LEHRER-INFO

STUNDENVERLAUF – SEKUNDARSTUFE I

ZIELE

Die SuS können:

- ihr bisheriges Wissen über Meditation einbringen und Wissen über buddhistische Meditation erwerben.
- erörtern, inwiefern buddhistische Meditation einen praktischen Nutzen im Alltag hat.
- die praktische Erfahrung einer einfachen buddhistischen Meditation machen.

ANWENDUNG	Meditation auf den Atem	**Material 3** Freiwilliges Angebot für eine Meditation
TRANSFER	Der Nutzen von buddhistischer Meditation im Alltag	**AB 2** **LB zu AB 2** SuS erörtern Alltagssituationen und stellen Ergebnisse vor
ERARBEITUNG	Was ist buddhistische Meditation? Erarbeitet Wirkung, Sitzhaltung, Wege, Ziele.	**Material 2** **AB 1** und **LB zu AB 1** SuS arbeiten nach DAB-Methode
EINSTIEG	Was wisst ihr über Meditation?	**Material 1** SuS sammeln Vorwissen im UG

GRUNDLAGE

Die SuS begegnen dem Begriff Meditation sowohl in den Medien als auch in ihrem Umfeld und haben unterschiedliche Assoziationen dazu. Meditation wird mit einem zufriedenen und ausgeglichenen Leben in Verbindung gebracht, ohne dass diesem Thema ein fundiertes Wissen zugrunde liegt. Meditationen werden in vielen spirituellen Kreisen angeboten.