

Mein Plan

MORGENS

MITTAGS

ABENDS

Druckt euch die Vorlage einmal pro Kind aus. Schreibt oder malt (oder auch beides) in jedes Feld, was ihr euch für diesen Teil des Tages vornehmt: Aktivitäten, Gedanken, Gefühle usw. Ein Vorschlag ist, nicht nur "Mittagessen" zu schreiben, sondern auch, welchen Teil davon ihr übernehmt. Zum Beispiel: "Tischdecken fürs Mittagessen". Wer noch nicht schreiben kann, malt die Teller und das Besteck auf den Tisch. Oder nicht nur "In die Schule gehen" zu schreiben oder malen, sondern wie ihr euch dort fühlen möchtet: Begeistert? Ausgeglichen? Konzentriert? Als guter Freund/gute Freundin?