

Epochenheft

Der Epochenbegleiter für eine ganze Waldorf-Epoche: für jeden Tag eine Schreibseite, dazu Zeichenseiten, Inhaltsverzeichnis und Rückblick.

Was diese Datei für dich tut

- 48 Seiten A4 für eine komplette Epoche (ca. 4 Wochen) – nichts läuft mehr verloren.
- Je Tag eine Schreibseite mit Datum und Thema sowie eine Zeichenseite für Bilder und Skizzen.
- Deckblatt, Inhaltsverzeichnis, Merksatzseite, Wochenrückblick und Epochen-Rückblick inklusive.
- Ruhiges, aufgeräumtes Layout in Indigo/Ocker – passend zum Waldorf-Schriftbild.
- Einfach drucken und binden – ideal für den Hauptunterricht, als Heft oder Loseblattsammlung.

Das Epochenheft ist bewusst schlicht gehalten. Es sammelt den Stoff einer Epoche an einem Ort: eigene Gedanken, Zeichnungen, Merksätze und Rückblicke – so entsteht Schritt für Schritt ein eigenes, persönliches Heft.

So führst du dein Epochenheft

- 1 Deckblatt ausfüllen: Name, Klasse, Epoche und Zeitraum eintragen.
- 2 Jeden Tag die nächste Schreibseite nutzen – Datum und Thema zuerst notieren.
- 3 Zur Schreibseite eine Zeichenseite gestalten: Bild, Skizze oder Schaubild.
- 4 Wichtige Begriffe und Merksätze auf der Merksatzseite sammeln.
- 5 Am Wochenende den Wochenrückblick, am Ende den Epochen-Rückblick ausfüllen.
- 6 Das fertige Heft als Erinnerung aufbewahren – es ist dein eigenes Werk.

Mit dem Epochenheft arbeiten

Kurze Anleitung für Schülerinnen, Schüler und Begleitende.

In einer Waldorf-Epoche wird ein Thema über mehrere Wochen täglich im Hauptunterricht behandelt. Das Epochenheft ist der Ort, an dem der Stoff wächst: Jeden Tag entsteht eine neue Doppelseite aus Schreiben und Zeichnen.

Video-Anleitung: <https://www.youtube.com/watch?v=21xIYS5pedk>

Der tägliche Ablauf

- 1 Datum und Thema der Stunde oben auf der Schreibseite eintragen.
- 2 Zum Einstieg kurz aufschreiben, was du noch von gestern weißt (freier Aufsatz).
- 3 Den neuen Inhalt in eigenen Worten festhalten – lieber wenige, klare Sätze.
- 4 Auf der Zeichenseite ein Bild, eine Skizze oder ein Schaubild zum Inhalt gestalten.
- 5 Einen Merksatz unter das Bild schreiben (Beschriftung / Merksatz).
- 6 Am Ende der Woche den Wochenrückblick ausfüllen.

Worauf es ankommt

- Ordnung: Jeden Tag sauber weiterarbeiten, nichts überspringen.
- Eigene Worte: Nicht abschreiben, sondern selbst formulieren.
- Gestalten: Bilder gehören dazu – nimm dir Zeit für die Zeichnung.
- Rückblick: Am Ende des Heftes ehrlich einschätzen, was gelungen ist.
- Sorgfalt: Heft, Datum und Thema sind Teil deiner Arbeit.

Tipp für Begleitende: Das Heft nicht korrigieren, sondern würdigen. Die Rückblickseiten eignen sich gut für ein kurzes Gespräch am Epochenende.

MEIN EPOCHENHEFT

Name: _____

Klasse: _____ Schuljahr: _____

Epoche / Thema: _____

Zeitraum: _____ Klassenlehrer/in: _____

Inhaltsverzeichnis

Zu jedem Tag das Thema und die Seitenzahl eintragen – so findest du alles wieder.

Tag	Datum	Thema	Seite
01			
02			
03			
04			
05			
06			
07			
08			
09			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			

Wichtige Begriffe & Merksätze

Fachbegriffe sammeln und in eigenen Worten erklären.

[illegible]

Datum: _____ **Thema:** _____

Datum: _____

Beschriftung / Merksatz:

Datum: _____ **Thema:** _____

Datum: _____

Beschriftung / Merksatz: _____

Datum: _____ **Thema:** _____

Datum: _____

Beschriftung / Merksatz:

Datum: _____ **Thema:** _____