



Einleitung: Endlich Ruhe in Klassenzimmer & Co.

4



1. Vereinbarungen und Regelungen für den Schuljahresbeginn

8

1.1 Organisatorisches	8
1.2 Gesprächs- und Verhaltensregeln	12
1.3 Routinen und Rituale	15
1.4 Bedeutung der Lehrersprache	23
1.5 Selbstbeobachtung und Belohnungssysteme	26



2. Übungen, Methoden & Tipps für den Unterricht

2.1 Stilleübungen und leise Spiele	30
2.2 Übungen zum konzentrierten Zuhören	41
2.3 Methodische Anregungen	56
2.4 Lärm und Geräusche als Unterrichtsthema	59
2.5 Tipps für den Sportunterricht	68



3. Klassenübergreifende Tipps & Projekte für die ganze Schule

3.1 Leises Verhalten im Schulhaus	72
3.2 Hörrallye durch die Schule	74
3.3 Themenwoche mit allen Klassen	77
3.4 Zuhören als Monatsmotto	80
3.5 Leisetraining mit Leisezertifikat	84