Regelmässiges Training hilft auch deinem Hirn, sich Dinge langfristig merken zu können. Denn das Hirn ist wie ein Muskel: Übst du zum Beispiel nur einmal 30 Liegestütze, dann hast du höchstens Muskelkater danach. Wenn du aber regelmässig und immer wieder Liegestütze machst, dann trainierst du deine Muskelkraft, die sich jedes Mal verbessert. So ist es auch in der Mathematik, beim Lesen, mit den Sprachen und generell beim Lernen. Du kannst aus deinem Gehirn einen Supercomputer machen, je mehr verschiedene Dinge du lernst!

>> Schreibe dir deinen Stundenplan mit allen Trainingseinheiten auf. Zeige ihn deinen Eltern. Passt dein Plan zusammen mit dem restlichen Wochenprogramm? Denke daran: Bereits zehn Minuten jeden Tag bringen dich zu tollen Erfolgen, wenn du dranbleibst!

>> Sei diszipliniert und gib dir einen Ruck zum Trainieren, auch wenn du mal keine Lust hast.

#### 5. Ich hole mir Hilfe vom Profi

Je nach dem, worin du dich verbessern möchtest, ist es sinnvoll, sich von einem Profi beraten zu lassen. Vielleicht kann jemand aus deiner Familie dir helfen. Im Sport kannst du eine Trainerin oder einen Trainer darauf ansprechen. In der Schule fragst du eine Lehrperson, die sich in diesem Fach besonders gut auskennt. Überlege dir genau, wer dich beraten könnte. Falls diese Person keine Zeit hat oder dir nicht helfen kann, suchst du weiter. Gib nie auf! Die richtige Person kann dir bestimmt tolle Tipps oder vielleicht sogar einen Plan mit Übungen geben.

>> Schreibe in dein Tagebuch, wen, was und wann du fragen wirst.

>> Welche Lernformen sprechen dich besonders an? Womit startest du am besten?

Hole dir Lerntipps bei den Profis und schreibe auf.

#### 4. Aus Fehlern zu LERNEN bringt mich weiter

Du merkst, dass dir immer wieder der gleiche Fehler beim Üben passiert.

Wie fühlt sich das an?

a) Versuche, das was du tun möchtest, auf eine andere Art und Weise zu üben.

b) Wenn du trotzdem nicht weiterkommst, ist es wichtig, dass du dir Hilfe holst.

Manchmal kann dir eine aussenstehende Person einen technischen Tipp geben.

Manchmal liegt es nur an einer Kleinigkeit oder an etwas mehr Fachwissen, das du brauchst.

Denke daran: Fehler bringen dich nur weiter, wenn du auch daraus lernst!

>> Notiere in dein Tagebuch deine Fortschritte aber auch deine Rückschläge. Was freut dich? Was gibt dir ein gutes Gefühl? Wo bist du verunsichert? Wen möchtest du um Hilfe bitten, wenn du diese brauchst? Was macht dir Mut?



## 6. Ich höre auf mich und übe in meinem Tempo

Beispiel 1: Willst du Schwimmen lernen, hast aber noch Angst vor dem Wasser? Dann kannst du vielleicht ausprobieren, den Kopf ganz kurz unter Wasser zu halten. Wie fühlt es sich an? Erst wenn du dich wohl fühlst, kannst du auch mit dem Schwimmtraining beginnen.

Beispiel 2: Willst du Inlineskaten lernen? Ziehe dir einfach die Schuhe an und probiere vom Boden aufzustehen. Dann setzt du dich wieder hin und probierst wiederum aufzustehen. Denke noch gar nicht an das Fahren.

Beispiel 3: Du hast dir als Ziel gesetzt, vor deiner Klasse mühelos vorzulesen, aber du hast noch Angst und das Lesen fällt dir schwer. Dann übe in kleinen Schritten: Übe das Vorlesen an einem Ort, wo du dich wohl damit fühlst. Trainiere zum Beispiel Zuhause vor dem Spiegel und dann vielleicht vor deinen Geschwistern oder Eltern, oder vor deinen besten Freunden. Sag ihnen, dass du das unbedingt lernen möchtest. Frage deine Zuhörer, was du besser machen kannst und was ihnen gefallen hat.

Bei allen drei Beispielen geht es darum, dass DU dir überlegst, welcher Schritt für dich stimmt. Es braucht Mut und Geduld. Du hast es in dir!

Denke daran, viele kleine Teilziele bringen dich deinem grossen Ziel näher.

- >> Schreibe jede Woche in dein Tagebuch, was dein nächstes Teilziel ist. Notiere dir auch, ob es dir gelungen ist, dieses Teilziel zu erreichen. Wenn nicht, ist es nicht schlimm. Es bedeutet, dass du dir im Moment ein kleineres Ziel setzen darfst. Wenn du das Teilziel erreicht hast, überlegst du dir den nächsten Schritt und schreibst ihn auf.

## 7. Ich kann alles schaffen, was ich will!

Vielleicht siehst du im Moment einen riesigen Berg vor dir und du stehst am Anfang ganz unten. Vielleicht sieht es so aus, als ob du dein Ziel nie erreichen wirst, weil es so unerreichbar weit weg erscheint. Glaube an DICH, wenn du dein Ziel erreichen willst, dann wirst du das auch schaffen. Schau dich um. Die meisten Menschen haben in ihrem Leben Situationen erlebt, die sie überwältigen mussten. Auch du schaffst das!

- >> Schreibe dir jede Woche auf, was dir Freude bereitet. Was macht Spass? Beginnst du auch am Lernen Spass zu haben? Welche Leitsätze helfen dir, dranzubleiben?



## Jonglieruhr – Alles zu seiner Zeit

Jeder macht Fehler. Das Scheitern und Fehler machen gehört zu uns Menschen. Manchmal magst du dich vielleicht alleine fühlen, wenn etwas nicht gelingt oder wenn du siehst, dass andere viel schneller vorwärts kommen als du. Aber der Schein trügt, denn auch deine Mitmenschen scheitern, vielleicht nicht beim gleichen Thema wie du. Wir brauchen Fehler, um vorwärts zu kommen.

Probleme und Fehler machen uns stark, wenn wir sie überwinden und daraus lernen: Wenn ein Baby zum ersten Mal seine kleinen Füße aufstellt und einen Schritt wagt, wird es schnell wieder hinfallen, um dann nach kurzer Zeit wieder aufzustehen und es nochmals zu versuchen. Dabei überlegt es nicht, wie oft es bereits umgefallen ist oder wie viele Fehltritte es nun schon gemacht hat. Es schaut auch nicht, wer denn alles schon besser laufen kann. Nein, es steht auf und versucht es nochmals und nochmals und nochmals – bis es frei gehen kann.

Jeder von uns war einmal ein Baby und wir alle haben früher oder später gelernt zu laufen.

Vielleicht kannst du deine Eltern fragen, ob sie sich an deine ersten Schritte erinnern können oder wie du Fahrradfahren gelernt hast?



## Jonglieren mit der Jonglieruhr

Die Jonglieruhr soll dich daran erinnern, dass Lernen seine Zeit braucht. Manche Dinge gelingen beim ersten Versuch und andere dauern nun mal länger und brauchen Geduld und Durchhaltewillen. Bei dieser Jonglieruhr kannst du beides nun trainieren: Jede Uhrzeit bedeutet eine Jonglage-Übung, die du sowohl mit der linken als auch mit der rechten Hand zehnmal fehlerfrei hintereinander schaffen musst.

### Und so geht's...

Du beginnst bei „1 Uhr“ und schaust auf dem grossen Jonglierplakat nach, welche Übung das ist. Das Jonglierplakat hat deine Klasse im FehLERN-Workshop erhalten. Vielleicht kann dein Lehrer oder deine Lehrerin die Jonglierübung erklären. Natürlich dürfen dir beim Üben ganz viele Fehler passieren, denn nur so kannst du in deiner Technik immer besser werden.

Wichtig ist, dass du dranbleibst, auch wenn es heute vielleicht noch nicht klappt. Versuche es morgen wieder. „Jeden Tag ein Stück, bringt dich zu deinem Glück“. Hole dir Hilfe und zeige deine Übung jemandem vor: Vielleicht kannst du technisch noch etwas verändern, vielleicht musst du den Ball anders werfen, damit er richtig fliegt. Nimm Tipps entgegen von Leuten, die schon weiter sind. Bald wird die Übung auch dir gelingen.

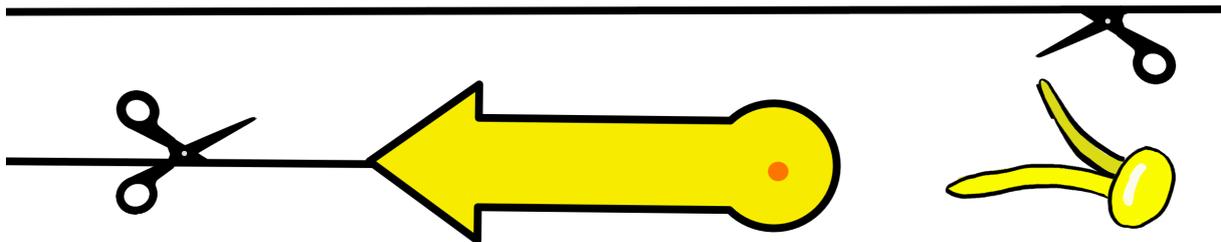
Bei zehnmal fehlerfreiem Ausüben mit beiden Händen, hast du die nächste Stufe erreicht. Wenn alle Stufen geschafft sind, kannst du nicht nur mit drei Bällen jonglieren, sondern kennst zusätzlich ganz viele Jongliertricks!

Vielleicht wirst du dann zum Coach und bringst das Jonglieren mit diesen Übungen einem anderen Kind bei. So ist es mit allem, was du schaffen willst. Wenn du dranbleibst, kannst du ein Profi werden!

# J O O N' G L I E R E N



clownkomik.ch  
Illustratorin: vidART.ch 2020 ©





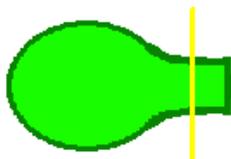
## Einfache Jonglierbälle

### Material:

Luftballons, Reis, weiches Klebeband, kleine Plastiktüten

### Anleitung:

Von einem Luftballon den Teil, wo die Luft hineingeblasen wird, etwas abschneiden, so dass der Ballon zwar möglichst rund ist, aber die Öffnung nicht zu gross ist.



Das Ganze mit einem zweiten und/oder dritten, vierten Ballon wiederholen.

Eine Plastiktüte möglichst so voll mit Reis füllen, so dass der Beutel gut in der Hand liegt. Die Öffnung mit einem weichen Klebeband zukleben. Einen Ballon über die Tüte stülpen, damit der Reis nicht wieder raus kann.

Das Ganze zurecht drücken, dass es eine Art Ball wird.

Damit der Reisball auch dicht und fest bleibt, kann man zur Sicherheit noch ein bis zwei Ballons überziehen.



## Stabilere Jonglierbälle

### Material:

Tennisbälle, Ballons, Reis oder Sand, Klebeband, Teppichmesser, Trichter

### Anleitung:

Wenn man stabilere Bälle haben möchte, kann man als Basis Tennisbälle benutzen.

In die Tennisbälle wird mit einem Teppichmesser ein Ritz geschnitten, so dass man beim Zusammendrücken des Balles eine Öffnung erhält. Mit Hilfe eines Trichters wird nun der Ball mit Reis oder Sand gefüllt.

Die Öffnung wird mit einem kleinen Stück Klebeband zugeklebt.

Die kleinen Luftballons werden, wie oben schon mal beschrieben, zugeschnitten und als Schutz über den Tennisball gezogen.

Informationen aus: <https://www.kikisweb.de/zirkus/jonglage/ballbasteln.htm>

Weitere Link: <https://www.erleb-bar.de/anleitungen/bastelrezept-fuer-3-jonglierbaelle>