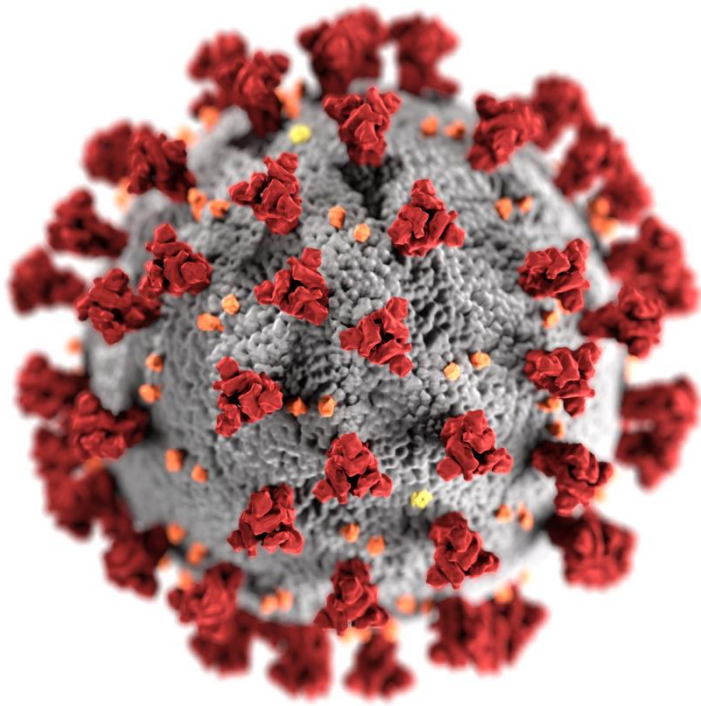


Corona-Krise

Tagebuch



Hallo Kids,

der „Virus“ hat alles durcheinandergewirbelt. Bestimmt ist es erst einmal ganz cool, dass man nicht zur Schule muss! Verständlich!

Trotzdem kann es sein, dass wir alle an Punkte kommen, die kritisch werden können. Deshalb habe ich mir überlegt, dass es vielleicht hilfreich sein könnte, den Alltag mit Hilfe eines **Wochenplans** und dem „**Corona-Tagebuch**“ ein wenig besser zu ordnen und festzuhalten.

Gleichzeitig kann es dir damit gelingen diese besondere Zeit, die vielleicht sogar damit verbunden ist nicht mehr ohne weiteres nach draußen gehen zu können, ein wenig spannender und sinnvoller zu gestalten.

Mit dem **Wochenplan** und dem „**Corona-Tagebuch**“ behältst du den Überblick über die schulischen Aufgaben und schaffst es sicher damit, den Anschluss an die schulischen Anforderungen zu halten.

Tatsächlich bietet dir die Krise jetzt, neben allen negativen Zusammenhängen nämlich die echte Chance,

- ⇒ selbst Verantwortung für **Dich** zu übernehmen,
- ⇒ eigene Wege zu entwickeln die **Dich** weiterbringen,
- ⇒ Erfahrungen zu machen die **Dir** helfen zu erkennen, wie **Du** am besten für **Dich** selbst lernen kannst
- ⇒ und herauszufinden, in welcher Art **Du** arbeiten musst, um deine Ziele zu erreichen.
- ⇒ Erfahrungen zu machen, die **Dir** helfen auch unbequeme Entscheidungen für **Dich** zu treffen
- ⇒ und das gute Gefühl, etwas ganz **aus sich selbst** heraus geschafft zu haben.
- ⇒ alles nachholen, was **Dir** in der vergangenen Zeit entgangen ist.
- ⇒ wirkliches **Selbstbewusstsein** aufzubauen.

Jetzt gibt es keine Kollegen oder Kolleginnen, denen man irgendwie beweisen muss wie cool oder lässig man ist. Jetzt hat man wirklich die Chance sich selbst zu beweisen und was man drauf hat. Dieses „**Corona-Tagebuch**“ kann dir dabei helfen. Es ist eingeteilt in unterschiedliche Bereiche, die du jeden Tag mit deinen persönlichen Erlebnissen, Aufgaben und Informationen aus der Welt beschreiben und an mancher Stelle auch bewerten sollst oder kannst.

Du brauchst, einen Drucker, einen Locher und einen Hefter oder Heftstreifen zum Einsortieren und Sammeln!

So kannst du das Heft nutzen:

Mache dir mit Hilfe des Wochenplans einen Plan für die bevorstehende Woche. Trage deine Aktivitäten und „Tagesziele“ ein.

Drucke dir dann für das eigentliche Tagebuch für jeden Tag die folgenden Blätter aus (beim Drucker Graustufen einstellen spart Farbe) und fülle sie wie bei einem Tagebuch (Corona Tagebuch Wochenplan & Tagesplätter.pdf) aus. Du kannst die Blätter im DinA4 Format lassen oder an den aufgedruckten Mittellinien entlangschneiden für DinA5!

- ⇒ 1x „Schule“
- ⇒ 1x „Privat“
- ⇒ 1x „Welt“
- ⇒ 1x „Und dies noch ...“

Dort wo eine Bewertung gefragt ist, kannst du eine Bewertung mit den Smileys vornehmen. Am Abend kannst du die gegebenen Punkte zusammenrechnen und ganz am Ende in die Tabelle eintragen (unten auf der Waagerechten den Tag, Links auf der Senkrechten die erreichten Punkte).

Verbindest du am Ende der Zeit die eingetragenen Punkte, ergibt sich daraus eine Kurve an der du dann in der ersten Tabelle ablesen kannst, ob du „**erfolgreich**“ warst und wie sich das über die Zeit entwickelt hat. In der zweiten Tabelle siehst du dann, ob und wie „**wohl**“ du dich über die Zeitspanne der Krise gefühlt hast.

Das bedeuten die Smileys:

- ☺ = Gut (jeweils 4 Punkte)
- 😊 = Mittel (jeweils 2 Punkt)
- ☹ = Nicht geschafft (0 Punkte)

So kannst du die Dinge die jeden Tag passieren und für dich wichtig sind **planen, dokumentieren, einordnen, bewerten** und vielleicht sogar als **besondere Erinnerung** für die Zukunft festhalten.

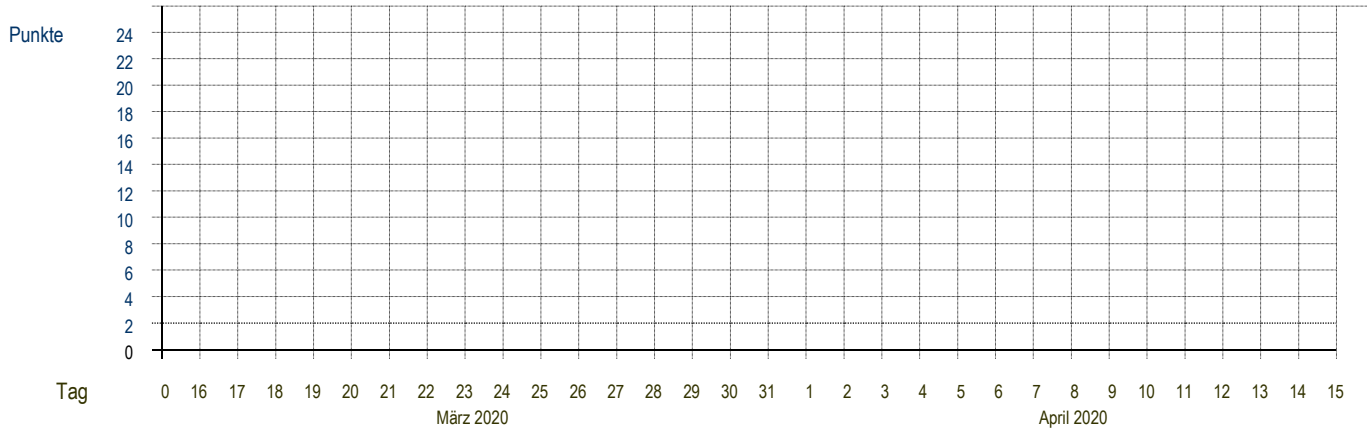
Denn wer weiß schon, wann und ob es eine solche Krisen-Maßnahme nochmal geben wird?
Ich wünsche dir jedenfalls viel Erfolg damit!

Gesamtauswertung „Schule“ :

☺ = Gut (jeweils 4 Punkte)

😊 = Mittel (jeweils 2 Punkt)

☹ = Nicht geschafft (0 Punkte)

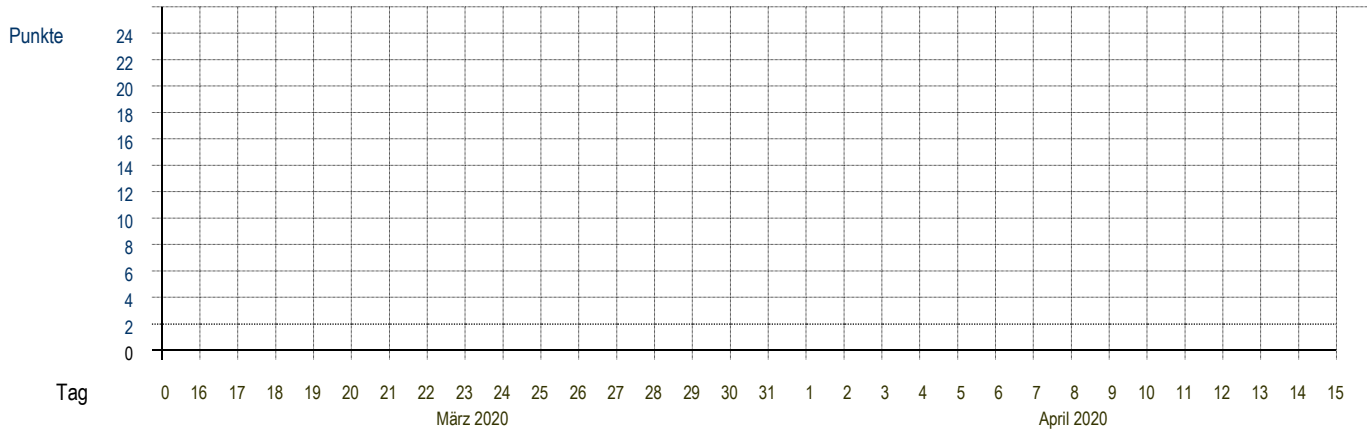


Gesamtauswertung „Wohlfühlen“ :

☺ = Gut (jeweils 4 Punkte)

😊 = Mittel (jeweils 2 Punkt)

☹ = Nicht geschafft (0 Punkte)

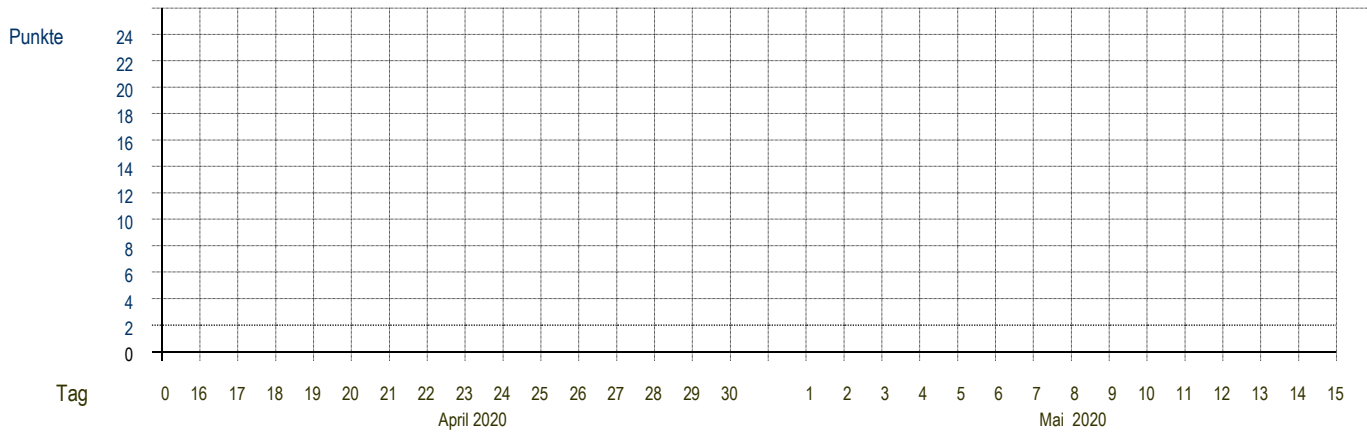


Gesamtauswertung „Schule“ :

☺ = Gut (jeweils 4 Punkte)

😊 = Mittel (jeweils 2 Punkt)

☹ = Nicht geschafft (0 Punkte)

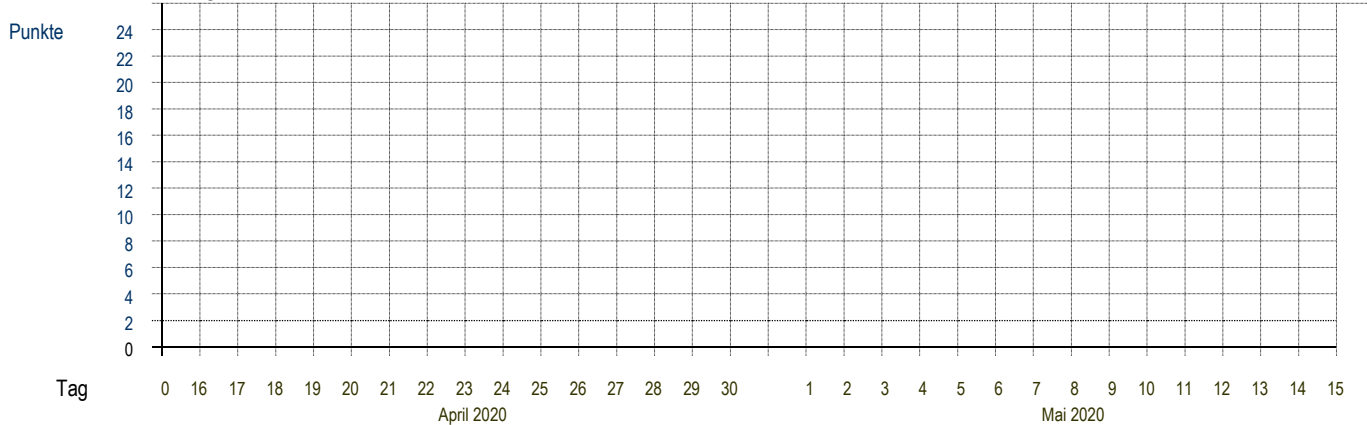


Gesamtauswertung „Wohlfühlen“ :

☺ = Gut (jeweils 4 Punkte)

😊 = Mittel (jeweils 2 Punkt)

☹ = Nicht geschafft (0 Punkte)



Gesamtauswertung „Schule“ :

😊 = Gut (jeweils 4 Punkte)

😐 = Mittel (jeweils 2 Punkt)

☹️ = Nicht geschafft (0 Punkte)

Punkte

24
22
20
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0

Tag

0 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15
Mai 2020 Juni 2020

Gesamtauswertung „Wohlfühlen“ :

😊 = Gut (jeweils 4 Punkte)

😐 = Mittel (jeweils 2 Punkt)

☹️ = Nicht geschafft (0 Punkte)

Punkte

24
22
20
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0

Tag

0 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15
Mai 2020 Juni 2020