

# Anhang

Prüfling: Bobsien, Stephanie

Ausbildungsschule: Achtenbeckschule, Feldstr. 43, 45699 Herten

Datum der Prüfung: 25.09.2019

Unterrichtszeit: 08:45 Uhr – 09:30 Uhr

Lerngruppe: Klasse E3a

**Thema der unterrichtspraktischen Prüfung:** Ich atme langsam aus.

**Bezeichnung der zugehörigen Unterrichtsreihe:** Auf Yoga-Safari – Ich lerne achtsam von den Yoga-Tieren!

## Inhalt

Anhang 1: Reihentransparenz .....	2
Anhang 2: Stundentransparenz.....	2
Anhang 3: Kriterien der achtsamen Haltung.....	3
Anhang 4: Reisetagebuch mit Stickern .....	3
Anhang 5: Merkmale der Power-Position.....	3
Anhang 6: Afrikanischer Sonnengruß und Yoga-Tiere .....	4
Anhang 7: Yoga-Tiere.....	4
Anhang 8: Briefe an die Integrationshelferinnen .....	5

## Anhang 1: Reihentransparenz



## Anhang 2: Stundentransparenz



### Anhang 3: Kriterien der achtsamen Haltung



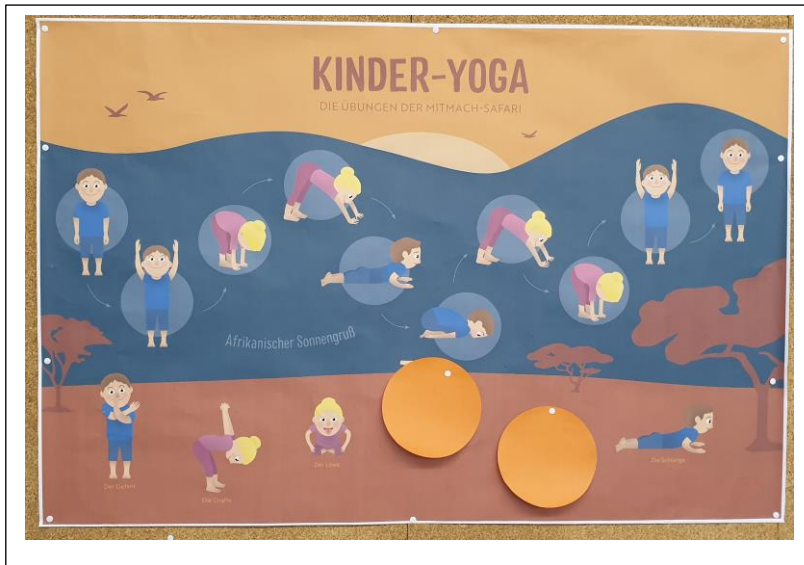
### Anhang 4: Reisetagebuch mit Stickern



### Anhang 5: Merkmale der Power-Position



## Anhang 6: Afrikanischer Sonnengruß und Yoga-Tiere



## Anhang 7: Yoga-Tiere



## Anhang 8: Briefe an die Integrationshelferinnen

Liebe Ina,

ich bitte dich in der heutigen Stunde einige Aufgaben zu übernehmen, die wie gewohnt im Zusammenhang mit Hassan stehen.

### Besprechungsphasen im Sitzkreis

- \* Setze dich bitte in unmittelbare Nähe von Hassan (aber außerhalb des Kreises).
- \* Erwähne Hassan daran, sich an die Gesprächsregeln zu halten (melden, leise sein und zuhören) und motiviere ihn, sich einzubringen.

### Bewegungsphasen im Yoga - Kreis

- \* Setze dich bitte in unmittelbare Nähe von Hassan (aber außerhalb des Kreises).
- \* Erwähne Hassan daran, während des Hörspiels und der Yoga - Übungen leise zu sein.
- \* Achte darauf, dass Hassan die Yoga - Tiere in der Power - Position beginnt. Erwähne ihn ruhig an die Stellung seiner Füße.
- \* Während der Ausführung der Yoga - Tiere kannst du ihn auf Fehler hinweisen.

Gib mir Bescheid, falls es zu dauerhaften oder massiven Störverhalten oder zu Frustration kommt. Dann kann Hassan in deiner Begleitung eine Auszeit nehmen.

Vielen Dank für deine Unterstützung!

Liebe Karin,

ich bitte dich in der heutigen Stunde einige Aufgaben zu übernehmen, die wie gewohnt im Zusammenhang mit Dean und Arian stehen.

### Besprechungsphasen im Sitzkreis

- \* Setze dich bitte in unmittelbare Nähe von Dean und Arian (aber außerhalb des Kreises).
- \* Falls nötig, erwähne beide leise daran, sich an die Gesprächsregeln zu halten (melden, leise sein und zuhören).
- \* Falls Dean nicht im Kreis sitzen bleiben kann, setze dich mit ihm zusammen an einen Platz etwas außerhalb des Kreises oder auf seine Yoga - Matte.

### Bewegungsphasen im Yogakreis (nur Durchführungsphase)

- \* Unterstütze hier v.a. Arian.
- \* Erwähne ihn daran, während des Hörspiels und der Yoga - Übungen leise zu sein.
- \* Setze dich bitte während der Yoga - Übungen vor Arian und übe gemeinsam mit ihm die Atmung. Weise ihn ruhig auf Bewegungs - und Atemfehler hin.
- \* Achte darauf, dass Arian die Yoga - Tiere in der Power - Position beginnt und zwischen den Atemübungen Pause macht, um sich kurz zu entspannen.

Vielen Dank für deine Unterstützung!