

# Ich bin bereit

## Info und Bausteine zu den Gebetshaltungen



Oft überkommt uns tiefe Freude, sodass wir sie durch Bewegungen oder Gesten, mit unserem Körper zum Ausdruck bringen. Vom plötzlichen Hochspringen aus purer Freude bis hin zu einer herzlichen Umarmung der Eltern, Freundinnen und Freunden.

Anhand der Gesten können wir erkennen, was wir ausdrücken wollen. Ähnlich ist es auch im Gottesdienst. Wenn wir dort Bewegungen ganz bewusst machen, können wir spüren, was wir mit den Bewegungen ausdrücken wollen. Deshalb ist es auch wichtig sich ab und zu darüber Gedanken zu machen. Dadurch kann der Gottesdienst intensiver mitgefeiert werden und dies kann eine ganz spannende Entdeckungsreise sein.

*Handwritten signature: Samuel*

### DIE VIER GRUNDHALTUNGEN

**GEHEN:** Auf das Tempo kommt's an. Ich latsche nicht und ich renne nicht. Wenn ich beispielsweise zur Kommunion gehe, schreite ich bewusst zur Begegnung mit Christus. Durch diese Haltung wird deutlich, dass wir gemeinsam auf dem Weg sind. Wir schreiten durch das unser Leben, auf dem Weg zu Gott.

**KNIEN:** Wir knien deshalb, weil wir somit Gott verehren können. Unsere Anerkennung seiner Größe, versuchen wir beim Gebet zum Ausdruck zu bringen. Vor Gott gehen wir deshalb nur in die Knie, weil wir ihn achten, ihm danken und ihn loben.

**STEHEN:** Bei Gottesdienst stehe ich vor Gott. Dabei stehe ich aufrecht, so, dass ich jederzeit losgehen könnte. Dadurch kommt auch zum Ausdruck: ich bin bereit! Das Aufrechtstehen vor Gott, zeigt gleichzeitig die Größe meiner Würde, die ich geschenkt bekommen habe.

**SITZEN:** Das Sitzen ist die Haltung des Zuhörens, aber auch des Nachdenkens und Überlegenes.

Neben diesen Grundhaltungen gibt es noch weitere Gesten und Zeichen. Um nur einige davon zu nennen: Kniebeuge, Verneigung, kleines und großes Kreuzzeichen, Friedensgruß, ...

### gehen, knien, sitzen

ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
8 - 10	2 Personen	10 min

#### Du brauchst:

Malerklebeband

#### So geht's:

Du ziehst an beiden Enden des Raumes eine Linie mit dem Klebeband. Zu Beginn teilst du die Kinder in zwei Gruppen. Je ein Kind der Gruppe geht in die Mitte. In Anlehnung an Schere – Stein – Papier, zeigen die zwei Kinder je eine Haltung: gehen, knien oder sitzen. Zu beachten ist dabei: gehen schlägt sitzen, sitzen schlägt knien und knien schlägt gehen. Das Kind das den Durchgang gewonnen hat muss anschließend versuchen so schnell wie möglich zu seiner Gruppe zu laufen. Schafft es das Kind hinter die Ziellinie, so bekommt die Gruppe einen Punkt und die nächsten zwei Kinder sind an der Reihe. Gewonnen hat das Team mit den meisten Punkten.

### Memory

ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
8 - 10	2 Personen	10 min

#### Du brauchst:

starken Karton oder dickeres Papier, Stifte, Klebstoff

#### So geht's:

Zunächst überlegt ihr euch Gesten und Haltungen in der Kirche. Sobald ihr eine Liste erstellt habt, könnt ihr beginnen die Memory-Karten zu gestalten. Auf eine Karte zeichnet ihr eine Haltung oder eine Geste; auf der anderen Karte kommt der dazugehörige Begriff. Somit besteht ein Set jeweils aus einer Karte mit der Zeichnung und der Karte mit dem Begriff. Anstelle des Begriffes könnt ihr die Haltung und Geste auch umschreiben, somit könnt ihr den Schwierigkeitsgrad variieren. Solltet ihr zu wenige Paare zusammenbringen, so könnt ihr sie auch mit liturgischen Geräten oder ähnlichen ergänzen. Eurer Phantasie sind keine Grenzen gesetzt.

### Obermini

ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
8 - 14	2 Personen	15 min

#### So geht's:

Zwei Kinder verlassen kurz den Raum, die restlichen Kinder wählen ein Kind zur Obermini oder zum Obermini. Das Kind macht kleine Bewegungen vor, welche von allen anderen immer sofort nachgemacht werden. Diese Bewegung kann eine liturgische Haltung sein oder etwas ganz anderes, wie etwa Winken. Die beiden Kinder, die den Raum verlassen haben, kommen wieder herein und versuchen zu erraten, welches Kind Obermini ist. Um das Erraten nicht zu einfach zu gestalten, geht die Gruppe dabei wahllos im Raum herum und achtet unauffällig auf die Bewegungen der Obermini oder des Oberminis. Das Kind ändert von Zeit zu Zeit seine Bewegungen ändert.

### Wir Bildhauern

ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
8 - 14	2 Personen	15 min

#### Du brauchst:

Augenbinden

#### So geht's:

Die Kinder gehen zu dritt zusammen. Je einem Kind verbindest du die Augen. Dieses Kind ist unsere Bildhauerin oder unser Bildhauer. Ein weiteres Kind ist der „formbare Ton“ und das dritte ist die Skulptur. Du gibst der Skulptur eine Haltung vor: ohne zu sprechen, nur pantomimisch. Daraufhin nimmt die Skulptur diese Haltung ein. Jetzt liegt es an der blinden Person, die Skulptur vorsichtig abzutasten. Dann formt die Bildhauerin oder der Bildhauer den „Ton“ so, dass dieser der Skulptur möglichst ähnlich kommt. Nach Abschluss kann die Bildhauerin oder der Bildhauer die Augenbinden abnehmen und sich das Werk ansehen. Nun tauschen die Kinder die Rollen! Haltungen können sein: Stehen, Gehen, Sitzen, Knien, Kniebeuge, Verneigung,.... Besprecht anschließend die einzelnen Haltungen.

### Matthias sagt

ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
8 - 10	2 Personen	10 min

#### So geht's:

Ein Kind schlüpft in die Rolle von Matthias. Matthias ist heute Obermini und gibt den restlichen Kindern Anweisungen. Beginnt Matthias einen Satz oder eine Anweisung mit den Worten „Matthias sagt ...“, dann müssen die anderen Kinder dieser Anweisung folgen. Lässt Matthias diese Worte hingegen weg, dann dürfen die anderen Kinder dieser Anweisung nicht folgen, sondern verharren stattdessen in der bisherigen Haltung oder Bewegung... Macht ein Kind einen Fehler, indem es einer falschen Anweisung folgt, einer korrekten Matthias-sagt-Anweisung nicht nachkommt oder eine solche Anweisung fehlerhaft ausführt, dann wechselt dieses Kind in die Rolle von Matthias.

### Statuen-Stille-Post

ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
8 - 10	2 Personen	10 min

#### So geht's:

Die Kinder stellen sich nebeneinander in einer Reihe mit Blick zu dir auf. Ein Kind stellt sich hinter die Rücken der eigenen Reihe und überlegt sich eine liturgische Haltung, die es auch gleich einnimmt. Nun dreht sich das erste Kind der Reihe kurz um und prägt sich die gesehene Haltung ein. Dann wechseln die beiden Kinder – das Kind, das die liturgische Haltung vorgezeigt hat, geht in die Reihe zurück, das andere nimmt den Platz des vorzeigenden Kindes ein.

Nun darf sich das nächste Kind der Reihe umdrehen und so weiter. Ziel ist es, die liturgische Haltung bis zum letzten Kind der Reihe korrekt darzustellen und am Ende zu erraten. Zum Vergleich kann sich am Ende das erste Kind daneben stellen und nochmals allen die Ausgangshaltung zeigen.

**Variante:** Ihr findet auch andere – nicht liturgische – Haltungen oder stellt mehrere Tätigkeiten zeitgleich dar.

Quelle: Minis. Ministranten lernen mit Johanna, Lucy, Markus und Matthias. Begleitheft

### NEU IM JUNGSCHARSHOP



FÜR MINISTRANTINEN  
UND MINISTRANTEN



FÜR GRUPPENLEITERINNEN  
UND GRUPPENLEITER  
von Katja Henkel

