

Renate Hannemann  
Lehnast 15  
31542 Bad Nenndorf [www.lachkurse.com](http://www.lachkurse.com)  
0173-2021762

## **Workshop Glückssafari 5. Deutscher Lachyogakongress 2019**

Erfahrungen mit einer LachyogaExkursion an eine Gesamtschule, 5. Klasse.

Ca 25 10-12jährige, ein paar mehr Jungs als Mädchen

Setting:  
Stuhlkreis, 2 anwesende Lehrerinnen

Wichtig: Namensschilder  
mein Material:  
Tischtennisschläger, Rollbrett, "Lachkärtchen" mit verschiedenen Lachvokalen: hoho, haha, hihi, hee, huhu  
Tücher zum Augen verbinden

### **1. Unterrichtseinheit**

Kennenlernen, Erklären, das es nicht um auslachen geht, wie gut Lachen tut, mit wem sie lachen, worüber Regeln des Umgangs festlegen, z. b. Wenn ich den Tischtennisschläger hochhalte, ruhig werden, dann wird etwas Neues erklärt.

### **2. Unterrichtseinheit**

Sehr gut, sehr gut, yeah in vielen Sprachen mit ergänzenden Übungen, z.B. In Italienisch, anschließend pantomimisch Eis schlecken, in Russisch, anschließend pantomimisch frieren.....

### **3. Unterrichtseinheit**

unterwegs auf der Kitzelstr. Die Schüler und Schülerinnen bilden eine Gasse ,auf beiden Seiten gleich viele, der Abstand so groß, das ein Rollbrett dazwischen fahren kann, die sogenannte Kitzelstrasse.  
Wichtig. Die Kinder, die sich aufs Rollbrett begeben, vorher fragen, wie sie es haben möchten, und was tabu ist  
Dann geht die Fahrt los. Die Kinder rechts und links am Straßenrand kitzeln achtsam das Kind, das auf dem rollbrett unterwegs ist.  
Im Lachwald: die Lachkärtchen verteilen, die Schülerinnen stellen sich mit Ihren Lachkärtchen im Raum auf. Lachspaziergängern werden die Augen verbunden, Sie werden zu den einzelnen Bäumen geführt, die dann ihren Lachlaut raunen dürfen, die anderen Lachbäume bleiben still.

**Fazit:** gut, das es 3 Einheiten gab, so konnte Vertrauen aufgebaut werden, auf die einzelnen SPEZIS eingegangen werden, das Konzept durch die Reflektion mit den anwesenden Lehrerinnen immer wieder angepasst werden.  
Die Klatschübungen haben für eine gute Struktur gesorgt.  
Die Namensschilder waren sehr wichtig, um sich meldende Kinder und unruhige Kinder gezielt ansprechen zu können.

Ich danke Nina Rudnick von der KGS Hemmingen und wünsche den Lachyogis, die sich an Schulen engagieren gute Nerven und gutes Gelingen.

**Namaste, Lena**