

Inhalt

Liebe Lehrerinnen und Lehrer

Achtsamkeit stärken mit Naturwissenschaft

1. Zauberglas
2. Lavalampe
3. Zaubermilch
4. Rosinenballett
5. Zuckersonne
6. Backpulvervulkan
7. Murmeltrick
8. Verbrannt! Oder?
9. Regenbogenzauber
10. Wasserexperimente
11. Drahtkonzerte

12. Münzenschlucker

13. Tropentürme

14. Glasharfe

15. Wassertropfenlupe

16. Büroklammer-Schwimmen

17. Schwimmkurs für Eier

Achtsamkeit stärken mit allen Sinnen

18. Fotofaust

19. Klassendetektive

20. Regenbogenfächer

21. Lichtschrift

22. Flammenspiel

23. Wachsbilder

24. Horch mal!

25. Es knackt und kracht

26. Freier Fall

27. Hörmeisterschaft

28. Händereiben

29. Geruchspaare

30. Schnupperstunde

31. Spürnasen

32. Reise durch den Körper

33. Schachtel-Labyrinth

34. Die Balance halten

35. Kugelinnenrennen

36. Teamtennis

37. Nagellabyrinth

38. Der „Anders-Tag“

39. Mandarin-Meditation

**Achtsamkeit stärken mit Sprache, Spiel
und Spaß**

40. Was hat sich verändert?

41. Stimmungsmache

42. Vöglein, wie piepst du?

43. To-ma-ten-sa-lat

44. Achtsame Poesie