

Werksuggesties voor zondag 18 oktober

Weekbrief nr. 31 Gedragen worden

Bruikbare themabladen

Het themablad 'Bewogen beweging' waarin het geloofsverhaal in kindertaal staat.

Werksuggestie 1 Weekbrief in eenvoudige taal



De weekbrief voor deze zondag is geschreven door zr Nanda Ziere. We hebben geprobeerd de weekbrief in eenvoudige taal te vertalen. Lees deze weekbrief met de kinderen, zodat de kinderen begrijpen wat er in de weekbrief staat.

Geliefd mens,

Ken je het verhaal van Atlas? In een oud Grieks verhaal moest Atlas de hemel op zijn schouders dragen. Dat was een enorme en zware taak.

Soms voelen mensen zich ook zo. Alsof er heel veel op hun schouders rust. Denk aan werk dat af moet, zorgen voor anderen, moeilijke keuzes maken of verwachtingen van mensen om je heen.

Misschien heb jij dat gevoel ook wel eens gehad.

Vaak denken we dat we alles zelf moeten kunnen. Dat we sterk moeten zijn en onze problemen alleen moeten oplossen. Dan lijkt het alsof alles om "ik" draait. Maar eigenlijk zijn we met veel meer verbonden dan we soms beseffen.

Ik las onlangs een boek waarin het ging over het woord nederigheid. Dat betekent niet dat je jezelf minder belangrijk moet vinden. Het betekent juist dat je dichtbij blijft bij wie je echt bent en beseft dat je veel van anderen krijgt.

Als je goed kijkt, zie je dat bijna niets helemaal op zichzelf staat. Een steen vertelt een verhaal van miljoenen jaren oud. Mensen zijn verbonden met familie, vrienden en nog veel meer levende wezens.

Ons leven wordt gedragen door veel dingen die we niet altijd zien.

Soms verandert er iets in ons leven. Dan weten we niet precies hoe het verder zal gaan. We weten niet welke weg we moeten nemen of waar we uit zullen komen. Dat kan best spannend zijn.

In zulke tijden hebben we vertrouwen nodig. Vertrouwen dat er toch een weg zal zijn, ook al kunnen we die nog niet zien. Sommige mensen noemen dat Godsvertrouwen. Het is het vertrouwen dat je niet alles alleen hoeft te doen.

Maar vertrouwen vraagt ook iets van onszelf. Durven we ons open te stellen voor wat nog komt?

Durven we erop te vertrouwen dat we geholpen worden?

Gelukkig hoeven we niet te leven zoals Atlas, alsof we de hele wereld op onze schouders dragen. We mogen ons best doen en verantwoordelijkheid nemen voor wat wij kunnen doen. Tegelijk mogen we ook weten dat wij zelf gedragen worden. Door de mensen om ons heen. Door liefde, aandacht en verbondenheid. En door dicht bij onszelf te blijven. Als we dat beseffen, voelt het leven soms wat lichter. Dan ontdekken we dat we elkaar kunnen helpen dragen. En dat wij zelf ook gedragen worden. Dat is een mooie gedachte: we mogen voor anderen zorgen én erop vertrouwen dat er ook voor ons gezorgd wordt.

*Met een lieve groet,
zuster Nanda Ziere*

Werksuggestie 2 In gesprek met de kinderen



Ga met de kinderen in gesprek over de weekbrief. Onderstaande vragen kunnen helpen:

- Wanneer voelde jij je wel eens alsof je heel veel moest doen?
- Wat vind jij lastig om alleen te dragen?
- Wie helpt jou als je ergens mee zit?
- Aan wie vraag jij hulp als je verdrietig, boos of onzeker bent?
- Vind jij het makkelijk of moeilijk om hulp te vragen? Waarom?
- Wat wordt bedoeld met "gedragen worden"?
- Waarom hoef je niet alles alleen te doen?
- Wie heeft jou vandaag geholpen, misschien zonder dat je het direct merkte?
- Op welke manieren help jij andere mensen?
- Waarom hebben mensen elkaar nodig?
- Is er iets dat je spannend vindt, omdat je nog niet weet hoe het zal aflopen?
- Wat helpt jou om toch verder te gaan als je iets niet zeker weet?
- Als jouw zorgen een rugzak waren, wat zou er dan in zitten?
- Wat zou jou helpen om die rugzak lichter te maken?
- Hoe kunnen wij deze week iemand helpen die iets zwaars moet dragen?

Werksuggestie 3 De last van Atlas



Doel: Kinderen laten ervaren dat iedereen soms iets zwaars draagt en dat je elkaar kunt helpen

Benodigdheden

- Afbeelding van Atlas, bijvoorbeeld deze:
- Rugtas
- Boeken of andere zware voorwerpen
- Briefjes en pennen



Vertel kort over Atlas. En laat een afbeelding zien van het beeld dat hij een zware last op zijn nek heeft. Op internet zijn veel afbeeldingen te vinden. Vraag vervolgens iemand die de lege rugtas wil dragen.

Laat de kinderen op briefjes schrijven of tekenen wat mensen soms allemaal moeten dragen in het leven, bijvoorbeeld:

- verdriet
- ruzie
- huiswerk
- zorgen
- ziek zijn
- eenzaamheid

Stop elk briefje samen met een boek of een zwaar voorwerp toe aan de rugzak en vraag:

- Hoe voelt dit?
- Hoe lang zou je dit kunnen volhouden?

Herhaal dit tot de last echt te zwaar wordt. Bespreek vervolgens:

- Wat gebeurt er als je alles alleen moet dragen?
Wat helpt om de 'last' lichter te maken?

Laat vervolgens andere kinderen helpen om de rugzak te dragen.



Werksuggestie 4 De onzichtbare helpers



Doel: Ontdekken hoeveel mensen bijdragen aan je leven.

Benodigdheden:

- Een brood

Leg een brood op tafel. Vraag: Wie heeft dit gemaakt?

Kinderen noemen vaak de bakker. Vraag vervolgens verder:

- Wie maakte het meel?
- Wie verbouwde het graan?
- Wie bracht het brood naar de bakker/winkel?
- Wie verkocht het? Etc. etc.

Maak samen een lange lijst. Bespreek:

- Hoeveel mensen helpen jou elke dag zonder dat je ze kent?
- Wat zegt dat over verbondenheid?

Werksuggestie 5 De rugzak van je eigen leven



Doel: Nadenken over wat zwaar en licht maakt.

Benodigdheden:

- Een getekende rugzak op papier
- Pennen, stiften, kleurpotloden

Laat de kinderen een rugzak tekenen op papier of zorg voor papier waar een rugzak op getekend is.

Laat kinderen in de rugzak schrijven:

- zorgen,
- spanningen,
- dingen die lastig zijn.

Naast en om de rugzak schrijven of tekenen ze:

- wat helpt,
- wie helpt,
- wat hoop geeft.

Bespreek:

- Wat zit er precies in jouw rugzak?
- Wat zou je uit de rugzak willen halen?
- Wie of wat heb je daarvoor nodig?
- Wat zou je erbij willen stoppen?

Liedsuggesties



Hieronder staan een aantal liedsuggesties die voorgelezen of gezongen kunnen worden. Bij de liederen staan verschillende vragen ter verdieping.

- Kinderkoorlied nr. 3 Het verschil
 - Welk verschil kun jij maken?
 - Wat is het effect als je iets aardigs zegt tegen een ander?
 - Hoe kun je een lichtpuntje voor iemand zijn?
 - Ben jij weleens een lichtpuntje geweest voor iemand? Vertel eens..
 - Wat was het gevolg hiervan?



- Kinderkoorlied nr. 5 Jij en ik
 - Dit lied gaat over verbondenheid. Waarom is het belangrijk om je met anderen verbonden te voelen?
 - Hoe zou het voelen als je helemaal alleen op de wereld was, zonder andere mensen om je heen?
 - Met wie voel jij je allemaal verbonden?
- Gemengd koor lied nr.77 Ik wil er voor je zijn
 - Waarom is het belangrijk om er voor iemand te zijn die het lastig heeft?
 - Op welke manieren kun je iemand troosten?
 - Heb jij weleens iemand getroost zonder woorden? Hoe deed je dat dan?
 - Wie zou je wel willen troosten? Voor wie wil jij er zijn?
 - Wat voor woorden of gebaren maken jou blij als iemand er voor jou is?

Suggesties voor Jongste Jeugd thuis

Uit het werkboek Jongste jeugd staat deze week een suggestie centraal uit het de 2^e jaargang. Deze suggestie kunt u als ouder thuis uitvoeren met uw kind(eren).

Herfst 2 week 42 Appels

Doel Met verwondering kijken naar de wereld om ons heen.

Verhaal

Ollie loopt door het bos. Hij heeft een beetje honger. Als hij een mooie rode appel ziet hangen plukt hij die dan ook meteen en eet hem gelijk op. Hmmmm, wat is dat lekker. Iets verderop ziet hij nog meer appels. Die zijn allemaal glimmend groen. Ze zien er prachtig uit. Hij plukt er dan ook meteen eentje. Maar als hij een grote hap neemt schieten de tranen in zijn ogen en spuugt hij de hap meteen uit. Bahhh, wat is dat zuur, helemaal niet lekker. En hij zag er nog wel zo mooi uit.

Gesprek

Er zijn heel veel verschillende soorten appels. Ze zien er net iets anders uit, ze ruiken anders en ze smaken anders. Er zijn zure appels, zoete appels, harde appels, zachte appels, heel kleine appels en harde appels die weer prima zijn voor appeltaart. Het is leuk om met de kinderen de verschillen te ruiken en te proeven en zo het wonder te ervaren van de grote verscheidenheid die er is. Neem diverse soorten appels mee, de groenteboer is u vast behulpzaam. Schil de appels en snij ze in kleine stukjes. Eventueel kunnen de kinderen de appelstukjes met een vork fijnprakken, dan lijkt het op appelmoes.

Laat de kringloop aan de kinderen zien door middel van illustraties, fotoboeken maar ook aan de hand van de appel zelf. De pitjes die er in zitten zorgen voor nieuwe boompjes. Die gaan weer bloeien. De restanten van het bloemetje kun je nog zien aan de onderkant van de appel, en daar komen weer appels uit.

Zingen

In iedere kleine appel. uit: Een mandje vol amandelen.

Knutselen

Stempelen met appels. Door appels of in de lengte of in de breedte door te snijden geeft het als stempel een ander effect..

