Realschule Hohenhameln

Wahlpflichtkurs: **Das Glückslabor – Klasse 6**
Kursleitung: **n.n.**
Thema: **Dem Glück auf der Spur**
Lernbereich: **Ethische Bildung**

Glück

Substantiv, neutrum

ein starkes, positives Gefühl; das Einzige, das sich verdoppelt, wenn man es teilt

Seit Ewigkeiten sind die Menschen auf der Suche nach dem Glück. Doch was ist das überhaupt?

Im WPK „Das Glückslabor“ begeben wir uns auf die Suche danach. Wann sind wir glücklich? Finden wir das Glück in der Kunst, der Musik oder beim Sport? Gibt es eine Anleitung zum Glücklichsein?
Wir wollen es ausprobieren und untersuchen, ob wir bei unterschiedlichen Aktivitäten wie Malen, Singen, Rennen usw. unser Wohlbefinden steigern können. Wir probieren Entspannungstechniken wie Yoga oder Meditation aus, forschen nach unseren Stärken und führen ein Glückstagebuch.

Macht euch gemeinsam auf die abenteuerliche Suche nach dem Glück!

<u>Bewertungskriterien:</u>

- Aktive Mitarbeit
- kooperatives Verhalten
- kontinuierliches Führen eines Glückstagebuchs
- Lernzielkontrollen