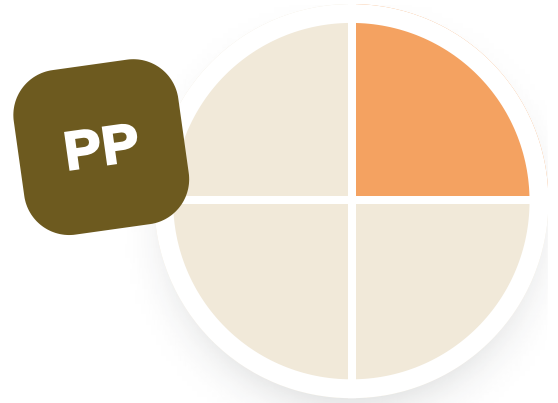




Übungsheft · Praktische Philosophie · Klasse 1

Das **bin** ich

Erklärungen, 30 Aufgaben in drei Stufen und alle Lösungen mit Begründung.

Name _____ Datum _____

Das lernst du

- Ich kann beschreiben, wer ich bin.
- Ich kann Stärken und Gefühle benennen.
- Ich kann Wünsche unterscheiden.

So arbeitest du mit dem Heft

- **Basis** zum Einstieg
- **Standard** zum Üben
- **Plus** zum Weiterdenken

Du musst nicht alles machen.
Fang bei Basis an. Die Lösungen stehen hinten im Heft.



Noch unsicher?

Scanne den Code. Dort wird das Thema Schritt für Schritt erklärt.

dysplus.de/lernen/grundschule/klasse-1/praktische-philosophie/pp-das-bin-ich/das-bin-ich

Das gehört zu mir

Das	Beispiel
Aussehen	braune Augen
Vorliebe	Ich mag Äpfel.
Hobby	Ich male gern.
Stärke	Ich kann gut zuhören.

Angenehm und unangenehm

Angenehm	Unangenehm
Freude	Wut
Stolz	Angst
Ruhe	Trauer

Gefühl und Grund

- 1 Sage: Ich fühle mich traurig.
- 2 Frage: Was ist passiert?
- 3 Sage: ..., weil mein Ball weg ist.

Merksatz: Ich bin einzigartig. Alle Gefühle sind erlaubt. Ich kann vieles lernen.

Typischer Fehler: Denken, dass nur das Aussehen zählt. Zu dir gehört viel mehr.

Tipp: Wenn dich ein Gefühl sehr belastet: Sprich mit einem Erwachsenen, dem du vertraust.

Ich und meine Stärken

1 Was ist das? Kreuze an.

- a) Ich habe lange Haare. _____ ☐ Hobby ☐ Wunsch ☐ Aussehen
- b) Ich tanze gern. _____ ☐ Hobby ☐ Aussehen ☐ Gefühl
- c) Ich mag Nudeln. _____ ☐ Hobby ☐ Vorliebe ☐ Aussehen
- d) Ich kann gut zuhören. _____ ☐ Wunsch ☐ Stärke ☐ Aussehen

2 Setze ein: einzigartig, Stärke, Ziel.

- a) Jeder Mensch ist _____ .
- b) Etwas, das ich gut kann, ist eine _____ .
- c) Etwas, das ich erreichen möchte, ist ein _____ .

3 Stimmt der Satz? Schreibe falsche Sätze richtig auf.

- a) Jeder kann genau dasselbe gut. ☐ stimmt ☐ stimmt nicht

- b) Ich kann Dinge lernen, die ich noch nicht kann. ☐ stimmt ☐ stimmt nicht

- c) Nur das Aussehen gehört zu mir. ☐ stimmt ☐ stimmt nicht

- d) Lernen geht in kleinen Schritten. ☐ stimmt ☐ stimmt nicht

4 Schreibe auf.

a) Nenne ein Hobby und eine Vorliebe von dir.

b) Nenne eine Stärke von einem Menschen, den du kennst.

Gefühle verstehen

5 Angenehm oder unangenehm? Kreuze an.

- a) Freude _____ ☐ unangenehm ☐ angenehm
- b) Wut _____ ☐ angenehm ☐ unangenehm
- c) Stolz _____ ☐ unangenehm ☐ angenehm
- d) Angst _____ ☐ angenehm ☐ unangenehm

6 Welcher Satz nennt einen Grund? Kreuze an.

- a) Ich freue mich, _____ ☐ dass ich froh bin ☐ weil Oma kommt
- b) Ich bin traurig, _____ ☐ weil mein Ball kaputt ist ☐ und ich weine
- c) Ich bin _____ ☐ und ich schreie ☐ weil jemand mein Spiel weggenommen hat
wütend,

7 Setze ein: Gefühl, Grund.

- a) Freude ist ein _____ .
- b) Ein Gefühl hat meist einen _____ .

8 Schreibe auf.

- a) Wie fühlst du dich, wenn du dich freust? Beschreibe in einem Satz.

Wünsche

9 Erfüllbar oder unerfüllbar? Kreuze an.

- | | |
|---|---|
| a) Ich wünsche mir ein neues Buch. _____ | ☐ unerfüllbar ☐ erfüllbar |
| b) Ich wünsche mir Flügel. _____ | ☐ unerfüllbar ☐ erfüllbar |
| c) Ich wünsche mir einen Ausflug. _____ | ☐ unerfüllbar ☐ erfüllbar |
| d) Ich wünsche mir, nie müde zu sein. _____ | ☐ erfüllbar ☐ unerfüllbar |

10 Setze ein: Wunsch, erfüllbar.

- a) Gesundheit kann ein _____ sein.
- b) Ein Wunsch, der wahr werden kann, ist _____ .

11 Schreibe auf.

- a) Nenne einen Wunsch, der keine Sache ist.

Kannst du das schon?

Kreuze an, wie sicher du dich fühlst. Hier gibt es kein Richtig oder Falsch.

Ich kann ...	sicher	fast	noch nicht
Ich kann beschreiben, wer ich bin.	☐	☐	☐
Ich kann Stärken und Gefühle benennen.	☐	☐	☐
Ich kann Wünsche unterscheiden.	☐	☐	☐

Tipp: Bei „noch nicht“ schau dir „Kurz erklärt“ vorne im Heft noch einmal an oder scanne den Code auf dem Deckblatt. Dann probierst du die Aufgaben noch einmal.

Lösungen

Erst selbst lösen, dann vergleichen. Bei vielen Aufgaben steht die Begründung dabei.

●○○ Basis: Ich und meine Stärken

1 Was ist das? Kreuze an.

a) **Aussehen**

→ Haare gehören zum Aussehen.

b) **Hobby**

→ Tanzen tut man in der Freizeit.

c) **Vorliebe**

→ Was man mag, ist eine Vorliebe.

d) **Stärke**

→ Das kann man gut.

2 Setze ein: einzigartig, Stärke, Ziel.

a) Jeder Mensch ist
einzugartig.

b) Etwas, das ich gut kann,
ist eine Stärke.

c) Etwas, das ich erreichen
möchte, ist ein Ziel.

3 Stimmt der Satz? Schreibe falsche Sätze richtig auf.

a) Stimmt nicht. Richtig:
Jeder kann etwas anderes
gut.

b) Stimmt.

c) Stimmt nicht. Richtig: Zu
mir gehören auch meine
Vorlieben, Hobbys und
Stärken.

d) Stimmt.

4 Schreibe auf.

a) Mein Hobby ist Malen. Ich mag Erdbeeren.

→ Schreibe ein Hobby.

→ Schreibe eine Vorliebe.

b) Meine Oma kann gut zuhören.

→ Wen kennst du?

→ Was kann er oder sie gut?

●●○ Standard: Gefühle verstehen

5 Angenehm oder unangenehm? Kreuze an.

a) **angenehm**

→ Freude fühlt sich meist gut an.

b) **unangenehm**

→ Wut fühlt sich meist schwer an.

c) **angenehm**

→ Stolz fühlt sich meist warm an.

d) **unangenehm**

→ Angst fühlt sich meist unangenehm an.

6 Welcher Satz nennt einen Grund? Kreuze an.

- a) **weil Oma kommt**
→ Weil nennt den Grund.
- b) **weil mein Ball kaputt ist**
→ Das ist der Grund.
- c) **weil jemand mein Spiel weggenommen hat**
→ Das ist der Grund.

7 Setze ein: Gefühl, Grund.

- a) **Freude ist ein Gefühl.**
- b) **Ein Gefühl hat meist einen Grund.**

8 Schreibe auf.

- a) **Ich lächle und mein Bauch kribbelt.**
→ Was spürst du?

● ● ● **Plus: Wünsche**

9 Erfüllbar oder unerfüllbar? Kreuze an.

- a) **erfüllbar**
→ Das ist möglich.
- b) **unerfüllbar**
→ Menschen bekommen keine Flügel.
- c) **erfüllbar**
→ Das ist möglich.
- d) **unerfüllbar**
→ Jeder Mensch wird müde.

10 Setze ein: Wunsch, erfüllbar.

- a) **Gesundheit kann ein Wunsch sein.**
- b) **Ein Wunsch, der wahr werden kann, ist erfüllbar.**

11 Schreibe auf.

- a) **Ich wünsche mir Zeit mit meiner Familie.**
→ Denke an Menschen, nicht an Dinge.