



Arbeitshilfe für Lehrerinnen und Lehrer,
Pfarrerinnen und Pfarrer

Mit Unterrichtsvorschlägen zu Segensritualen, ausgewählten
Psalmen sowie biblische Geschichten von David und Jonathan
für einen weiterführenden Religionsunterricht

ECHT STARK! ACHTSAM UNTERWEGS.

EINSCHULUNGSGOTTESDIENST
FÜR DEN ÜBERGANG IN DIE SEKUNDARSTUFE I



INHALT

Impressum	
Herausgeber:	Evangelische Kirche im Rheinland (EKiR) Hans-Böckler-Straße 7 40476 Düsseldorf
	Evangelische Kirche von Westfalen (EKvW) Altstädter Kirchplatz 5 33602 Bielefeld
	Lippische Landeskirche (LLk) Leopoldstraße 27 32756 Detmold
Redaktion:	Svenja Blaczek Ralf Fischer Christina Heidemann
Lektorat:	Ingrid Daniel
Gestaltung:	Christoph Lindemann
Druck:	WIRmachenDRUCK GmbH Illerstraße 15 71522 Backnang
Verlag:	
Bestellungen:	www.unterwegs-in-gottes-welt.de
Material:	Freie Bildungsmaterialien (OER) creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.de

Vorwort	5
1. Überblick	7
1.1 Theologische Hintergründe	7
Hinweise zu religionssensiblen Umgang	8
Literaturhinweise	9
1.2 Didaktische Annäherungen mit Bilderbuchanalyse	10
Bilderbuchanalyse	10
2. Gottesdienst	13
2.1 Ablauf	14
2.2 Vorschläge für die einzelnen Bausteine	15
2.2.1 Eingangsvotum	15
2.2.2 Begrüßung mit Bildimpuls	16
2.2.3 Eingangsgebet	17
2.2.4 Erzählungen I, II, III, IV	17
2.2.5 Fürbittengebet	20
2.2.6 Give-Away: Den Segen mitnehmen	20
3. Religionsunterricht	21
3.1 Kompetenzerwartungen in der Jahrgangsstufe 5/6	21
3.2 Überblick über die Unterrichtseinheiten	23
3.2.1 Echt stark! Ich kann was! – Jims Achtsamkeit	23
3.2.2 Echt stark! Ich kann was! – Davids Talent	25
3.2.3 Echt stark durch Rituale! – Jims Rituale	26
3.2.4 Echt stark durch Rituale! – Davids Psalmen	27
3.2.5 Echt stark durch Freundschaft! – Jim und seine Freunde	28
3.2.6 Echt stark durch Freundschaft – David und Jonathan	29

4. Weitere Hinweise, Impulse	32
Empfehlungen für weitere Unterrichtsprojekte	32
5. Anhänge	33
M1 – Lied „Wo wir achtsam sind, da ist Gott“	33
M2 – Achtsamkeitsübungen mit der Anti-Stress-Orange	35
M3 – Erzählvorlagen in zwei Differenzierungen	36
M3.1	40
M3.2	41
M3.3	42
M3.4	43
M3.5	44
M4 – Karten mit Kategorien	45
M5 – Echt-Stark-Karte	47
M6 – Psalmworte mit Affirmationen	48
M7 – Psalm 23	57
M8 – Vorlage Blanko-Karte	58
M9 – Emoji-Karten	59
M10 – Vorlage Orange	61
M11 – Achtsam mit dir	62
M12 – Psalm der Freundschaft	63
M13 – Weitere Übungsangebote	64
M14 – Vorlage Faltkarton	67

VORWORT

Viele weiterführende Schulen gestalten zum Beginn des Schuljahres Gottesdienste für ihre Schülerinnen und Schüler (SuS¹) und heißen sie damit auf den weiterführenden Schulen herzlichst willkommen. Die evangelischen Kirchen in NRW möchten Sie als Lehrerin und Lehrer, als Pfarrerin und Pfarrer dabei mit ansprechendem Material unterstützen.

Wir empfehlen die Verzahnung von Schuleingangsgottesdienst und evangelischem Religionsunterricht – immer mit Blick auf die Lebenswirklichkeit der SuS: Der Wechsel auf die weiterführende Schule bringt neue soziale Konstellationen, veränderte Anforderungen und die Herausforderung, sich in einer neuen Gemeinschaft zu orientieren. Für relevante Themen wie Selbstwahrnehmung, Freundschaft, Sicherheit und den Umgang mit Stress bieten Gottesdienst und Religionsunterricht Räume zur Reflexion, Deutung und Gestaltung.

Die Graphic Novel „Kein Stress, Jim!“ von Suzanne und Max Lang aus dem Loewe-Verlag bietet einen niedrigschwelligen, zugleich tiefgründigen Zugang, der durch ausgewählte Davidgeschichten aus dem Ersten Testament sowie Psalm 23 und Psalm 139 in Auszügen aufbereitet unter folgenden Motiven fokussiert werden kann: Begabung als Ausdruck von Persönlichkeit und Verantwortung, Rituale als Quelle von Halt und Orientierung sowie Freundschaft als Segen und Kraftquelle. SuS sind vielfältig begabt, wissen um wohl-tuende Routinen und brauchen Freunde und Freundinnen; gerade weil sich im Übergang von der Grundschule zu den weiterführenden Schulen sich so einiges verändern kann.

¹ SuS = Schülerinnen und Schüler.
Diese Abkürzung wird in der Regel im Folgenden angewandt.

Erstmalig liegt der Arbeitshilfe auch eine Graphic Novel bei. Bild und Text sind urheberrechtlich geschützt und bedürfen bei Aufführungen und Lesungen Genehmigungen. Wir empfehlen ein Bild für den Gottesdienst und einzelne Seiten für den Einsatz eines Bildes im Gottesdienst und weiterer Seiten im Religionsunterricht, die zum Beispiel über eine Dokumentenkamera (ELMO) gezeigt werden können.*

Uns ist es ein Anliegen, dass sich die SuS (und die Angehörigen) beim Übergang in die neue Schule begleitet wissen, bei sich bleiben und sich zugleich weiterentwickeln. Als Give-Away geben wir die Anti-Stress-Orange des Schimpansen Jim aus der Graphic Novel im Klassensatz mit – möge diese mit dem Segenswunsch nach Begleitung sowie mit einem Augenzwinkern weitergegeben werden. Wir wünschen Ihnen viel Freude bei der Planung und Durchführung von Gottesdienst und Religionsunterricht!



Nutzen Sie gerne auch die digitale Version auf unserer Projektwebsite, die auch weitere Angebote bereit hält:
www.unterwegs-in-gottes-welt.de

*Svenja Blaczek, Pädagogisch-Theologisches Institut der EKIR
Ralf Fischer, Pädagogisches Institut der EKvW
Christina Heidemann, Pädagogisches Institut der EKvW*

*Bei weiterem Wunsch nach Verwendung kann sich hier über Rechte und Pflichten informiert werden:



**[eliport.de/magazin/
artikel-wie-mache-ich-einen-literaturgottesdienst](http://eliport.de/magazin/artikel-wie-mache-ich-einen-literaturgottesdienst)**



**[vgwort.de/fuer-verguetungspflichtige-und-lizenznehmer/
bildungseinrichtungen](http://vgwort.de/fuer-verguetungspflichtige-und-lizenznehmer/bildungseinrichtungen)**

1. ÜBERBLICK

1.1 THEOLOGISCHE HINTERGRÜNDE

Biblische Geschichten zu David und Jonathan sowie Psalmen bieten sich in Auswahl für Einschulungsgottesdienst und aufbauende und zugleich vertiefende Auseinandersetzung im Religionsunterricht an. Zwischenmenschliche Erfahrungen sowie Begegnungen mit Gott in Übergangssituationen lassen sich erschließen und vor eigenen Erfahrungen mit Freundschaften, Lebensgewohnheiten und Haltungen deuten. Zur Vorbereitung empfiehlt sich die Lektüre der Bibeltexte: 1. Samuel 16–20, Psalm 23, Psalm 139 (zum Beispiel Lutherbibel oder Basis Bibel, auch online abzurufen unter: **www.die-bibel.de**).

Einführend wesentliche Gedanken zu David als Musiker, David als Psalmbeter und David als Freund: David gilt als Musiker und Tröster von König Saul. In 1. Samuel 16,14–23 wird David als begabter Harfenspieler vorgestellt, der durch seine Musik König Saul hilft, mit einem „bösen Geist, der seine Stimmung verfinsterte“ umzugehen.

David's musikalische Gabe ist hier nicht nur eine praktische Fähigkeit, sondern erfüllt eine theologisch bedeutsame Funktion: Musik wird als Heilmittel eingesetzt. David vertreibt mit seiner Harfe den bösen Geist, der Saul plagt. Die Musik wirkt beruhigend und heilend – ein Zeichen dafür, dass Gott durch David wirkt. Die Szene zeigt wie David durch seine künstlerische Begabung zum Helfer und Hoffnungsträger wird.

David hat seine Gebete vertont. Viele Psalmen tragen die Überschrift „Von David“. In jüdischer und christlicher Tradition gilt er als der zentrale Psalmbeter. Seine Gebete entstanden in unterschiedlichen Lebenslagen – Freude, Angst, Schuld und Dankbarkeit. Sie zeigen eine persönliche Beziehung zu Gott und wurden sowohl im privaten Umfeld als auch im Gottesdienst gesprochen.

Psalm 23 ist ein Vertrauenspsalm: „Der Herr ist mein Hirte, mir wird nichts mangeln.“ Er stellt den Tag unter Gottes Leitung. Die Bilder von grünen Auen und stillen Wassern laden ein, sich morgens bewusst in Gottes Nähe zu begeben. Gleichzeitig blendet der Psalm Schwierigkeiten nicht aus („Tal der Todesschatten“), sondern ermutigt, sie im Vertrauen auf Gott zu bestehen. Die letzten Verse sprechen von Gemeinschaft und Segen: Gott ist Hirte und Gastgeber für viele.

Psalm 139 drückt im Staunen über das Dasein in der Welt die Gewissheit um Geborgenheit und Schutz aus. Zugleich macht er die Unverfügbarkeit Gottes bewusst. Der Psalmbeter drückt seine Gedanken über seine Existenz in Dank an Gott aus:

Ich danke dir dafür, dass ich wunderbar gemacht bin.

Jonathan und David schließen in 1. Samuel 18,3 einen Bund – Jonathan schenkt David Mantel und Waffen und symbolisiert damit, dass er ihn respektiert und unterstützt, obwohl er als Thronfolger Davids stärksten Konkurrenten darstellt. Diese Freundschaft basiert auf einer treuen, liebevollen, gottesfürchtigen Bindung.

Jonathan hätte jede Motivation gehabt, David aus dem Weg zu räumen – doch er vertraut Gottes Plan und unterstützt David aktiv. Er spricht bei Saul für ihn und warnt David vor dessen Zorn. So zeigt er, dass wahre Freundschaft und Integrität Gottes Willen folgen.

Jonathan erkennt David als von Gott bestimmt an – mutig setzt er sich gegen seinen eigenen Vater durch und segnet David ausdrücklich mit den Worten, dass Gott mit ihm sei. Ihre Freundschaft ist durch Gottes Hand gelenkt und dient seinem Plan.

Ihre Freundschaft zeigt sich in intensiver emotionaler Nähe („ihre Seelen waren miteinander verbunden“) und in konkreter Unterstützung. Beim Abschied weinen sie gemeinsam, sprechen Wünsche und Zusagen aus und leben Hingabe und Vertrauen in Gottes Hilfe.

Hinweise zu religionssensiblem Umgang

David (Dāwūd [دَاوُد]) gilt im Islam als einer der großen Propheten und als gerechter Herrscher. Ihm wurde das heilige Buch Zabūr (vergleichbar mit den Psalmen) offenbart. Im Koran wird er als jemand beschrieben, der Gott lobte, betete und fastete. Auch im Islam wird seine schöne Stimme und sein Lobpreis erwähnt. Er ist bekannt für seine Weisheit und den Sieg über Dschālūt (Goliath). Die Erzählung von Saul und Jonathan ist im Islam nicht überliefert. Werte wie Freundschaft, Treue und Mut können als gemeinsame Werte aller Religionen und Kulturen Thema im Religionsunterricht sein.

Literaturhinweise

Weber, Beat: Werkbuch Psalmen.

Band I: Die Psalmen 1–72.

Stuttgart: Kohlhammer, 2001.

Band II: Die Psalmen 73–150.

Stuttgart: Kohlhammer, 2003.

Band III: Theologie und Spiritualität des Psalters und seiner Psalmen.

Stuttgart: Kohlhammer, 2010.

BibleProject: Buchvideo 1. Samuel.

YouTube. youtu.be/UYN3koCqqUc?si=I64ZvJTslbmkvzFN

Dietrich, Walter: Samuel.

Teilband 2: 1Sam 13–26.

Neukirchen-Vluyn: Biblischer Kommentar Altes Testament, 2015.

David: König, Mensch und Mythos.

In: Welt und Umwelt der Bibel 1/2024.

Dietrich, Walter: David. Der Herrscher mit der Harfe.

Leipzig: Biblische Gestalten, Band 14, 2026.

Hertzberg, Hans Wilhelm: Die Bücher Samuel.

ATD-Reihe. gottesdienst-ref.ch/perch/resources/03-01-03-gebet-ups-kopie-2.pdf

Mebus, Karl: Die Psalmen – Eine Auslegung für die Praxis.

bibelkommentare.de. www.bibelkommentare.de/kommentare/634/die-psalmen

Exegetische Hinweise zu Psalm 23.

blogs.rpi-virtuell.de

1.2 DIDAKTISCHE ANNÄHERUNGEN MIT BILDERBUCHANALYSE

Der Wechsel auf die weiterführende Schule bringt neue soziale Konstellationen, veränderte Anforderungen und die Herausforderung, sich in einer neuen Gemeinschaft zu orientieren. Themen wie Selbstwahrnehmung, Freundschaft, Sicherheit und der Umgang mit Stress gewinnen in dieser Lebenssituation besondere Bedeutung.

Die Arbeit mit der Graphic Novel „Kein Stress, Jim!“ von Max und Suzanne Lang, erschienen im Loewe-Verlag 2022, bietet einen niedrigschwelligen, zugleich tiefgründigen Zugang zu diesen Themen. Die Figur Jim Panse verkörpert eine verständliche Form von Achtsamkeit, Selbstfürsorge und sozialer Verantwortung. Seine Rituale, seine Begabungen und seine Beziehungen eröffnen den SuS Identifikationsmöglichkeiten und laden zur Selbstreflexion ein.

Bilderbuchanalyse

Das Comic-Bilderbuch in der Kategorie Graphic Novel von Suzanne und Max Lang erzählt vom Schimpansen Jim Panse, der versucht, seinen Tag stressfrei zu gestalten. Er beginnt mit einem Morgenritual – Spaziergang, Frühstück, Gymnastik – und zeigt, wie äußere Störungen (zum Beispiel ein nerviges Insekt) seine Ruhe gefährden. Jim greift dann zu seiner Anti-Stress-Orange, die ihm hilft, sich zu entspannen.

Die Illustrationen sind comicartig, haben klare Konturen und Farben, die je nach Stimmung variieren: Warme Farben für ruhige Szenen, kühle und kontrastreiche Farben für stressige Momente.

Die Farbwechsel visualisieren Jims emotionale Zustände und machen sie so für SuS intuitiv nachvollziehbar. Jim Panse ist ein Paradebeispiel für nonverbale Kommunikation: Seine Gesichtsausdrücke variieren von entspannt bis genervt und wütend, seine Körperhaltung unterstreicht die emotionale Wirkung. Die Anti-Stress-Orange als Bildsymbol steht für Selbstregulation, innere Ruhe und bewusstes Innehalten.

Die Sprache ist einfach, direkt und humorvoll mit kurzen, prägnanten Sätzen und unterstützt durch lautmalersche Elemente die emotionale Wirkung. Die Schrift variiert je nach Stimmung in Größe und Stil und unterstützt so das Textverständnis und die emotionale Lesekompetenz. Die Bilder stehen im Vordergrund, der Text ergänzt und kommentiert diese. Text und Bild korrelieren und fördern so das Zusammenspiel von Lesen und Sehen.

Das Buch ist ein Türöffner für Gespräche über Selbstfürsorge, Rituale und den Umgang mit Herausforderungen. Es unterstützt die emotionale Bildung und die Auseinandersetzung mit der Bedeutung von Symbolen. Durch Empathie und Perspektivwechsel werden Gespräche über das eigene Erleben im Kontext Neuanfang in Klasse 5 gefördert.

Im Einschulungsgottesdienst und dem subjektorientierten Religionsunterricht werden Verbindungen zwischen den biblischen Erzählungen von David sowie Jim Panse und den Lebenswelten der SuS geschaffen.

Drei zentrale Motive stehen dabei im Fokus:

Begabung als Ausdruck von Persönlichkeit und Verantwortung

Jim erkennt seine Stärken und nutzt sie, um sich selbst und anderen zu helfen. David wird als Musiker beschrieben, dessen Spiel König Saul beruhigt. Die Frage „Was kann ich gut?“ wird zur Einladung, die eigene Einzigartigkeit zu entdecken und als Beitrag zu gelingender Gemeinschaft einzusetzen.

Rituale als Quelle von Halt und Orientierung

Jims Morgenritual hilft ihm, strukturiert und gestärkt in den Tag zu starten. Die Psalmen 23 und 139 in Auszügen zeigen, wie Gebete zu Ritualen werden können, die Kraft und Vertrauen schenken. Die SuS werden ermutigt, eigene Rituale zu benennen und gemeinsam neue zu gestalten.

Freundschaft als Segen und Kraftquelle

Jim erfährt Unterstützung durch seine Freunde, die ihm in schwierigen Momenten beistehen. Er selbst ist ebenfalls bereit, sich für seine Freunde einzusetzen. Die Freundschaft zwischen David und Jonathan wird als göttlich geschenkte Beziehung beschrieben, die von Loyalität, Schutz und gegenseitigem Vertrauen geprägt ist. Die Frage „Wo erlebe ich Freundschaft als Segen?“ eröffnet einen Raum für persönliche und spirituelle Reflexion.



Die Geschichte von Jim Panse dient als narrativer Zugang, der emotionale Resonanz erzeugt und die SuS in ihrer Lebenswelt abholt. Durch kreative und handlungsorientierte Aufgabenformate (die Gestaltung von „Echt-Stark-Karten“, ein Orangenritual und ein Psalmwort als persönliche Affirmation) wird die religiöse Deutungskompetenz gefördert. Symbole wie die Anti-Stress-Orange oder die Harfe regen zur Auseinandersetzung mit religiösen Ausdrucksformen an und ermöglichen eine vertiefte Symbolarbeit.

Die Verbindung von Text-Bild-Elementen im Bilderbuch mit biblischen Inhalten schafft ein inklusives Lernsetting, das unterschiedliche Lernvoraussetzungen berücksichtigt und vielfältige Zugänge zum religiösen Lernen eröffnet.

Die ausgewählten Davidgeschichten (vgl. 1. Theologische Hintergründe) (→**M3**) können mit den fünf Bildern erzählt werden, um SuS mit Sprachförderbedarfen zu unterstützen: Sie finden sich zur sofortigen Nutzung im Anhang (→**M3.1 bis M3.5**). Die Spurenlesen Grundschriftbibel bietet auch bebilderte Davidgeschichten in Auszügen: Vgl. Burkhardt, H.; Knapp, D.; Peters, B.; Spuren lesen Grundschriftbibel, Stuttgart 2022.

Singen ist ein ganzheitlicher Zugang und trägt als gemeinschaftsstiftenden Ritual zu einem förderlichen Miteinander bei. Das Lied: **Wo wir achtsam sind, da ist Gott** (→**M1**) beschreibt verschiedene Alltagssituationen, in denen Achtsamkeit eingeübt werden kann. Es wurde extra für Gottesdienst und Religionsunterricht geschrieben; die Strophen können für Gesprächsanlässe genutzt werden.

Das Lied kann übrigens auf der Website und auf YouTube als Vollversion und im Playback angehört und angesehen werden:



Vollversion:
youtu.be/W68SdvUCLdA



Playback-Version:
youtu.be/WZX2rSEZzxk



Außerdem ist es bei Spotify verfügbar:
open.spotify.com/intl-de/track/0wfgohpRypIEDU5GxPLfz2?si=5b827e980f5e41fc

2. GOTTESDIENST

Der Einschulungsgottesdienst begrüßt die SuS in der neuen Schule auf eine besondere Weise. Er holt sie, bestenfalls unter Beteiligung der Schulgemeinschaft, ab und lädt sie ein, selbst Teil zu werden. Aufbereitet mit mutmachender Botschaft und Berücksichtigung von Ängsten und Wünschen bietet er einen gestalteten Übergang mit Halt und Orientierung.

2.1 Ablauf

Im Ablauf sind Verweise auf ausformulierte Bausteine in 2.2. als Anregung notiert. Einige Materialien für den Unterricht, die sich im Anhang befinden und zum Beispiel als M 3.5 ausgewiesen werden, können auch im Gottesdienst verwendet werden.

2.2 Vorschläge für die einzelnen Bausteine

2.2.1 Eingangsvotum

2.2.2 Begrüßung mit Bildimpuls

2.2.3 Eingangsgebet

2.2.4 Erzählungen

2.2.5 Fürbittengebet

2.2.6 Give-Away: Den Segen mitnehmen

2.1 ABLAUF

Auf dem Weg zur Mitte

- Musik zum Eingang
- Eingangsvotum → **2.2.1**
- Begrüßung → **2.2.2**
- Eingangsgebet → **2.2.3**
- Liedvorschläge: „Einfach nur so“ (Melodie: Reinhard Horn, Text: Hans-Jürgen Netz, Verlag: KONTAKTE Musikverlag), „Halte zu mir, guter Gott“ (Melodie: Ludger Edelkötter, Text: Rolf Krenzer, Verlag: KiMu Kinder Musik Verlag)

In der Mitte

- Erzählung I – Der Hirtenjunge David hat eine neue Aufgabe → **2.2.4** mit → **M3.5**
- Eventuell instrumentale Musik
- Erzählung II – David als Psalmdichter → **2.2.4** mit → **M3.4**
- Auslegung: Erzählung III – Wir sind wunderbar gemacht → **2.2.4** mit Papier und Stift pro SuS und → **M10**
- Lied: „Wo wir achtsam sind, da ist Gott“ (Melodie und Text: Christina Heidemann) → **M1**

Auf dem Weg von der Mitte nach außen

- Erzählung IV Wir sind gesegnet und machen uns auf den Weg → **2.2.4**
- Segnung der Schülerinnen und Schüler
- Liedvorschläge: „Kindermutmachlied“ (Melodie und Text: Andreas Ebert, Verlag: Hänssler Verlag), „Gott, dein Segen geht mit uns“ (Melodie: Reinhard Horn, Text: Ulrich Walter, KONTAKTE Musikverlag), „Gott, dein guter Segen ist wie ein großes Zelt“ (Melodie: Detlef Jöker, Text: Reinhard Bäcker, Verlag: Menschenkinder Verlag)
- Fürbittengebet → **2.2.5**
- Vaterunser
- Segen
- Musik zum Ausgang

2.2 VORSCHLÄGE FÜR DIE EINZELNEN BAUSTEINE

2.2.1 Eingangsvotum

Hier ist zu unterscheiden, mit welcher Zielgruppe die Einschulung gefeiert wird. In einem **christlichen Gottesdienst** wird im Namen des dreieinigen Gottes, je nach Tradition auch mit dem Zeichen des Kreuzes begonnen:

Wir sind zusammen und feiern im Namen Gottes,
des Vaters, und des Sohnes und des Heiligen Geistes.
Amen.

Bei einer **interreligiösen Feier** wird gegebenenfalls auf dieses Votum verzichtet. Stattdessen besteht die Möglichkeit, die Feier religionssensibel mit dem Satz zu beginnen:

Wir feiern, weil Gott uns wunderbar geschaffen hat. Wir
vertrauen auf Gott, der uns mit seinem Segen begleitet.

Gemeinsam geht es weiter:

Wir feiern den ersten Schultag an der neuen Schule. Die Schülerinnen und Schüler haben in den ersten Jahren schon viel gelernt, viel Wissen und Können, aber auch das, was ihre Persönlichkeit ausmacht. Echt stark, was aus euch, liebe Schülerinnen und Schüler schon geworden ist. Aber ihr habt auch gemerkt, dass ihr auf euch achten müsst, damit es euch gut geht. Deshalb steht dieser Gottesdienst unter dem Thema „Echt stark – achtsam unterwegs“. Wir denken daran, dass wir nicht allein auf unseren Wegen sind. Wir vertrauen darauf, dass Gott, der uns gemacht hat, uns begleitet, weil Gott es gut mit uns meint. Um dies zum Ausdruck zu bringen, sollen alle Schülerinnen und Schüler, die heute eingeschult werden, in diesem Gottesdienst Gottes Segen zugesprochen bekommen.

2.2.2 Begrüßung mit Bildimpuls

Vorbereitung: Bild auf Seite 73 vorbereiten als Präsentation oder Handzettel.

Begrüßung

Deshalb: Herzlich willkommen im Gottesdienst/in der Feier zum ersten Schultag in der Klasse 5 der ... Schule.

Wenn die SuS, die eingeschult werden, aus mehreren Grundschulen kommen, kann hier durch Melden oder Aufstehen angezeigt werden, wer von welcher Schule kommt. Werden im Gottesdienst das Bild von Jim Panse und die Lieder in einer Präsentation gezeigt, um auf Liedblätter verzichten zu können, bietet es sich hier an, Fotos von den abgehenden Grundschulen einzuspielen.

Aber nicht nur die Frage, woher wir kommen, ist wichtig. Auch die Frage, wie wir heute hier sind, wie es uns geht. Dazu gibt es ein Bild von Jim Panse (*Bild zeigen*).



Quelle: Max und Suzanne Lang,
Kein Stress, Jim! Loewe 2022, Seite 73

Er sagt: „Na gut“. Das kann man unterschiedlich betonen: **Na** gut, also es geht so, oder **gut**, also richtig gut. Sind wir heute eher na oder eher gut hier? Und warum? Vielleicht mögen die Schülerinnen und Schüler, die Lehrkräfte und die Eltern etwas dazu sagen? (*Einzelne Voten einholen; es ist auch möglich, von den Schülerinnen und Schülern zum Beispiel der sechsten Klasse oder einer anderen Patenklasse in einem Anspiel Voten über das Ergehen am 1. Schultag an der neuen Schule einbringen zu lassen. Dabei ist darauf zu achten, dass es nicht einseitig wird, sondern Aufregung, Neugierde, Sorgen und Begeisterung überzeugend vorkommen.*)

Für Jim spielt die Orange in seiner Hand eine wichtige Rolle. Immer, wenn er Stress bekommt, wenn er unruhig oder aufgeregt wird, knetet er die Orange, damit es ihm wieder besser geht. So achtet Jim auf sich.

Auch wir sollen gut auf uns achten. Dazu gehört, dass wir in uns hineinfühlen, wie wir uns gerade fühlen. Und wir sollen damit nicht allein bleiben. Gott interessiert sich dafür, wie es uns geht und lädt uns ein, im Gebet zu sagen, was uns bewegt.

2.2.3 Eingangsgebet

Guter Gott,

der erste Tag an der neuen Schule: ein aufregender Tag. Die Schülerinnen und Schüler sind gespannt darauf, wie diese neue Schule ist, was für Lehrkräfte sie bekommen, mit wem sie zusammen in einer Klasse sind, ob sie bald Freundinnen und Freunde finden und wie es ihnen gehen wird.

Und sie bringen schon viel mit, was sie bereits erlebt und gelernt haben. Sie sind neugierig auf das, was sie nun entdecken können. Sie haben Erfahrungen damit, in der Gemeinschaft füreinander da zu sein und sich gegenseitig zu unterstützen. Sie können auf sich achten, ihre Grenzen und Möglichkeiten wahrnehmen und damit weiterlernen.

Wir danken dir, dass alle Menschen, die SuS und die Erwachsenen, von dir mit guten Gaben ausgestattet sind. Und wir hoffen und vertrauen darauf, dass du auch in diesem neuen Abschnitt der Schulzeit mit deinem Segen dabei bist und bleibst. Amen.

2.2.4 Erzählungen I, II, III, IV

Erzählung I zu 1. Samuel 16,19–21a: Der Hirtenjunge David hat eine neue Aufgabe

(Hier kann auch ein Bild von König Saul und/oder dem Hirtenjungen David gezeigt werden.).

Vor ungefähr 3000 Jahren regierte König Saul über das Volk Israel. Er war ein mächtiger König. Aber immer wieder wurde er von Angst und Sorgen, von Wut und Ärger gepackt und fing an zu toben.

Auf den Rat seiner Diener hin ruft er den Hirtenjungen David an seinen Königshof, denn David kann Harfe spielen. Der König braucht die beruhigende Musik, wenn er ängstlich und rastlos wird oder zu toben anfängt. Isai, Davids Vater, schickt ihn mit Geschenken für den König zu Saul. Wie mag sich David gefühlt haben, als er auf den Weg geschickt wurde ... (*Voten einholen*)



Bild → M3.5, siehe Anhang

Erzählung II zu David als Psalmdichter

David war ein begabter Musiker und Sänger. Viele Lieder aus der Bibel werden mit ihm verbunden. Diese Lieder sind zusammen mit den Liedern anderer Verfasser im Buch der Psalmen gesammelt. In einem Psalm Davids heißt es:



Bild → M3.4, siehe Anhang

Gott, du hast mich erforscht
und kennst mich genau.
Du weißt, ob ich sitze oder stehe.
Du weißt, wie es mir geht und wie ich mich fühle.
Alle meine Wege sind dir bekannt.
Von hinten und von vorne umgibst du mich
und hältst deine Hand schützend über mir.
Egal, wo ich hingehe: Du bist bei mir, begleitest und
beschützt mich.
Du hast mich geschaffen,
bevor ich geboren wurde, kanntest du mich schon.
Ich danke dir dafür,
dass ich wunderbar gemacht bin.
Alles, was du gemacht hast, ist wunderbar.

Erzählung III: Wir sind wunderbar gemacht

Ein Blick auf den zweiten Teil des Psalm-Liedes von David – Dass Gott euch begleitet, wird euch später im Segen zugesagt. Jetzt schauen wir zuerst auf den zweiten Teil des Psalm-Liedes. Da kommt der Satz vor:

Ich danke dir dafür, dass ich wunderbar gemacht bin.

Denkt einmal kurz über den Satz nach! Jeder Mensch, so heißt es in dem Lied, ist wunderbar gemacht. Findet ihr heraus, was an euch wunderbar ist? Gibt es etwas, was ihr besonders gut könnt? Seid ihr besonders einfühlsam oder nehmt sofort wahr, wie es anderen geht? Habt ihr einen besonderen Blick dafür, was Menschen um euch herum gerade brauchen. Findet ihr sofort gute Worte, wenn es darum geht, etwas zu erklären? Notiert bitte mindestens einen Gedanken dazu auf einer Orange → M10.

So wie Jim immer wieder seine Orange knetet, könnt ihr immer wieder auf das Bild schauen und euch daran erinnern, dass ihr wunderbar gemacht seid!

Erzählung IV: Wir sind gesegnet und machen uns auf den Weg

Jim ist mit seinen Freunden im Dschungel unterwegs. Sie begleiten ihn und sind für ihn da. Gott will uns (unsichtbar) begleiten, wie ein guter Freund oder eine gute Freundin. Auch daran müssen wir uns immer wieder erinnern. Das geschieht, wenn wir uns Gottes Segen zusprechen lassen.

(Alle neuen SuS kommen nach vorn und werden gesegnet. Dabei ist darauf zu achten, dass die SuS nicht überwältigt werden, sondern selbst entscheiden können, ob sie jemandem die Hand geben oder die Hand der segnenden Person auf den Kopf oder auf die Schultern gelegt bekommen möchten. Bei der Segensformel ist darüber hinaus darauf zu achten, dass religionssensibel gesegnet wird, also zum Beispiel islamischen Kindern kein trinitarischer Segen, sondern einfach der Segen Gottes zugesprochen wird.)

Bei Segnung der **einzelnen Kinder** (Die segnende Person fragt das Kind nach seinem Namen und spricht dann den Segen mit oder ohne Handauflegung zu.):

(Name des Kindes), Gott segnet dich und begleitet dich. Gott hat dich wunderbar gemacht. Gott ist mit dir auf allen deinen Wegen. So segnet dich der gute und barmherzige Gott, (der Vater, der Sohn und der Heilige Geist)!

Bei der Segnung **in Gruppen** (Die Kinder stellen sich im Kreis auf und halten die eine Hand zur Mitte des Kreises, die andere Hand legen sie entweder dem Kind vor ihnen auf die Schulter oder halten sie segnend erhoben dem Kind zugewandt. Die segnende Person steht ebenfalls im Kreis.):

Gott segne euch und begleite euch. Gott hat euch wunderbar gemacht. Gott ist mit euch auf all euren Wegen. So segne euch der gute und barmherzige Gott, (der Vater, der Sohn und der Heilige Geist)!

2.2.5 Fürbittengebet

Und jetzt weiten wir unseren Blick und sagen Gott, wem wir auch Gottes Begleitung wünschen (*Die nun folgenden Fürbitten können von älteren SuS, von Lehrkräften, oder von Eltern gesprochen werden.*):

Guter Gott, am Anfang dieses neuen Schuljahres kommen wir zu dir und sagen dir unsere Bitten:

Wir bitten dich für die Schülerinnen und Schüler, die nun eine neue Schule besuchen. Bestätige sie darin, dass sie wunderbar geschaffen sind, echt stark. Und gib ihnen Kraft und Mut, damit sie auch an der neuen Schule gemeinsam neue Entdeckungen machen, miteinander lernen und neue Fähigkeiten entwickeln. Lass sie bei allen Erfahrungen gut auf sich, aber auch auf ihre Mitschülerinnen und Mitschüler achten. Schenke ihnen gute Gemeinschaft in den Klassen und begleite sie auf allen Wegen.

Wir bitten dich für die Lehrkräfte. Hilf ihnen, für die Schülerinnen und Schüler da zu sein, ihnen gute Lernwege zu eröffnen und für ihre Fragen da zu sein. Stärke sie für diese anstrengende Aufgabe. Lass sie immer wieder die Möglichkeiten sehen, die in den einzelnen Menschen stecken.

Wir bitten dich für die Eltern. Hilf ihnen, ihren Kindern zu vertrauen, sie zu unterstützen und zu begleiten. Lass sie auch und gerade dann besonders für ihre Kinder da sein, wenn es nicht so einfach ist.

Und wir bitten dich für diese ganze Welt. Mach allen Bedrohungen und aller Not ein Ende und schenke, dass alle Menschen das haben, was sie zum Leben brauchen, und in Frieden ihr Leben führen können und hilf uns, das dazu beizutragen, was wir können.

Gemeinsam beten wir mit den Worten, die Jesus Christus uns geschenkt hat: Vater unser im Himmel...

2.2.6 Give-Away: Den Segen mitnehmen

Die Anti-Stress-Orange drückt den Wunsch nach Begleitung und Bewältigung aller weiteren Wege aus. Sie kann zum Ende des Gottesdienstes oder erst im anschließenden Religionsunterricht verteilt werden.



3. RELIGIONSUNTERRICHT

3.1 KOMPETENZERWARTUNGEN IN DER JAHRGANGSSTUFE 5/6

Evangelischer Religionsunterricht wird kompetenzorientiert unterrichtet. Der bundeslandspezifische Lehrplan differenziert die fachspezifischen Bereiche in konkretisierte Kompetenzerwartungen. Schuleigene Arbeitspläne konkretisieren und können für individuelle Anpassungen hinzugenommen werden.

Im Sinne des inklusiven Lernens können die prozessbezogenen, religiösen Kompetenzen in die Lernzielerwartungen in der Unterrichtsvorbereitung mit einbezogen werden. Diese ermöglichen Erfahrungen, versprachlichen Emotionen und beinhalten ganzheitliche Formen zur Auseinandersetzung und Aneignung sowie zur Reflexion.

Für die Sekundarstufe I sind diese allgemein wie folgt formuliert².

- Wahrnehmungskompetenz
- Deutungskompetenz
- Urteilskompetenz
- Dialogkompetenz
- Gestaltungskompetenz

Die Ausführungen zum Kompetenzerwerb richten sich nach den Kernlehrplänen zur „Evangelischen Religionslehre“ für die Sekundarstufe I (Hauptschule, Realschule, Gesamtschule, Gymnasium) in NRW. Die Inhalte des Gottesdienstes und der sich anschließenden weiterführenden Unterrichtsbausteine lassen sich in allen vier Lehrplänen vor allem den Inhaltsfeldern 1 bis 3 zuordnen:

- Inhaltsfeld 1: Entwicklung einer eigenen religiösen Identität
- Inhaltsfeld 2: Christlicher Glaube als Lebensorientierung
- Inhaltsfeld 3: Einsatz für Gerechtigkeit und Menschenwürde

² Vgl.: Kirchenamt der Evangelischen Kirche Deutschlands (Hg.): Kompetenzen und Standards für den Evangelischen Religionsunterricht in der Sekundarstufe I, Hannover 2010. https://www.ekd.de/ekd_de/ds_doc/ekd_texte_111.pdf

Im Folgenden werden die für das Projekt relevanten Kompetenzerwartungen formuliert. Sie verknüpfen die fachspezifischen Kompetenzbereiche mit den Inhaltsfeldern.

Entwicklung einer eigenen religiösen Identität

Sachkompetenz – Wahrnehmungskompetenz

Die SuS können anhand der Frage „Wer bin ich?“ und „Was kann ich?“ die Einzigartigkeit ihrer individuellen Existenz wahrnehmen. Sie erkennen eigene Begabungen als Teil ihrer Persönlichkeit und setzen sie in Beziehung zu David als Musiker.

Christlicher Glaube als Lebensorientierung

Die SuS können ausgewählte Erzählungen des Alten Testaments (Saul, David, Jonathan) unter dem Aspekt der Lebensorientierung in Grundzügen wiedergeben. Sie beschreiben die Bedeutung von Psalm 23 als Ausdruck von Vertrauen und Orientierung.

Handlungskompetenz – Dialogkompetenz

Die SuS können grundlegende religiöse Ausdrucksformen (Psalmgebet, Ritual) erläutern und deren Bedeutung für das eigene Leben reflektieren.

Handlungskompetenz – Gestaltungskompetenz

Die SuS können einfache religiöse Handlungen wie Rituale (zum Beispiel Orangenmantra, Psalmritual) in der Lerngruppe gestalten.

Einsatz für Gerechtigkeit und Menschenwürde

Sachkompetenz – Wahrnehmungskompetenz

Die SuS können die Prinzipien des Teilens, der Rücksichtnahme und des Vertrauens als Voraussetzung von Freundschaft und gemeinschaftsstiftendem Verhalten beschreiben. Sie erkennen Freundschaft (David und Jonathan) als Wert und mögliche Erfahrung von Segen.

Urteilskompetenz

Die SuS können eigene Erfahrungen mit Freundschaft und Begabung mit biblischen Beispielen vergleichen und deren Bedeutung für gelingendes Leben bewerten.

3.2 ÜBERBLICK ÜBER DIE UNTERRICHTSEINHEITEN

In der vorliegenden Unterrichtsangeregung wird eine Verbindung zwischen Lebenswelt, Graphic Novel und biblischer Erzählung hergestellt. Es geht um die Förderung von Selbstwahrnehmung, Achtsamkeit und der Gemeinschaftsbildung in der neuen Religionsgruppe.

Die Unterrichtsangeregung wird hier in sechs Einheiten dargestellt, ist durch zusätzliche Arbeitsangebote erweiterbar und kann individuell – je nach Lernvoraussetzungen der Lerngruppe – ausgestaltet werden. Theologische und didaktische Hintergründe finden sich im Überblick dieser Arbeitshilfe.

3.2.1 Echt stark! Ich kann was! – Jims Achtsamkeit

3.2.2 Echt stark! Ich kann was! – Davids Talent

3.2.3 Echt stark durch Rituale! – Jims Rituale

3.2.4 Echt stark durch Rituale! – Davids Psalmen

3.2.5 Echt stark durch Freundschaft! – Jim und seine Freunde

3.2.6 Echt stark durch Freundschaft – David und Jonathan

3.2.1 Echt stark! Ich kann was! – Jims Achtsamkeit

Material: Lied „Wo wir achtsam sind, da ist Gott“ → **M1**, Graphic Novel „Kein Stress, Jim!“ von Max und Suzanne Lang (Loewe-Verlag, Seite 7) in Kopie oder als Visualisierung mit einer Dokumentenkamera (Elmo), Anti-Stress-Bälle (Give-Aways), Achtsamkeitsübungen → **M2**

Einstimmung

Lied: Wo wir achtsam sind, da ist Gott (1. Strophe) → **M1**

Die SuS entwickeln einfache Bewegungen/nutzen Gebärden für: „achtsam, Gott, mit mir, mit dir,...“

Einstieg

Anknüpfung an den Gottesdienst: Die Lehrkraft erinnert an Jim und seine Orange und das „Na gut“ des Gottesdienstes. Sie erklärt, dass Jim seine Orange immer dann nutzt, wenn ihm etwas zu viel wird. Jim besitzt die Fähigkeit, sich gut um sich selbst zu kümmern. Er achtet auf sich. Er ist achtsam. Achtsamkeit ist ein hilfreicher Schlüssel im Alltag und in der Schule. Deshalb beschäftigen wir uns heute und in den kommenden Stunden mit Achtsamkeit.

Kennenlernen

Die SuS reichen eine Anti-Stress-Orange im Kreis herum. Jeder*r nennt seinen*ihren Namen und sprechen entsprechend ihrer augenblicklichen Stimmung: „Na gut.“

Bildbetrachtung: Jim und seine Anti-Stress-Orange – „Orange pressen – Stress vergessen!“ (Seite 7). Die SuS nähern sich dem Bild mithilfe des Dreischritts: „Ich sehe..., ich vermute..., ich frage mich...“

Weitere Gesprächsimpulse: Wann könnte Jim das sagen? Wann würdest du das nutzen? Jede*r bekommt eine eigene Anti-Stress-Orange (Give-Away).

Achtsamkeitsübung mit der Anti-Stress-Orange: Die Orange drücken, dabei die Affirmation „Orange pressen – Stress vergessen!“ sprechen. Wie fühlt sich das an? Wann könnte dir das helfen?

Arbeitsphase

Weitere Achtsamkeitsübungen mit der Anti-Stress-Orange erproben → **M2**. Persönlich reflektieren und notieren, welche Übung hilfreich ist.

Abschlussreflexion: Welche Achtsamkeitsübung war hilfreich? Welche Übung möchtest du bis zur nächsten Stunde im Alltag erproben?

Impuls für ein theologisches Gespräch: Wo wir achtsam sind, da ist Gott, heißt es in dem Lied. Kann eine Achtsamkeitsübung dich näher zu Gott bringen? – Wie und warum kann das geschehen?

3.2.2 Echt stark! Ich kann was! – Davids Talent

Material: Lied „Wo wir achtsam sind, da ist Gott“ → **M1**, Anti-Stress-Bälle (Give-aways), Erzählvorlage „David spielt für König Saul“ → **M3**, Karten mit Kategorien → **M4**, Echt-stark-Karte → **M5**

Einstimmung

Lied: Wo wir achtsam sind, da ist Gott (1. und 2. Strophe) mit Bewegungen/Gebärden → **M1**

Einstieg

Achtsamkeitsübung mit der Anti-Stress-Orange: Orange gemeinsam nutzen, dabei die Affirmation „Orange pressen – Stress vergessen!“, „Wo wir achtsam sind, da ist Gott“ oder „Ich bin wunderbar gemacht“ sprechen.

Im Gottesdienst habt ihr David kennen gelernt. Er hat eine besondere Begabung. Er kann Musik machen, Lieder dichten und andere mit seiner Musik trösten und begleiten.

Erzählung von (1. Samuel 16,14–23): David spielt für König Saul → **M3**

Gespräch

Was ist Davids Begabung? Wie setzt er seine Begabung ein? Welche Begabungen gibt es? Welche Begabungen sind für eine Gemeinschaft von Bedeutung? Welche Begabung hast du? Im Gottesdienst habt ihr Psalm 139 kennen gelernt. Da heißt es: „Ich bin wunderbar gemacht“. Warum ist es wertvoll für uns, dass jede*r etwas anderes besonders gut kann?

Unterstützend werden Karten mit Kategorien, Symbolen und Begriffen genutzt. → **M4**

Arbeitsphase

Eine „Echt-Stark-Karte“ gestalten → **M5**

Die Karte wird in einer der nächsten Stunden in die eigene Achtsamkeitsbox gesteckt.

Abschluss

Austausch über die gestalteten „Echt-stark-Karten“: Jede*r stellt den*die Partner*in und dessen*deren Stärke im Plenum vor.

3.2.3 Echt stark durch Rituale! – Jims Rituale

Material: Lied „Wo wir achtsam sind, da ist Gott“ → **M1**, Anti-Stress-Bälle (Give-Aways), Graphic Novel „Kein Stress, Jim!“ von Max und Suzanne Lang (Loewe-Verlag, Seite 7) in Kopie oder als Visualisierung mit einer Dokumentenkamera (Elmo), Psalmworte mit Affirmationen in Auswahl → **M6**, Vorlage für einen Faltkarton → **M14**

Einstimmung

Lied: Wo wir achtsam sind, da ist Gott (1. und 2. Strophe) mit Bewegungen/Gebärden → **M1**

Einstieg

Achtsamkeitsübung mit der Anti-Stress-Orange: Orange gemeinsam nutzen, dabei die Affirmation „Orange pressen – Stress vergessen!“, „Wo wir achtsam sind, da ist Gott“ oder „Ich bin wunderbar gemacht“ sprechen.

Bilderbuchbezug: Jims Morgenrituale – Spaziergang, Frühstück, Gymnastik (Seiten 6 bis 7).

Austausch: Welche Morgenrituale kennst du? Welche Rituale helfen dir, gut in den Tag zu starten?

Gegenseitige Vorstellung: Mein*e Nachbar*in heißt... sein Ritual ist...

Gespräch: Warum geben Rituale Sicherheit? Welches Morgenritual tut mir beim Start in den Tag gut?

Arbeitsphase

Eine eigene Achtsamkeitsbox von außen individuell gestalten. Ein Morgenritual notieren und in die Achtsamkeitsbox stecken → **M8**. Die gestaltete „Echt-Stark-Karte“ der vergangenen Stunde in die Box legen. Die Anti-Stress-Orange in die Box legen.

Lied: Wo wir achtsam sind, da ist Gott (1. und 2. Strophe) → **M1**

Abschlussreflexion

Wann und wie möchte ich meine Box nutzen?

3.2.4 Echt stark durch Rituale! – Davids Psalmen

Material: Lied „Wo wir achtsam sind, da ist Gott“ → **M1**, Erzählvorlage „David als Psalm-beter“ → **M3**, Psalm 23 → **M7**, Vorlage blanko → **M8**

Einstimmung

Lied: Wo wir achtsam sind, da ist Gott (1. und 2. Strophe) mit Bewegungen/Gebärden → **M1**

Einstieg

Achtsamkeitsübung mit der Anti-Stress-Orange: Orange gemeinsam nutzen, dabei die Affirmation „Orange pressen – Stress vergessen!“, „Wo wir achtsam sind, da ist Gott“ oder „Ich bin wunderbar gemacht“ sprechen.

Austausch: Welche Rituale (in der Schule, zu Hause, in der Kirche, am Morgen, am Abend, in frohen Momenten, in traurigen Momenten) kennst du?

Teilen einiger Gedanken im Plenum.

Biblischen Bezug herstellen

Erzählung: Hinführung zu Psalm 23 „David als Psalmbeter“ →M3

Gespräch: Psalmen werden von manchen Menschen in schwierigen aber auch in glücklichen Momenten ihres Lebens gesprochen. Kannst du dir vorstellen, warum sie das tun? Wie können Davids Psalmen für uns zum Ritual werden?

Arbeitsphase

Kreative Auseinandersetzung mit Psalm 23 →M7 oder ein Psalmwort mit Orangenaffirmation auswählen →M6 und eine Karte mit Psalmwort und Affirmation für die eigene Achtsamkeitsbox gestalten →M8

Abschlussreflexion

Welchen Vers habe ich gewählt? Wann möchte ich ihn nutzen? Zu welcher Situation passt mein ausgewählter Vers? Anti-Stress-Orange nutzen, (umformulierte) Verse (rhythmisch) sprechen. Psalmwort mit Affirmation bis zur nächsten Stunde erproben.

3.2.5 Echt stark durch Freundschaft! – Jim und seine Freunde

Material: Graphic Novel „Kein Stress, Jim!“ von Max und Suzanne Lang (Loewe-Verlag, Seiten 24, 62 bis 63 und 70 bis 74) in Kopie oder als Visualisierung mit einer Dokumentenkamera (Elmo), Emoji-Karten →M9, Lied „Wo wir achtsam sind, da ist Gott“ →M1, Vorlage Orange →M10

Einstieg

Orangenritual: Gemeinsames Sprechen eines ausgewählten Verses aus Psalm 23 – „Der Herr ist mein Hirte, mir wird nichts fehlen“ – oder eines Verses auf Freundschaft und Gemeinschaft bezogen – „Es ist gut, wenn wir friedlich miteinander leben. Denn dort verheißt Gott Segen und Leben in Fülle“ (Psalm 133,1), gemeinsame Betrachtung der Seiten 24, 62 bis 63 und 70 bis 74 der Graphic Novel und Gespräch über Jims Freunde und die gegenseitige Unterstützung (Seite 24: Jims Freunde unterstützen Jim bei der Suche nach einer neuen

Orange. Seiten 62 bis 63: Jim findet seine neue Orange, Nick unterstützt ihn bei der Entscheidung. Seiten 70 bis 74: Jim gibt seine neue Orange seinem kranken Freund, damit er wieder gesund wird.)

Kleingruppenarbeit

Zuordnung von Gefühlen via Emojis: Welche Zeichen von Freundschaft erkennt ihr auf den Bildern? Wie fühlt sich Jim? Wie fühlen sich seine Freunde?

Gallery Walk

Kurze Erläuterung der Gruppen zu den zugeordneten Emojis

Lied: Wo wir achtsam sind, da ist Gott (3. Strophe) →M3

Persönliche Auseinandersetzung mit der 3. Strophe des Liedes „Achtsam mit dir“ →M11

Abschluss im Plenum/Präsentation: Welchen Satz, welche Sätze hast du notiert?

3.2.6 Echt stark durch Freundschaft – David und Jonathan

Material: Lied „Wo wir achtsam sind, da ist Gott“ →M1, Erzählvorlage „David und Jonathan – eine besondere Freundschaft (in Abschnitten)“ →M3, Vorlage blanko →M8

Einstieg

Achtsamkeitsübung mit der Anti-Stress-Orange: Orange drücken, dabei die Affirmation „Es ist gut, wenn wir friedlich miteinander leben“ (Psalm 133,1,3b) sprechen, gegebenenfalls einzelne Gedanken ergänzen: Es ist gut, wenn wir...

Austausch: Was bedeutet es für euch, friedlich miteinander zu leben?

Teilen einiger Gedanken im Plenum.

Lied: Wo wir achtsam sind, da ist Gott (3. Strophe) →M1

Austausch: Erzählt euch von einer Situation, in der ihr achtsam gewesen seid.

Biblischer Bezug

Erzählung: David und Jonathan – Eine besondere Freundschaft (1. Samuel 18–20) → **M3**

Die Geschichte als Stegreifspiel mit sprechenden Standbildern erzählen. Die Geschichte wird in Abschnitten vorgelesen (oder erzählt). Die SuS stellen die Szenen als Standbilder dar. Andere SuS stellen sich zu David/Jonathan und geben ihnen eine Stimme, zum Beispiel „Ich bin froh, dich als Freund zu haben!“ oder „Unsere Freundschaft wird bestimmt für immer halten.“.

Dabei liegt der Fokus im Standbild auf dem Aspekt: Freundschaft als Halt.

1. Freundschaftsbund schließen (Treue versprechen).
2. Jonathan überreicht David Geschenke.
3. Jonathan bleibt Davids Freund.
4. Geheimes Zeichen mit Pfeilen.
5. Abschied mit Tränen und Bund-Erinnerung.

Impulsfragen nach jeder Szene: „Was passiert hier?“, „Welche Gefühle erkennt ihr?“, „Wo wird in dieser Szene der Halt von Davids und Jonathans Freundschaft deutlich?“, „Was wird aus dieser Freundschaft?“

Weitere Gesprächsimpulse: Was macht eine Freundschaft stark? Warum ist es manchmal mutig, zu einem*einer Freund*in zu stehen? Ist Freundschaft ein Geschenk Gottes? Wie kannst du achtsam mit einem*einer Freund*in sein?

Arbeitsphase

Gestaltung eines Psalms über Freundschaft als Geschenk Gottes → **M12**. Der Psalm(-vers) wird in die Achtsamkeitsbox gelegt.

Reflexion

Welches Psalmwort über Freundschaft hast du selbst verfasst oder welches ist dir wichtig geworden? Wie möchtest du diesen Satz, diesen Vers nutzen?

Abschluss der Unterrichtseinheit

Orangen oder Orangensaft (fertig gepresst) in der Lerngruppe als Zeichen der Achtsamkeit und Gemeinschaft teilen.

Gemeinsam ein Ritual für den Religionsunterricht finden (Lied, Achtsamkeitsübung, Anti-Stress-Orangen-Ritual, Segen).

Abschließende Gesprächsimpulse

Wie möchtest du deine Achtsamkeitsbox im Alltag nutzen? Welche Affirmationen/Psalmworte oder Übungen haben für dich eine Bedeutung gewonnen? Welches gemeinsame Ritual nehmen wir in unseren Religionsunterricht auf?

Weitere Ideen für die Unterrichtseinheit

- „Echt-Stark-Karte“ II: Gestaltung einer „Echt-Stark-Karte“ für andere SuS.
- Klang-Collage: Gestaltung einer beruhigenden Klang-Collage mit Hilfe einer Musik-App. Mit welcher Musik, mit welchen Klängen würde David heute König Saul beruhigen? Welche Klänge, welche Musik tun dir gut? → **M13**
- David und Jonathan Psalmworte in den Mund legen. Welcher Vers aus Psalm 23 passt in die Situation? Welche Affirmation hätte beiden geholfen?
- Gestaltung einer gemeinsamen Collage: Freundschaft – ein Geschenk Gottes?!
- David-Comic (als Pendant zum Jim-Comic) gestalten: David als Hirte in Bethlehem, David am Hof von König Saul, David besänftigt Saul mit seinem Harfenspiel, David und Jonathan – eine besondere Freundschaft.
- Entwicklung eines gemeinsamen Segensrituals für das Stundenende jeder Religionsstunde.

4. WEITERE HINWEISE, IMPULSE

EMPFEHLUNGEN FÜR WEITERE UNTERRICHTSPROJEKTE



reliGlobal
Fachstelle für Globales Lernen im Religionsunterricht
reliGlobal.org



Die Orangen-Aktion:
Bildungsmaterial von Brot für die Welt
faire-orangen.de/bildungsmaterial-ernaehrung



Fairtrade-Schools:
Fairer Handel im Unterricht
fairtrade-schools.de/ideenpool/unterricht

Wo wir achtsam sind, da ist Gott

T.+ M.: Christina Heidemann

$\text{♩} = 110$

Dm C Dm Bb Dm C

Ref.: Wo wir achtsam sind, da ist Gott, Gott ist da, wo wir achtsam sind. Wo wir achtsam sind,

6 Dm C Dm Bb Dm

da ist Gott, Gott ist da, wo wir achtsam sind. Ich bin achtsam mit mir, achtsam mit dir,

11 C Dm Bb Dm C

achtsam mit al-lem, was um mich ist. Achtsam mit mir, achtsam mit dir, achtsam mit al-lem, was

16 Dm Strophen sprechen Dm C Dm

um mich ist.

1. Mor-gens nach dem Auf - steh'n, denk ich erst-mal nach:
2. Ich mer-ke, was ich füh-le und ich ach - te gut da-rauf, wie's mir
3. Je-den Tag se - he ich tau-send Men-schen o - der so, ich will
4. Was um mich rum ist, neh-me ich mit gro - ßem Her-zen wahr,

19 Bb Dm

Wel - che Rou - ti ne hilft mir in den Tag?
geht, ob ich Ru - he o - der Ac - tion brauch. Wenn ich
hilfs - be - reit sein, mu - tig, furcht - los, echt und le - bens - froh. Mei - nen
Men - schen, Tie - re, Pfla - zen, vie - les ist so wun - der - bar. Ich

21 C Dm

Brau - che ich Be - we - gung, 'nen Psalm, 'nen coo - len Song? Mag ich
spür', ich brauch 'ne Aus - zeit, bau ich et - was Ru - he ein. Wenn
Freun - den zeig ich ger - ne, dass ich sie wirk - lich mag. Ich
möch - te es be - wah - ren, da - für sor - gen, dass es bleibt. Möch - te

23 C Dm

Ru - he, gu - tes Früh - stück, lie - be Men - schen um mich rum?
et - was sich nach "Nein" an - fühlt, dann sa - ge ich auch "Nein". Den
se - he, was sie brau - chen, bin stets da Tag für Tag. Wenn es
mei - ne Sin - ne nut - zen, re - a - gie - ren auch auf Leid. Die

Text/ Musik © 2025 von Christina Heidemann
ist lizenziert unter CC BY-NC-SA 4.0.
Eine Kopie dieser Lizenz finden Sie unter
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

2

25 B Dm C

Fahr ich mit demFahr-rad o - der ge - he ich zu Fuß? Will ichFreun-de tref-fen?O-der
 Au - gen-blicknehm ich so an, wie er sich gera - de zeigt. Was ich gut kann, das mach ich oft, da -
 Streit gibt o - der Är - ger, bin ich fair und grei - fe ein. Ich schau hin und fra - ge nach, füh - le
 Welt ist schön, ich bin ein Teil, ich möch - te dank - bar sein für das, was mir ge - ge - ben ist und

28 Dm

fahr ich mit dem Bus?
 -mit kom - me ich weit.
 mit, nicht nur zum Schein.
 täg - lich mich dran freu'n.

Strophe 4 optional (bei Themenerweiterung auf Bewahrung der Schöpfung)

29 Ostinato optional zu den Takten 9 bis 16 singen.

Gott ist da, Gott ist nah, Gott ist da, wo wir

32

acht - sam sind.

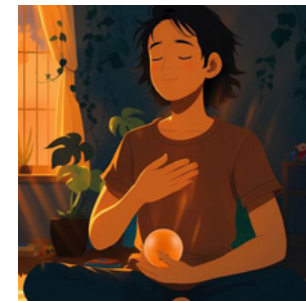
Achtsamkeitsübungen mit dem Anti-Stress-Ball

Achtsamkeit bedeutet: Wir achten bewusst auf das, was wir gerade tun – ohne an gestern oder morgen zu denken.

Mit deinem Anti-Stress-Ball kannst du das ganz einfach üben.

Übung 1: Atemrhythmus

- Halte den Ball in der Hand.
- Atme tief ein, und drücke den Ball fest zusammen.
- Beim Ausatmen langsam den Druck lösen.
- Wiederhole das 5-mal. Dann wechsele die Hand.



Übung 2: Genau spüren

- Rolle den Ball langsam in deiner Hand.
- Spüre: Ist er weich oder hart? Warm oder kalt?
- Konzentriere dich nur auf das Gefühl in deiner Hand.

Übung 3: Sorgen wegdrücken

- Stell dir vor: Alles, was dich gerade stört, drückst du in den Ball.
- Beim Loslassen gibst du die Sorgen ab.
- Wiederhole das so oft du möchtest.

Tipp: Mach die Übungen in Ruhe.

Wenn Gedanken kommen, lass sie vorbeiziehen wie Wolken.

Reflexionsfragen

1. Welche Übung hat dir am besten gefallen? Warum?
2. Wie hast du dich vor den Übungen gefühlt? Wie danach?
3. Hast du gemerkt, dass du ruhiger geworden bist?
4. Wann wäre für dich ein guter Moment, die Übung im Alltag zu machen?

M3 – ERZÄHLVORLAGEN IN ZWEI DIFFERENZIERUNGEN

Erzählvorlage 1: 1. Samuel 16,14–23 (sprachlich vereinfacht)

David spielt für König Saul

In der Bibel wird erzählt, dass Saul der erste König von Israel war. Er war stark und mächtig. Aber manchmal ging es ihm gar nicht gut. Er wurde sehr traurig und wusste nicht, wie er wieder fröhlich werden konnte. Seine Diener hatten eine Idee: „Wir suchen jemanden, der Musik machen kann. Musik tut gut und macht die Seele hell.“ Saul war einverstanden. Da erzählte einer von David. David war noch jung. Er hütete Schafe in Bethlehem und konnte wunderbar Harfe spielen. Außerdem konnte er Lieder dichten (Davon erzählt auch der Koran.). Saul schickte Boten zu David. Bald kam David an den Königshof. Von da an war er oft bei Saul. Immer dann, wenn Saul traurig oder wütend war, spielte David auf seiner Harfe. Die Musik half Saul. Er wurde ruhiger und seine Stimmung wurde besser. Saul mochte David sehr. Er war froh, dass David bei ihm war.

Erzählvorlage 1: 1. Samuel 16,14–23 (sprachlich anspruchsvoll)

David spielt für König Saul

In der Bibel wird erzählt, dass Saul der erste König im Land Israel war. Das war etwa 1100 Jahre vor unserer Zeitrechnung. Er regierte etwa 40 Jahre lang. Er war ein mächtiger König. Aber sein Dasein hatte auch Schattenseiten. Immer wieder wurde seine Stimmung verfinstert und er wurde tieftraurig in seiner Seele oder Wut stieg in ihm auf. Seine Knechte schlugen ihm vor, nach einem Musiker Ausschau zu halten, der seine Stimmung mit Musik erhellte. Saul gefiel der Vorschlag gut. Einer kannte David, den Sohn des Knechts Isai. David war Schafhüter aus Bethlehem, der Harfe spielen und Lieder dichten konnte. Auf Sauls Wunsch brachten Boten David zu ihm an den Hof. Ab diesem Zeitpunkt



lebte und arbeitete David am Hof des Königs. Immer, wenn Saul betrübt war, spielte David ihm etwas auf seiner Harfe vor. Das half Saul und hellte seine trübe Stimmung wieder auf. Saul mochte David sehr und hatte ihn gern in seiner Nähe.

Erzählvorlage 2: David und seine Psalmen (sprachlich vereinfacht)

David machte mit seinem Harfenspiel König Saul in traurigen Zeiten wieder Mut. Außerdem schrieb David viele Lieder – die Psalmen. Etwa 73 davon stehen heute in der Bibel im Buch der Psalmen. In seinen Psalmen erzählt David von seinen Erfahrungen mit Gott. Im 23. Psalm sagt er: „Der Herr ist mein Hirte.“ Damit meint er: Gott sorgt für uns wie ein Hirte für seine Schafe. David kannte das gut, denn er war früher selbst Schafhirte. Er vertraute darauf, dass Gott ihn begleitet – auch in schwierigen Momenten. David sprach oder sang seine Psalmen oft wie ein Ritual: allein, aber auch im Gottesdienst. Bis heute beten und singen Menschen Psalmen. Sie geben Trost und helfen ihnen, wenn sie selbst keine Worte finden.

Erzählvorlage 2: David und seine Psalmen (sprachlich anspruchsvoll)



David hat mit seinem Harfenspiel König Saul in seiner Traurigkeit und Wut immer wieder Mut gemacht. Er war auch ein Liedermacher. Etwa 73 dieser Lieder kennen wir heute noch. Im Buch der Psalmen in der Bibel sind die Lieder oder Psalmen von David aufgeschrieben. Zum Teil sind deutliche Hinweise auf sein Leben enthalten. Zum Beispiel spricht er im 23. Psalm von Gott als seinem Hirten und vergleicht uns Menschen mit den Schafen, die von Gott umsorgt werden. Hierin lässt David seine Erfahrungen als Schafhirte einfließen und verbindet diese mit seinem Vertrauen auf Gottes Begleitung. David selbst hat seine Gebete und Psalmen immer wieder wie Rituale gesprochen oder gesungen. Sowohl

wenn er allein war, hat er sie gebetet und gesungen, aber auch im Tempel und bei Gottesdiensten. Viele Psalmen werden auch heute noch als Lieder gesungen. Immer kommen Psalmen auch in Gottesdiensten vor. Viele Menschen finden auch heute Trost in Psalmworten und können einige Psalmen auswendig. Sie sprechen sie oft genau dann, wenn sie selbst keine Worte finden.

Erzählvorlage 3: 1. Samuel 18–20 (sprachlich vereinfacht)

David und Jonathan – Eine besondere Freundschaft

Szene 1

König Saul hat einen Sohn. Er heißt Jonathan. Jonathan und David lernen sich kennen und werden gute Freunde. Sie schließen einen Freundschaftsbund. Das bedeutet: Sie versprechen einander Treue, egal, was passiert.

Szene 2

Jonathan schenkt David sogar seinen Mantel und seine Waffen. Damit zeigt er: „Ich vertraue dir.“

Szene 3

David kämpft für König Saul gegen die Feinde. Er ist sehr erfolgreich. Das Volk jubelt David zu. Viele sagen: „David ist besser als Saul!“ Saul wird neidisch. Er merkt: Gott hilft David. Saul hat Angst, seine Macht zu verlieren. Deshalb will er David töten. Jonathan merkt: Gott ist auf Davids Seite. Aber er sieht David nicht als Feind. Er bleibt sein Freund und hilft ihm.

Szene 4

David und Jonathan machen einen Plan: David soll nicht zum großen Essen beim König kommen. Jonathan will seinem Vater erklären, dass David bei seiner Familie feiert. Wenn Saul ruhig bleibt, ist alles gut. Wenn Saul wütend wird, muss David fliehen. David versteckt sich auf einem Feld. Jonathan soll ihm ein Zeichen geben. Er nimmt Pfeile und schießt. Wenn er ruft: „Der Pfeil liegt weiter weg!“, dann weiß David: Es ist gefährlich, du musst fliehen. Beim Essen wird Saul sehr wütend. Er schwört: „David muss sterben!“ Jonathan geht zum Feld und ruft beim Pfeileschießen: „Der Pfeil liegt weiter weg!“ Das ist das geheime Zeichen. David muss fliehen.

Szene 5

Als der Bote weg ist, verabschieden sich die Freunde. Sie weinen. Aber sie erinnern sich an ihr Versprechen: „Der Herr sei zwischen mir und dir – für immer.“



Erzählvorlage 3: 1. Samuel 18–20 (sprachlich anspruchsvoll)

David und Jonathan – Eine besondere Freundschaft

Szene 1

König Saul hat einen Sohn namens Jonathan. Jonathan und David werden Freunde. Sie schließen einen Freundschaftsbund. Sie versprechen einander Treue, egal, was passiert.

Szene 2

Jonathan gibt David sogar seine eigenen Waffen und seinen Mantel. Damit zeigt Jonathan: Du bist mir wichtig, ich vertraue dir. David zieht im Auftrag von König Saul als Anführer der Soldaten in den Kampf und kehrt stets als Sieger zurück.

Szene 3

Das Volk jubelt David zu und stellt fest, dass David im Kampf erfolgreicher ist als Saul. Saul wird eifersüchtig. Saul wird neidisch, weil er merkt: Gott hilft David. Auch Jonathan erkennt, dass Gottes Segen auf David liegt, und statt ihn als Rivalen zu sehen, unterstützt er ihn. Saul sieht in David eine Gefahr für seine eigene Macht und beschließt, ihn zu töten. Sauls Hass wird immer größer und als die Befürchtung bei David und Jonathan wächst, dass Saul David töten will, rettet Jonathan seinem Freund David das Leben.

Szene 4

Der Plan der beiden sieht folgendermaßen aus: David möchte beim Festessen des Königs Saul nicht erscheinen. Jonathan soll seinem Vater erklären, dass David deshalb nicht dabei ist, weil er mit seiner eigenen Familie feiern möchte. Reagiert Saul darauf verständnisvoll, hat David nichts zu befürchten, wird Saul wütend und ungehalten, dann ist es besser, wenn David flieht. David versteckt sich in der Nähe des Hofes auf einem Feld. Als geheimes Zeichen will Jonathan mit Pfeilen schießen, um David zu warnen und ihm mitzuteilen, ob er fliehen muss. Jonathan hält sein Versprechen, obwohl es ihn selbst in Gefahr bringt. Saul wird beim Gastmahl sehr wütend und schwört, David zu töten. Jonathan geht daraufhin zum Feld und übt zum Schein das Schießen mit Pfeilen. Einem Boten, der die Pfeile zu ihm zurückbringt, ruft er zu: „Du musst noch weiter gehen. Ich habe weiter geschossen.“ Das ist das verabredete Zeichen, dass David fliehen soll und nicht wieder zurückkehren kann.

Szene 5

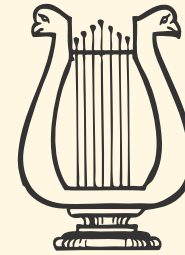
Als der Bote den Schauplatz verlassen hat, verabschieden sich Jonathan und David. Zum Abschied weinen beide, aber sie erinnern sich an ihren Bund: „Der Herr sei zwischen mir und dir für immer.“





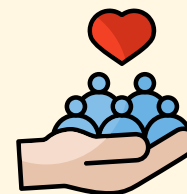


Kreatives



- Musik
- Kunst
- Theater
- Schreiben
- Gestalten
- Handwerk,
- Handarbeit
- ...

Soziales



- zuhören
- mitfühlen
- Konflikte lösen
- motivieren
- kooperieren
- Verantwortung übernehmen
- Klassenklima gestalten
- ...

Denken



- Probleme lösen
- Wissen übertragen
- über große Lebensfragen nachdenken
- Dinge analysieren
- Quellen überprüfen
- ...

Bewegung



- Ballsport
- Geräteturnen
- Leichtathletik
- Tanz
- Gymnastik/ Turnen
- Ballett
- ...



ECHT STARK!

Meine Stärkenkarte

Ich danke dir dafür, dass ich wunderbar gemacht bin.
Psalm 139, 14a

NAME _____

Schreibe in deine Stärkenkarte, worin du gut bist.



Kreatives

z.B. Musik, Kunst, Theater, Schreiben,
Gestalten Handwerk, Handarbeit,...



Soziales

z.B. zuhören, mitfühlen, Konflikte lösen, motivieren,
kooperieren, Verantwortung übernehmen,
Klassenklima gestalten...



Denken

z.B. Probleme lösen, Wissen übertragen, über große
Lebensfragen nachdenken, Quellen überprüfen,...



Bewegung

z.B. Sport, Tanz, Theater,...

● **Psalmwort:**

*Der HERR ist mein Hirte,
mir wird nichts fehlen.
(Psalm 23,1)*

● **Affirmation:**

*Ich bin geführt und versorgt.
Gott sorgt für mich.*

● **Psalmwort:**

*Er erquickt meine Seele.
Er leitet mich auf rechter Straße
um seines Namens willen.
(Psalm 23,3)*

● **Affirmation:**

*Meine Seele findet neue Kraft.
Gott führt mich sicher.*

● **Psalmwort:**

*Er weidet mich auf grünen Auen
und führt mich zu stillen Wassern.
(Psalm 23,2)*

● **Affirmation:**

*Gott schenkt mir Ruhe und Erfrischung.
Ich darf aufatmen.*

● **Psalmwort:**

*Und ob ich schon wanderte
im finsternen Tal,
fürchte ich kein Unglück;
denn du bist bei mir.
(Psalm 23,4)*

● **Affirmation:**

*Ich bin nicht allein.
Gottes Nähe gibt mir Mut.*

● **Psalmwort:**

*Gutes und Barmherzigkeit
werden mir folgen
mein Leben lang.
(Psalm 23,6)*

● **Affirmation:**

*Mein Leben ist von Güte umgeben.
Ich bin gesegnet.*

● **Psalmwort:**

*Ich danke dir dafür,
dass ich wunderbar gemacht bin;
wunderbar sind deine Werke.
(Psalm 139,14)*

● **Affirmation:**

*Ich bin einzigartig und wertvoll.
Gott hat mich wunderbar geschaffen.*

● **Psalmwort:**

*Von allen Seiten umgibst du mich
und hältst deine Hand über mir.
(Psalm 139,5)*

● **Affirmation:**

*Ich bin geborgen.
Gottes Hand schützt mich.*

● **Psalmwort:**

*Deine Augen sahen mich,
als ich noch nicht geboren war.
(Psalm 139,16)*

● **Affirmation:**

*Gott kennt mich von Anfang an.
Mein Leben hat Sinn.*

● **Psalmwort:**

*Erforsche mich, Gott,
und erkenne mein Herz;
leite mich auf ewigem Weg.
(Psalm 139,23–24)*

● **Affirmation:**

*Gott kennt mein Herz
und führt mich in Liebe.*

● **Psalmwort:**

*Nur bei Gott findet meine Seele Ruhe,
von ihm kommt meine Hilfe.
(Psalm 62,2)*

● **Affirmation:**

*Ich darf loslassen
und bei Gott zur Ruhe kommen.*

● **Psalmwort:**

*Der HERR ist mein Licht und mein Heil
– vor wem sollte ich mich fürchten?
(Psalm 27,1)*

● **Affirmation:**

*Gott ist mein Licht.
Ich gehe ohne Angst.*

● **Psalmwort:**

*Als ich den HERRN suchte,
antwortete er mir
und rettete mich
aus aller meiner Angst.
(Psalm 34,5)*

● **Affirmation:**

*Ich bin nicht allein.
Gott hört mich und hilft mir.*

● **Psalmwort:**

*Ich hoffte auf den HERRN,
und er neigte sich zu mir
und hörte mein Schreien.
(Psalm 40,2–3)*

● **Affirmation:**

*Meine Hoffnung trägt.
Gott hört mein Herz.*

● **Psalmwort:**

*Der HERR ist meine Stärke
und mein Schild;
auf ihn vertraut mein Herz,
und mir ist geholfen.
(Psalm 28,7)*

● **Affirmation:**

*Gott schützt mich.
Ich bin sicher und getragen.*

● **Psalmwort:**

*Mit dir kann ich
gegen viele Menschen bestehen,
mit meinem Gott über Mauern springen.
(Psalm 18,30)*

● **Affirmation:**

*Mit Gottes Hilfe bin ich stark.
Ich kann Herausforderungen
überwinden.*

● **Psalmwort:**

*Seid stark und euer Herz sei mutig,
alle, die ihr auf den HERRN hofft!
(Psalm 31,25)*

● **Affirmation:**

*Ich darf mutig sein.
Meine Hoffnung macht mich stark.*

● **Psalmwort:**

*Ich will dich lehren
und dir den Weg zeigen,
den du gehen sollst;
ich will dich mit meinen Augen leiten.
(Psalm 32,8)*

● **Affirmation:**

*Gott zeigt mir den Weg.
Ich bin nicht allein.*

● **Psalmwort:**

*Wenn ich mich fürchte,
vertraue ich auf dich.
(Psalm 56,4)*

● **Affirmation:**

*Auch wenn ich Angst habe –
ich bin nicht allein.*

PSALM 23

Psalm 23
Der gute Hirte
Ein Lied von David.

Der Herr ist mein Hirte, nichts wird mir fehlen.
 2Er weidet mich auf saftigen Wiesen und führt mich zu frischen Quellen.
 3Er gibt mir neue Kraft.
 Er leitet mich auf sicheren Wegen und macht seinem Namen damit alle Ehre.
 4Auch wenn es durch dunkle Täler geht, fürchte ich kein Unglück,
 denn du, Herr, bist bei mir.
 Dein Hirtenstab gibt mir Schutz und Trost.
 5Du lädst mich ein und deckst mir den Tisch vor den Augen meiner Feinde.
 Du begrüßt mich wie ein Hausherr seinen Gast und füllst meinen Becher bis zum Rand.
 6Deine Güte und Liebe begleiten mich Tag für Tag;
 in deinem Haus darf ich bleiben mein Leben lang.



Wähle einen Vers aus, der dir wichtig erscheint.

Schreibe ihn für dich auf.

Notiere, welche Erfahrung du mit ihm verbindest.



Sprich deinen Vers rhythmisch
oder erfinde eine Melodie.

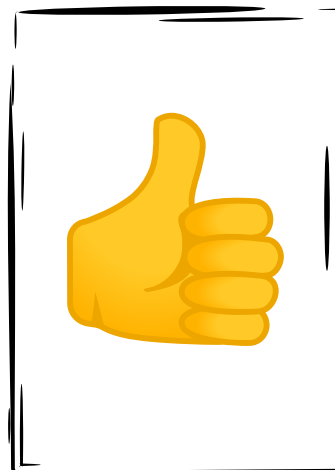
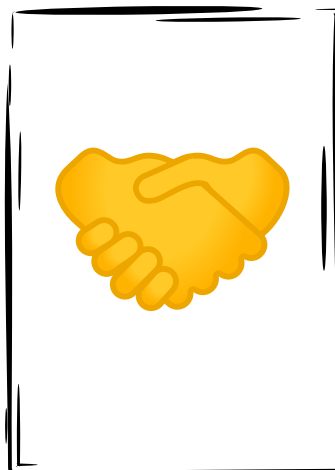
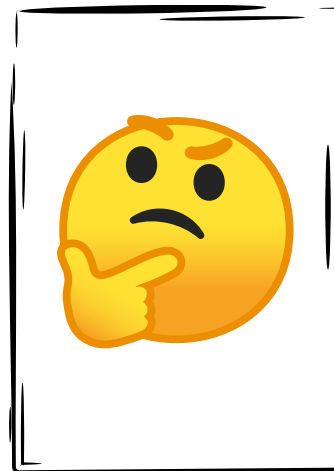
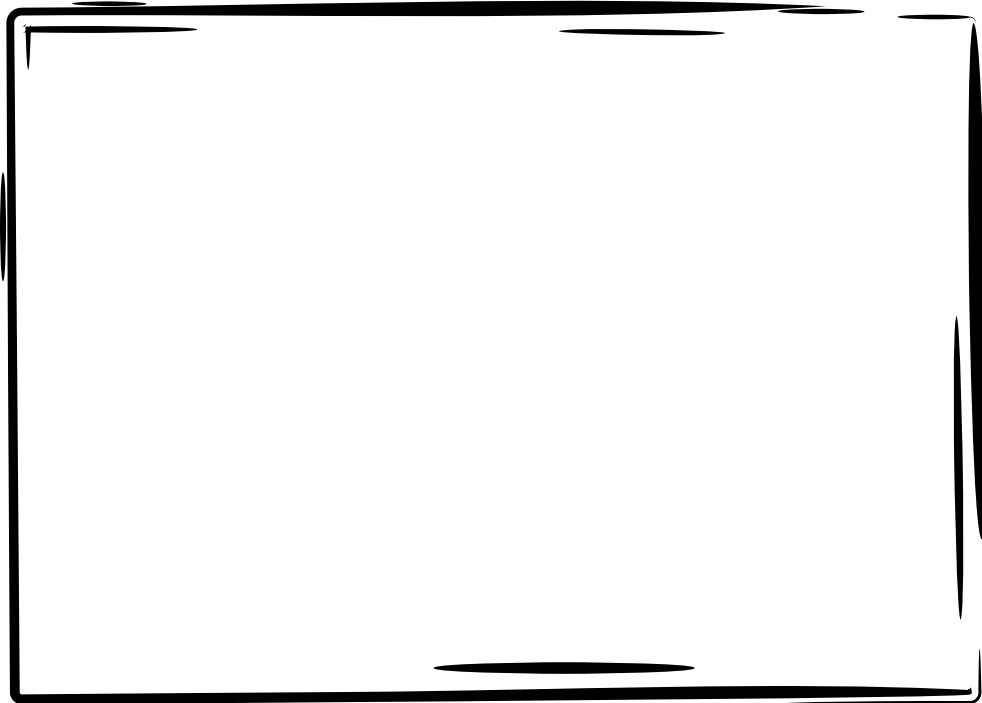
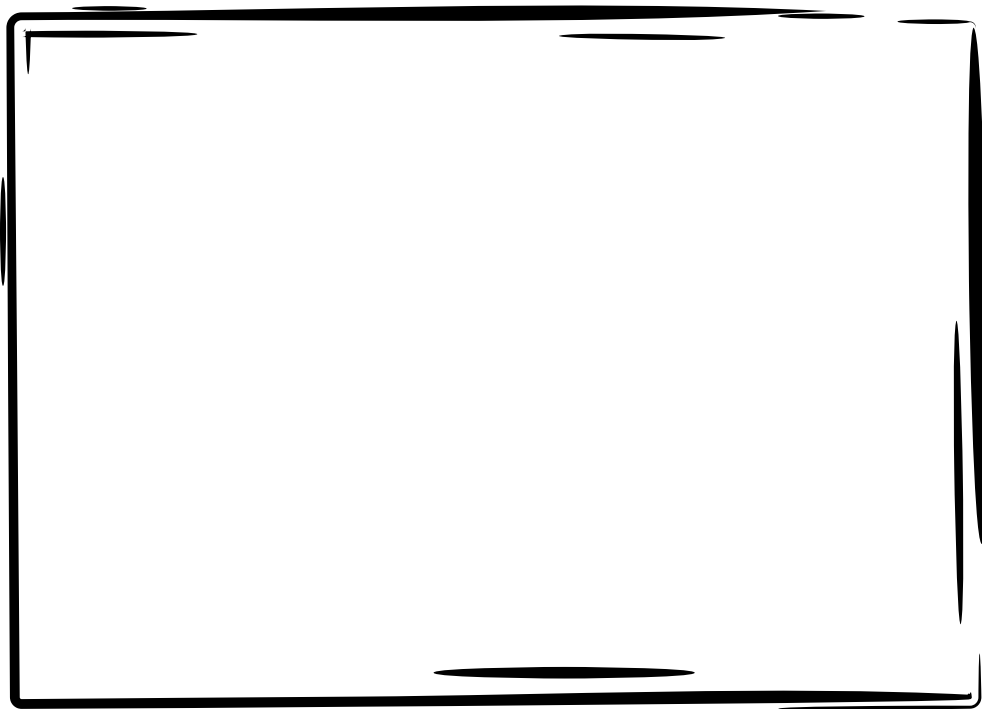
Male ein Bild zu deinem Vers.

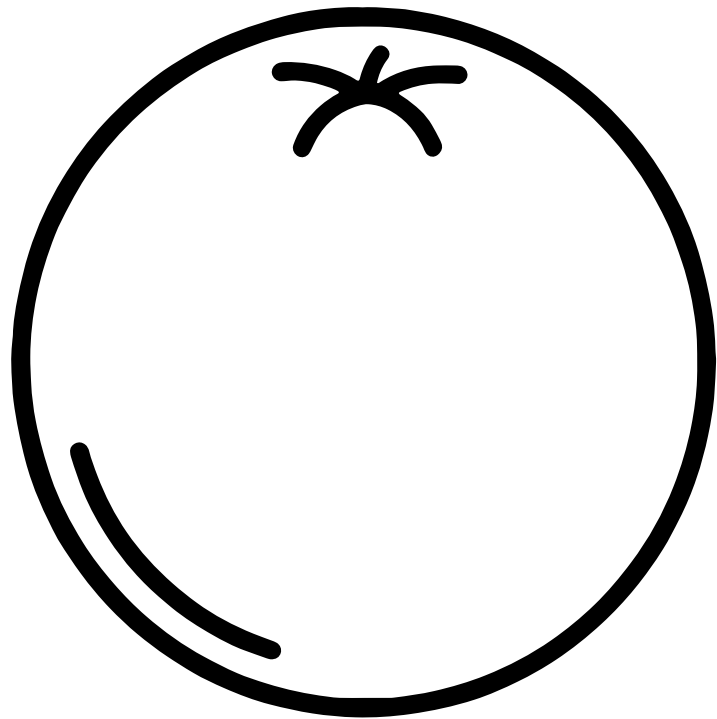
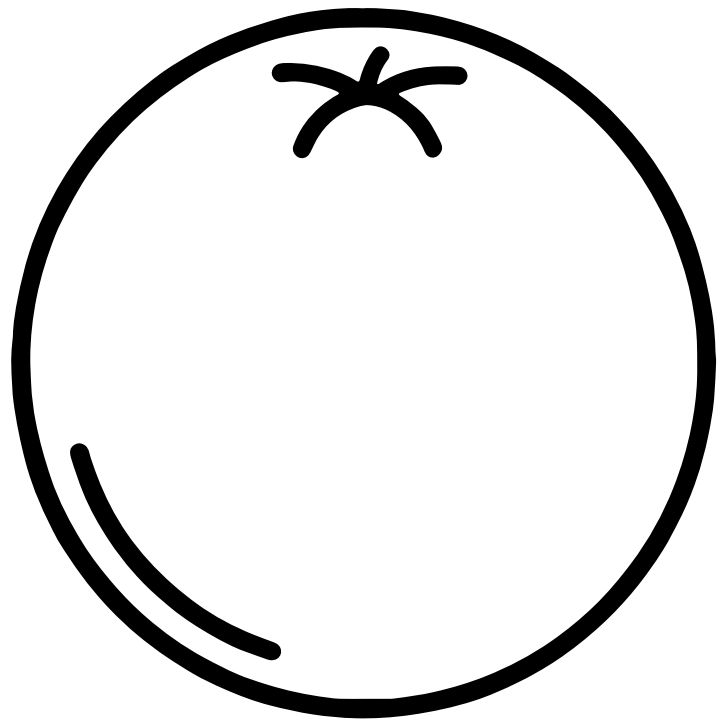
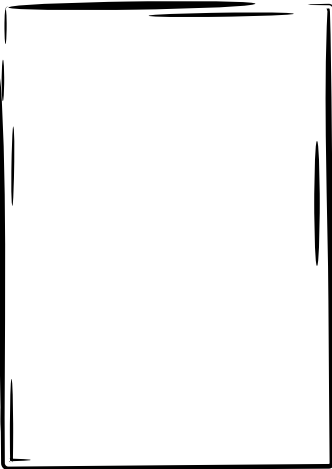
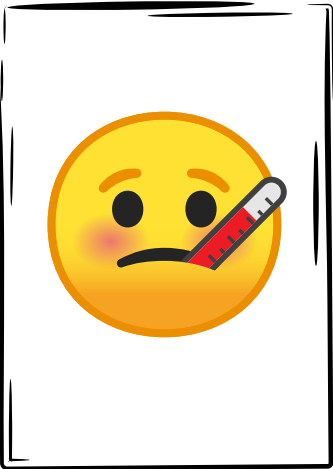
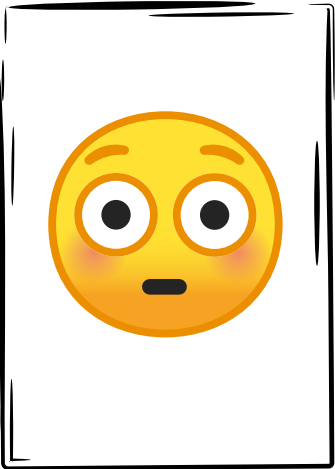
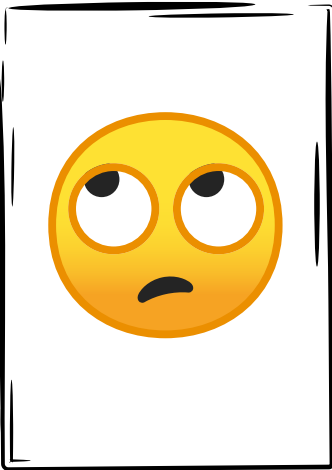


Stelle deinen Vers als Standbild dar.
Stelle deinen Vers als Pantomime dar.

Lass deine Mitschüler und Mitschülerinnen raten,
welcher Vers es ist.







ACHTSAM MIT DIR...

Jeden Tag sehe ich 1000 Menschen oder so,
ich will hilfsbereit sein, mutig, furchtlos, echt und lebensfroh.
Meinen Freunden zeig ich gerne, dass ich sie wirklich mag.
Ich sehe, was sie brauchen, bin stets da, Tag für Tag.
Wenn es Streit gibt oder Ärger, bin ich fair und greife ein,
ich schau hin und frage nach, fühle mit – nicht nur zum Schein.



Welche Wörter oder Sätze sind dir besonders wichtig?



Schwärze alles, was dir nicht wichtig ist.



Markiere mit Textmarker, was übrig ist.

Wie möchtest du dich in der neuen Schule zeigen, um
Freunde zu gewinnen oder Freundschaft zu vertiefen?
Fasse deine Gedanken in eigenen Sätzen zusammen,
indem du die übriggeblieben Wörter nutzt.
Schreibe deine 1–2 Sätze auf.



Steck deine beschriftete Orange in deine
Achtsamkeitsbox.

PSALM DER FREUNDSCHAFT

Gestalte eine Karte:

Schreibe einen eigenen Psalm(-vers),
den David geschrieben haben könnte,
der Freundschaft als Geschenk Gottes verdeutlicht.



Oder:

Wähle aus dem Psalm über Freundschaft einen Vers aus,
schreibe ihn ab und lege ihn in deine Achtsamkeitsbox
oder schenke sie deinem Freund oder deiner Freundin.

Beispielsalm der Freundschaft im Stil Davids

- 1 Herr, ich danke dir für den Freund/ die Freundin,
den/ die du mir gegeben hast.
- 2 Er/ Sie macht mir Mut, wenn ich Angst habe.
- 3 Seine/Ihre Worte trösten mich.
- 4 Seine/ihre Treue ist wie eine feste Burg.
- 5 Er/Sie hilft mir, wenn ich nicht weiterweiß.
- 6 Mit ihm/ihr kann ich lachen und fröhlich sein.
- 7 Unsere Freundschaft macht mich stark.
- 8 Freundschaft ist dein Geschenk. Danke!



ECHT STARK II

Ich danke dir dafür, dass ich wunderbar gemacht bin.
Psalm 139, 14a

WERTSCHÄTZUNG FÜR:

Ich sehe und schätze an dir:



Kreatives

z.B. Musik, Kunst, Theater, Schreiben,
Gestalten Handwerk, Handarbeit,...



Soziales

z.B. zuhören, mitfühlen, Konflikte lösen, motivieren,
kooperieren, Verantwortung übernehmen,
Klassenklima gestalten...



Denken

z.B. Probleme lösen, Wissen übertragen, über große
Lebensfragen nachdenken, Quellen überprüfen,...



Bewegung

z.B. Sport, Tanz, Theater,...

Gestalte eine Klangcollage mit Hilfe einer Musik-App.



Mit welcher Musik, mit welchen Klängen
würde David heute König Saul beruhigen?

Welche Klänge, welche Musik beruhigen dich?

Gestalte eine Echt-Stark-Karte
für eine Mitschülerin oder einen Mitschüler
in der Religionsgruppe



Ein Ritual für den Religionsunterricht

Sammelt Ideen

- für den Stundenbeginn
- für den Stundenabschluss

z.B. einen Stillemoment, eine Achtsamkeitsübung, ein Psalmwort, einen Segen, ein Lied, eine Affirmation...

- Diskutiert in der Lerngruppe und entscheidet gemeinsam

Tipp:

Recherchiert im Internet über Segenssprüche, passende Lieder, Achtsamkeitsübungen,...



Gestalte einen David-Comic

- David als Hirte in Bethlehem
- David am Hof von König Saul
- David besänftigt Saul mit seinem Harfenspiel
- David und Jonathan – eine besondere Freundschaft



- Füge passende Psalmworte ein.
In welche Szene passt das Psalmwort?

Bitte in 200 % Größe kopieren, damit die Kantenlänge von 5 cm passt.

