

**Zeitschrift:** Schweizer Schule  
**Herausgeber:** Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz  
**Band:** 74 (1987)  
**Heft:** 11: Meditation im Unterricht

## **Werbung**

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 29.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Der Unterschied macht's



**Neu**  
Selbstbau-  
Paket in  
48 Grössen für  
Heimwerker

SAUNAKOMFORT beginnt mit der richtigen Planung!  
Wir senden Ihnen gerne Unterlagen über:

- ☐ Element-Normsauna
- ☐ Do it yourself-Sauna
- ☐ Tauchbecken
- ☐ Solarien
- ☐ Fitnessgeräte
- ☐ Saunamöbel

**bürki  
saunabau**

☎ 01 710 45 39

Permanente Ausstellung an der Kilchbergstr 36, 8134 Adliswil

**pan**

*zeigt an*

**Die bewährten  
Schulblockflöten**

**MOECK**

<b>Sopran</b>	einfache Bohrung barock	
	Mod. 124 Birnbaum	Fr. 53.–
	Mod. 124 Ahorn	Fr. 53.–
	Doppelbohrung barock	
	Mod. 121 Birnbaum	Fr. 54.–
	Mod. 121 Ahorn	Fr. 54.–
<b>Alt</b>	barock	
	Mod. 236 Ahorn	Fr. 160.–

Grosse Auswahl an Schul- und Meister-  
flöten aller Marken

**MUSIKHAUS**

8057 Zürich, Postfach  
Schaffhauserstrasse 280

**pan AG**

Telefon 01 311 22 21  
Montag geschlossen

- Die gleiche Maske wird nun an zwei bis drei andere Schüler weitergegeben, die ihrerseits immer wieder ihre eigene Darstellungsart einsetzen.
- Nach etwa vier Durchgängen mit der gleichen Maske wird eine nächste Maske gewählt. Es fällt mir auf, wie zentriert und still engagiert die Zuschauer sind. Es ist absolut ruhig.
- Nachdem alle Schüler in Einzeldarstellung gewirkt haben, wählen zwei Schüler je eine Maske, dann drei... etc. bis sechs, ohne aber in Interaktion zu treten. Jedes Kind steht also zuerst allein, dann zu zweit, dritt... etc. bis zu sechst vor der Klasse. Die Anforderung der eigenen Zentrierung steigert sich ständig, und die Entfaltungsmöglichkeiten des einzelnen Kindes werden grösser.

Donnerstag

Der Donnerstag gestaltet sich im vorbereitenden Teil ähnlich wie die letzten Tage. Die meditativen Elemente im Unterricht lassen wir heute aus maskentechnischen Gründen weg. Wir setzen diese Arbeit am Freitag fort.

Freitag

Meditative Elemente zur Vorbereitung des Maskenspiels

- Nach den nun schon fast üblichen Kreismeditationen, wieder kombiniert mit Standübungen, mache ich die Schüler noch vertraut mit einigen schauspielerischen Grundbegriffen wie: schlagen, stossen, Haare zausen.
- Nun folgen Gruppenformations- und Gruppenbewegungsübungen.

Meditative Elemente im Maskenspiel

- Darstellung der eigenen Schülermaske in Position und Gangart.
- Nachdem die Schüler Gruppen gebildet haben, suchen sie sich zwei Improvisationsthemen aus, die sie der Klasse am Abend vorspielen möchten, z.B. Streit auf dem Heimweg, Pech beim Fischfang.
- Ohne Masken stellen die Schüler ihre Szenen der Klasse vor.
- Gruppe und Klasse entscheiden, welche Szene ausgearbeitet werden soll.
- Arbeit mit Masken an der gewählten Improvisation. Die Schüler arbeiten für sich.
- Darstellung der geübten Szene vor den Lehrerinnen.
- Kritik und Änderungsvorschläge durch die Lehrerinnen.
- Am Abend erfolgt die Darstellung der gewählten Improvisation vor der Klasse.

**Zusammenfassende Bemerkungen und  
Beobachtungen**

Anschliessend an die Maskenarbeit, in die sich die Kinder tief einfühlten, bemerkten sie selber: