

Bewusst handeln

Ideen ✍️



4. Woche: Bewusst handeln

Kästchen mit der Hand ausschneiden und in die Mitte legen

Gemeinsam sammeln: wozu brauchen wir unsere Hände?

Was machen wir so alles mit den Händen?

(Praktisches: sich an- und ausziehen, malen, schreiben, schneiden, spülen usw.)

Gutes tun: trösten, streicheln, helfen, umarmen, schenken, Hand reichen...

Böses tun: schlagen, drohen, wehtun, schubsen...)

Dazu zusammen Ideen spinnen:

- Was wollen wir diese Woche tun, worauf wollen wir achten?
- Was wollen wir lassen?

Im Kästchen aufschreiben und Vereinbarungen treffen und auf Eurer „Kreuz“ kleben.

Beispiel-Ideen:

- Vereinbarung: in dieser Woche benutzen wir bewusst unsere Hände nur um einander/anderen Gutes zu tun: helfen, trösten, streicheln, mit anpacken... und über die Erfahrungen damit sprechen
- gemeinsam etwas Schönes gestalten/basteln: Ideen zum Frühjahr wie z.B. Insektenhotel, Insektendosen, Blumenseife... <https://www.geo.de/geolino/basteln/29082-thma-fruehlingsbasteln>
- „Zaubershampo-Massage“: tut Euch zu zweit zusammen: verteilt eine Portion unsichtbares „Zaubershampoo“ auf dem Kopf des anderen und wäscht und massiert behutsam Kopf und Nacken, ohne eine Stelle auszulassen.
- Oder: „Pizzabacken-Massage“: eine/r legt sich auf den Bauch, der/die andere „bäckt eine Pizza“ auf dem Rücken: Teig kneten und ausrollen, Tomatensoße verstreichen, Käse daraufbröseln...
- im Garten gemeinsam ein kleines Gemüsebeet anpflanzen

Falls Ihr noch mehr machen möchtet:

- Geschichte aus Bibel: Markus 10,13-16: Jesus segnet die Kinder <https://www.gott.net/jesus-segnet-kinder.html>
- Lied: Hände, die schenken: https://www.youtube.com/watch?v=qfdBlyATd_0
Liedtext: <http://www.vssallingberg.ac.at/index.php/goodies/liedertexte-zur-cd?showall=1>
- Spaß- und Bewegungslied für Jüngere: „Körperteileblues“
<https://www.youtube.com/watch?v=iXFAunwnlxE>

Zugabe in Eurer Tüte zum „Bewusster hand-eln und „Gutes-Tun“:

Comic von Rucky Reiselustig und Spendendöschen

Zusammen lesen und basteln und nachdenken...

s. auch: Kinderseite von Rucky: <https://www.kinderfastenaktion.de/>