

**kreativ**

&

*bewegt*

**Mit dem**

**Forschertagebuch durch  
eine andere Schulwoche**

**Nr. 1**

Entwickelt von:

Julia Herrmann & Kathrin Jäger

Kunstpädagogin/Künstlerin Psychotherapeutin/Yogalehrerin

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

[www.yoga-in-omas-garten.de](http://www.yoga-in-omas-garten.de)

## **Vorwort zu diesem Forschertagebuch:**

Fast alle Schüler und Schülerinnen sitzen momentan wegen des Corona-Virus zu Hause. Es wird sich noch zeigen, wie wir damit umgehen werden und es wird interessant sein, irgendwann zurückblickend darauf zu schauen, wie wir damit umgegangen sind. Die Dokumentation des Alltages durch ein wertfreies Tagebuch, könnte uns vielleicht irgendwann Antworten auf diese andere Zeit geben.

Auch wenn wir uns in dieser anderen Zeit noch gar nicht so wirklich auskennen, können wir ja trotzdem die Welt entdecken, erkunden und erforschen. Mit allen Sinnen! Und zwar die Welt genau vor unserer Haustür, in unserer unmittelbaren Umgebung, in unserer Wohnung, in unserem Zimmer, genau jetzt dort, wo wir uns befinden im Moment.

Wir möchten Fragen stellen, die es lohnt, durchdacht zu werden, den Körper zu natürlichen Bewegungen locken und dabei besser kennenlernen, durch künstlerische Methoden Ideen freisetzen – neugierig, kreativ und bewegt!

# **Gebrauchsanweisung**

## **für das**

### **Forschertagebuch:**

- Ihr alle seid nun Forscher Eures etwas anderen Alltags, den Ihr zu Hause verbringen dürft und verbringen müsst. Ein Forscher ist ausgerüstet mit Stift und Papier, um Entdeckungen festzuhalten. Manchmal helfen auch eine Schere und Kleber, Klebeband, ab und zu benötigt man eine Schnur oder andere Alltagsmaterialien
- Keine Angst vor „Schönheits-Fehlern“. Sie machen alles doch nur interessanter und spannender. (Verbannt den Radiergummi in die Schultasche)
- Ihr alle seid Kenner Eures eigenen Körpers. Macht die Bewegungsübungen so, wie diese sich für euch persönlich gut anfühlen.
- Zeitliche Empfehlungen für die Forschungsarbeit: Immer zur gleichen Uhrzeit, am besten am Vormittag. Die Dauer der Übungen liegt zwischen 10 und 20 Minuten.
- Bezüge zur Kunstgeschichte/Lehrplan und Hinweise zu den Körperübungen folgen in Kürze in einem Handbuch zu den einzelnen Tagen.

Datum:

Uhrzeit:

Wetter:

Stimmung:

# Tag 1

Räume Deinen Schulranzen aus bis ganz zu seinem tiefsten Boden. Suche dort einen Gegenstand, (z.B. zerknülltes Papier/Bonbonpapier/Stiftdeckel oder einen anderen Gegenstand, der sonst in den Müll gewandert wäre), den Du hier einkleben (mit Klebeband/Tacker) kannst. Nun verwandele diesen Gegenstand in ein anderes Wesen, indem Du Augen/Körperteile/Frisur mit einem Stift hinzufügst.

Wie heißt das Wesen? \_\_\_\_\_

Datum:

Uhrzeit:

Wetter:

Stimmung:

## Tag 2

Such Dir einen Platz (drinnen oder draußen), wo Du Dich wie ein Seestern, weit ausgestreckt auf den Boden legen kannst.

Wie fühlt sich Dein Boden an?

Hart, weich, flauschig, grasig, holzig, steinig, warm, kalt, oder wie noch?

---

Wie fühlst Du Dich? Leicht, schwer, groß, klein, müde, voller Energie oder wie noch?

---

Roll Dich über den Boden, lang ausgestreckt wie ein Holzstamm, oder wie eine Schmetterlingsraupe klein zusammengerollt. Wenn Du magst, schließe Deine Augen. (Stell dir eine Stoppuhr für 3 min)

Komm erst zum Sitzen, dann zum Stehen. Wie fühlst Du Dich jetzt? Welche Körperteile kannst Du spüren?

---

Datum:

Uhrzeit:

Wetter:

Stimmung:

# Tag 3

Wenn Du ein Journalist einer Zeitung wärst und einen Artikel über Deinen heutigen Tag schreiben müsstest, wie würde die Überschrift für diesen Tag lauten?

- 
- Schneide einzelne Buchstaben oder passende Wörter Deines Titels aus einer Zeitung/Zeitschrift aus und klebe sie auf diese Seite.

Datum:

Uhrzeit:

Wetter:

Stimmung:

# Tag 4

## Der Himmel über uns – Wolken-Welten

Such Dir einen Platz von dem aus Du den Himmel sehen kannst und mach es Dir dort für ein kleines Experiment bequem. Jetzt bist Du die Erde, schaust in den Himmel hinauf und lässt die Wolken an Dir vorbeiziehen. Manchmal bilden Wolken interessante Formen und Objekte, kannst Du etwas entdecken?

Male Deine Wolken-Welt.

Jetzt werde selbst zu einer Wolke, breite Dich weit aus, fliege und schwebe durch die Himmelslüfte.

Datum:

Uhrzeit:

Wetter:

Stimmung:

## Tag 5

Achte heute auf alle Dinge, die „GRÜN“ sind. Schau Dich erst in Deinem Zimmer um, laufe dann durch alle anderen Räume Deines Zuhauses. Benenne alle grünen Gegenstände und notiere sie mit einem „ROTEN“ Stift hier auf dieser Seite. Stelle Dir für diese Aufgabe eine Eieruhr auf 10 Minuten. Fülle diese Seite mit so vielen Begriffen wie möglich.

Datum:

Uhrzeit:

Wetter:

Stimmung:

# Tag 6

(Freiwillig-oder wenn Dir mal langweilig sein sollte)

Platz für Deine eigenen kreativen und bewegenden  
Ideen/Spiele/Bilder/Formen/Farben und Fragen!

Datum:

Uhrzeit:

Wetter:

Stimmung:

# Tag 7

(Freiwillig-oder wenn Dir mal langweilig sein sollte)

Platz für Deine eigenen kreativen und bewegenden  
Ideen/Spiele/Bilder/Formen/Farben und Fragen!