

# der Steigbügel

Praxishilfe für die Arbeit mit Jugendlichen



Jubiläums  
Nr. 350



Reisepass  
„ticket to heaven“



Thermometer  
Heiß oder kalt?



Turnschuh  
Was wirklich zählt!



Pyramide  
Ein Geduldsspiel



**LEBEN UND GLAUBEN**

- 4 Reisepass** .....Cornelius Kuttler  
„ticket to heaven“
- 11 Krippenfigur** .....Ilse-Dore Seidel  
Weihnachten im Sommer
- 16 Kerze** .....Meike Kunze  
Advent und Chanukka



**ERZÄHLUNG**

- 22 Turnschuh** ..... Sybille Kalmbach  
Was wirklich zählt!



**SPIEL, SPASS, QUIZ**

- 30 Thermometer** ..... Manfred Pohl  
Heiß oder kalt?
- 37 Rollstuhl** ..... Walter Engel, Nicole Braun  
Ich bin frei!
- 44 Schwämme** .....Andreas Lämmle  
Soft und saugstark!
- 50 Küchenwecker** .....Gert Presch  
Die Zeit läuft
- 57 Murmeln** .....Thomas Volz  
Die Kugel rollt



**KREATIV UND HANDWERK**

- 66 Pyramide** ..... Joachim Fritz  
Ein Geduldsspiel



**SPECIAL**

- 70 Salz** ..... Sybille Kalmbach  
Auf die Würze kommt es an

Liebe Mitarbeiterinnen, liebe Mitarbeiter,

der Steigbügel feiert Jubiläum! Mit dieser Ausgabe haltet ihr den 350. Steigbügel in Händen. Ein Grund zum Feiern! Deshalb haben wir diese Jubiläumsnummer auch in besonderer Weise gestaltet. Alle Ideen stellen einen Gegenstand in den Mittelpunkt und verknüpfen ihn mit der befreienden Botschaft Gottes. Jubilare bekommen Geschenke und werden in Reden geehrt. Auf die Rede verzichten wir – an den Geschenken halten wir aber fest. Allerdings drehen wir die Sache um. Wir beschenken Sie und euch – mit acht zusätzlichen Seiten.

Mit dieser Ausgabe verabschiede ich mich nach 11 Jahren als Redaktionsleitung, da ich schon seit einiger Zeit andere Aufgaben innerhalb des ejw wahrnehme. Ein Abschied, der mir dennoch nicht leicht fällt, da ich mich in ganz besonderer Weise dem Steigbügel und seinem Konzept verbunden fühle. Besonders schätze ich seine Praxisnähe und dass er Mitarbeitende durch konkrete Ideen unterstützt und inspiriert – sei es in der Verkündigung aber auch in allen anderen Bereichen, die zu einer ganzheitlichen Jugendarbeit gehören. Mein besonderer Dank gilt den Mitgliedern des Redaktionsteams, den vielen Autorinnen und Autoren und nicht zuletzt Ihnen und euch.

Meiner Nachfolgerin, Ilse-Dore Seidel, Landesreferentin beim CVJM Landesverband Württemberg, wünsche ich alles Gute, Gottes Segen und dass ihr der Steigbügel ebenso viel Freude macht.

Mit herzlichen Grüßen aus dem Redaktionsteam  
Ihre/eure



Heike Volz



## Zugangscode Homepage

Auf [www.der-steigbuegel.de](http://www.der-steigbuegel.de) können Sie den internen Bereich mit folgendem Zugangscode nutzen (das Passwort ändert sich mit jedem Heft):

**Benutzername:** Jugendarbeit **Passwort:** Gegenstand

# Reisepass

## „ticket to heaven“

**Zielgruppe:** Jugendliche zwischen 13 und 19 Jahren

**Vorbereitungszeit:** ca. 30 Minuten

**Dauer:** ca. 45 Minuten

**Gruppengröße:** für kleine und große Gruppen

**Kombination:** Bibelarbeit und Hausspiel

## Was ein Reisepass mit dem Himmel zu tun hat

Wer einen deutschen Pass hat, der hat ein Ticket der Freiheit. Dieser Pass öffnet Türen in ferne Länder, und zugleich bietet er Sicherheit und Schutz. Nicht umsonst steht auf dem Pass: Eigentum der Bundesrepublik Deutschland. Wer einen solchen Pass besitzt, reist nie allein, sondern hat ein ganzes Land hinter sich, das im Zweifel für ihn einsteht.

Die Bibel spricht davon, dass Gott uns eine Freiheit schenkt, die uns befreit leben lässt. Als Christinnen und Christen halten wir ein „ticket to heaven“ in Händen. Weil Gott uns den Himmel öffnet: Schon jetzt auf der Erde, wenn wir etwas spüren von der Freiheit der Kinder Gottes, und dann am Ende unseres Lebens, wenn wir bei ihm sein werden.



### Der Pass der Freiheit

Während meines Studiums habe ich einige Zeit in der Schweiz studiert. Mein Bruder und ich waren beim Umzug mit einem vollgestopften Auto unterwegs Richtung Schweiz. Routinemäßig wurden wir an der Grenze angehalten und dann – gar nicht routinemäßig – auf die Seite gewunken. Der Personalausweis



meines Bruders war abgelaufen. Erst als ein provisorischer Ausweis auf ihn ausgestellt worden war und eine entsprechend hohe Gebühr beglichen wurde, durften wir weiterreisen.

Ein Pass öffnet Türen und zeigt, wohin wir gehören. Wer keinen Pass hat ist heimatlos und steht vor verschlossenen Türen.

Im Bild gesprochen sagt das Evangelium von Jesus Christus: Gott schenkt uns einen Pass, der uns die Tür zur Freiheit öffnet. Zugleich zeigt dieser Pass, wohin wir gehören: „Eigentum des Schöpfers der Welt“ steht darauf. Und in einem können wir uns sicher sein: Dieser Pass wird nie ablaufen. Es ist ein Pass für die Ewigkeit, ein „ticket to heaven“.

#### BIBELTEXT:

Galater 5,1

Paulus drückt es im Galaterbrief in theologisch sehr tief sinnigen Worten aus:

„Christus hat uns befreit, er will, dass wir jetzt auch frei bleiben. Steht also fest und lasst euch nicht wieder ins Sklavenjoch einsperren“ (Galater 5,1)

Christsein heißt nicht: Tu das und lass jenes. Sondern Christsein heißt schlicht und einfach: „Vertrau Jesus. Dann bist Du frei.“

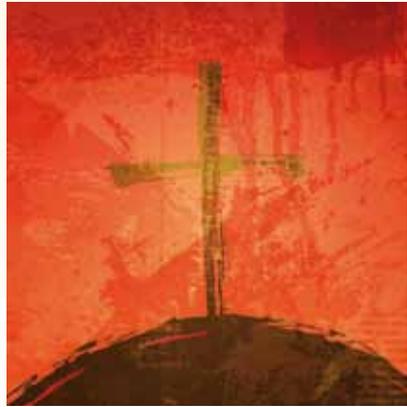
Vielleicht haben wir in unserem Leben auch schon ganze andere Erfahrungen gemacht als das, was Paulus hier schreibt. Wenn Menschen uns vermittelt haben, was man tut als Christ und was nicht. Von Freiheit war da wenig zu spüren. Sondern da kann einem der Glaube vorkommen wie eine Zwangsjacke, die einem mit ihren vielen Vorschriften die Luft abdrückt.

Paulus spricht ganz anders vom Glauben an Jesus Christus. Es ist, als ob er die Fenster eines stickigen Raumes öffnet: „Christus hat uns befreit, er will, dass wir jetzt auch frei bleiben“. Paulus hat für solche Sätze damals Prügel einstecken müssen von den Leuten, die sich besonders fromm und heilig vorgekommen sind. Sie haben ihm vorgeworfen, dass er einen Softieglauben predigt. Seit Paulus zum Glauben an Jesus gekommen war, hatte er ein Lebensthema: „Jesus“. Paulus hat erfahren, wie Jesus ihn freigemacht hat von einem Leben ohne Gott. Früher war er ein frommer Pharisäer, der es Gott recht machen wollte und doch an Gott vorbeilebte. „Jesus macht uns frei von einem Leben ohne Gott.“ Das ist die Botschaft des Paulus. Oder um es in seinen Worten zu sagen: „Jesus macht uns frei von der Sünde.“

Wir haben uns vielleicht angewöhnt, bei „Sünde“ an alles Mögliche zu denken, was man nicht darf. Sünde ist dann das, was Spaß macht, aber leider verboten ist. Wenn die Bibel von Sünde spricht, dann meint sie damit aber etwas ganz anderes: Sünde ist das, was uns selber schadet, der Beziehung zu anderen Menschen oder der Beziehung zu Gott. Sünde ist das, was uns schadet, weil sie Leben zerstört. Paulus wird nicht müde davon zu sprechen, dass Jesus am



Kreuz sein Leben für uns gegeben hat. Hier beginnt unsere Freiheit. Als Jesus am Kreuz hängt, nimmt er unseren Platz ein und trägt unsere Sünde. Was wir nie wieder gut machen können und untrennbar zu unserer Lebensgeschichte gehört, das nimmt er auf sich und schafft es aus der Welt. Christus befreit, weil wir durch ihn ein Leben haben, das frei ist von den Schatten unserer Vergangenheit. Und weil er uns die Zukunft öffnet. Nicht einmal der Tod kann uns dann noch festhalten.



Christsein bedeutet also: Frei zu sein. Frei von der eigenen Vergangenheit, frei von dem Gefühl, Gott nicht zu genügen. Nicht, weil alles gut wäre in unserem Leben, sondern weil Jesus unsere Lebensgeschichte mit allem Versagen und allem Ungenügen zu seiner Lebensgeschichte gemacht hat am Kreuz. Der Glaube an Jesus Christus ist ein „ticket to heaven“. Nicht nur, weil es die Hoffnung der Bibel ist, dass wir am Ende unseres Lebens einmal bei Jesus im Himmel sein werden. Sondern auch, weil uns schon jetzt auf der Erde der Himmel geöffnet ist. Als Menschen, die Jesus vertrauen, haben wir schon jetzt den Himmel auf Erden. Nicht, weil alles perfekt ist in unserem Leben, sondern weil wir schon jetzt etwas spüren können von der Freiheit, die dann im Himmel vollkommen sein wird. Wenn wir bei Jesus sein werden für immer.

Die Freiheit, von der die Bibel spricht, ist eine Sache der Beziehung. Auf uns allein gestellt, sind wir gefangen in uns selber. Wenn wir aber mit Jesus Christus in Beziehung sind, dann weht der Wind der Freiheit durch unser Leben. Damit ist ein für allemal klar, wohin wir gehören: Zu Jesus gehören wir schon jetzt im Auf und Ab unseres Lebens. Und am Ende unseres Lebens wird er uns erwarten und uns die Tür zum Himmel öffnen.

Für Paulus geht es im Leben als Christ nicht um ein „Du musst“. Christsein ist für ihn Beziehungssache – Beziehung zu Jesus. Wenn wir ihn fragen würden, wie denn ein Christ leben soll, dann würde er uns wahrscheinlich sagen: Ihr gehört Christus. Und nun lebt so, dass es zu Jesus passt. Was der Beziehung zu Jesus schadet, das lasst.

Es ist wie in einer Ehe: Stellen wir uns das frisch vermählte Ehepaar vor, wie es einen Tag nach der Hochzeit auf dem neuen Sofa im Wohnzimmer sitzt. Da



zieht die Ehefrau ihren 10-Punkte-Plan für eine gelingende Ehe heraus: Die 10 Pflichten eines treu sorgenden Ehemannes. Vielleicht lacht der junge Ehemann noch, aber spätestens, wenn er das dritte Mal vergisst, den Müll runterzutragen, bekommt er den Zorn seiner Frau zu spüren. Er mag dann ab sofort seine Pflicht erfüllen, aber ob die strengen Eheregeln der Beziehung gut tun, ist eine andere Frage. Eine Ehe lebt von der Beziehung, nicht von der Pflicht oder der Angst, es dem anderen ja auch recht zu machen. Wenn zwei sich lieben, dann werden sie nicht fragen, was muss ich tun. Sondern: Was kann ich tun, um dem anderen Gutes zu tun. Und was muss ich lassen, weil es ihm oder mir oder uns beiden schadet. Christsein ist Beziehungssache. Darin liegt die große Freiheit, von der Paulus spricht. Es ist ein „ticket to heaven“, das Christen geschenkt ist. Und wenn das so ist, dann kommt alles darauf an, dieses „ticket“ zu nutzen und als befreite Menschen zu leben.

## Die konkrete Umsetzung

### Einstieg: Lied „Freiheit“ (Söhne Mannheims)

Das Lied wird vorgespielt und bildet den Ausgangspunkt für ein Gespräch darüber, was für die Jugendlichen „Freiheit“ ist.

Bei Gruppen, die schwer ins Gespräch kommen, kann auch ein stilles Gespräch geführt werden (die Jugendlichen schreiben auf ein großes Blatt, was Freiheit für sie bedeutet).

Als weiterer Gesprächsimpuls kann ein Personalausweis/ein Reisepass in die Mitte gelegt werden mit der Bemerkung „Das ist Freiheit, oder?“

Gemeinsam tragen die Jugendlichen zusammen, welche Freiheit ein gültiger Pass ermöglicht.



### Impuls: „ticket to heaven“

Die Bibelarbeit könnte mit einem Andachtsimpuls eröffnet werden, der vor Augen führt, welche Freiheit Gott uns schenkt.

Als Visualisierung dieses „tickets to heaven“, das uns geschenkt ist, könnte ein



Pass dienen, der einem echten Pass nachempfunden ist, auf dem dann z. B. „Eigentum des Schöpfers der Welt“ usw. steht. Ausgehend von diesem „Pass“ bringt die Andacht auf den Punkt, wie Gott uns Freiheit schenkt und was dies für unser Leben bedeutet.

## **Vertiefung: Gemeinsames Nachdenken über einen Bibeltext**

In Kleingruppen wird Galater 5,1 gelesen (für sehr interessierte Gruppen wäre es sicher auch spannend, Galater 5,1–6 zu lesen).

Bevor die Gruppe über den Text ins Gespräch kommt, haben die Jugendlichen die Aufgabe, ein DIN-A5-Blatt farbig so anzumalen, dass es für sie zu den Gefühlen, zur Stimmung des Bibeltextes passt (z. B. helle Farben für etwas Frohes, das sie entdecken usw.). Sie können auch ein Wort, das ihnen besonders wichtig scheint im Bibeltext, auf die Karte schreiben. Anschließend stellen die Jugendlichen ihre Karten vor.

Beim Gespräch über den Bibeltext könnten folgende Fragen hilfreich sein:

- Da hab' ich mal ne Frage. Die Jugendlichen können alles fragen, was sie nicht verstehen am Bibeltext oder auch benennen, was ihnen seltsam vorkommt.
- Freiheit ist ein großes Wort: An welcher Stelle wünsche ich mir Freiheit in meinem Leben? bzw. Wo fühle ich mich unfrei?
- Paulus sagt: „Jesus befreit“: Was meint er wohl damit? (Hier könnte die Gruppenleitung evtl. auch an Jesusgeschichten anknüpfen, die evtl. bei den Jugendlichen bekannt sind).
- Was hat der christliche Glaube mit Freiheit zu tun?
- Gott schenkt Christen ein „ticket to heaven“: Wie können wir schon jetzt in unserem Alltag Freiheit erleben? Und was ist unsere Hoffnung (im Blick auf ein Leben nach dem Tod)?

## **Kreative Aneignung**

Je nach Gruppe könnte ein persönliches „ticket to heaven“ gebastelt werden. Vielleicht kann in Form eines Personalausweises eine Karte gestaltet werden mit persönlichen Angaben zur jeweiligen Person (Hobbies, charakteristische Gaben oder Eigenschaften etc.), evtl. könnte sogar ein Foto gemacht werden, das dann später eingeklebt wird. Auf die Rückseite der Karte könnte ein Bibelvers (evtl. Gal 5,1) oder ein anderes Bibelwort geschrieben werden.



## Hausspiel zum Thema

### Die Ausgangssituation

Mehrere Gruppen von Einwanderern kämpfen darum, wer die Erlaubnis erhält, in ein Land einwandern zu dürfen. Jede Gruppe hat einen „Gruppenpass“. In verschiedenen Spielen messen sich die Gruppen und der jeweilige Gewinner bekommt einen Stempel in seinen Pass. Wer am Ende die meisten Stempel vorweisen kann, darf in das „gelobte Land“ einreisen.



### Die Inszenierung

Am eindrucksvollsten ist dieses Spiel, wenn es gut inszeniert ist: Am Beginn des Spiels tritt eine Einwanderungskommission (möglichst verkleidet) auf, die das Spiel erklärt und auch moderiert. Vielleicht könnte eine große Tür aus Pappe den Eingang in das Land symbolisieren. Am Ende ziehen die Gewinner durch diese Türe ein.

### Die Wettkämpfe

In verschiedenen Spielen treten die Gruppen gegeneinander an.

#### Spiel 1 – Nationalhymne, Flagge & Tracht

Die Gruppen müssen sich in einer bestimmten Zeit eine Nationalhymne ausdenken (am besten dazu einige Worte vorgeben) und sie dann auch vorsingen. Außerdem müssen sie eine Landesflagge gestalten und eine Nationaltracht tragen. Die Jury entscheidet dann und vergibt den „Siegerstempel“.

#### Spiel 2 – Freiheitsstatue

Die Gruppen haben die Aufgabe, mit Bauklötzen die Freiheitsstatue in New York nachzubauen (als Symbol für die Freiheit, die sie im neuen Land haben werden).



### Spiel 3 – Zoll

In einer spontanen Spielszene muss jeweils ein Gruppenteilnehmer einen Zollbeamten (gespielt von einem Mitarbeitenden) davon überzeugen, warum gerade er/sie ins Land gelassen werden soll. Dafür steht eine Minute zur Verfügung. (Die Jury bewertet nach Kreativität, schauspielerischem Einsatz etc.).

### Spiel 4 – Das Bild im Pass

Im Stil von Montagsmaler muss jeweils eine Person aus jeder Gruppe für die eigene Gruppe Bilder malen, die diese erraten müssen (als kleiner Gag könnten die Mitarbeitenden Personen aus Film und Fernsehen auswählen, die gemalt werden müssen).

### Spiel 5 – Tabu

Jeweils eine Person aus jeder Gruppe muss für die eigene Gruppe Worte umschreiben, ohne sie zu nennen oder Begriffe pantomimisch darstellen. (Darauf achten, dass nicht zu viel Zeit pro Gruppe gegeben wird; am besten mit Sanduhr messen).

### Spiel 6 – Sportlicher Einsatz

In 4 Minuten müssen gleichzeitig in allen Gruppen drei verschiedene Disziplinen immer hintereinander durchgeführt werden: 10 x Seilhüpfen, 10 x Liegestützen, 10 x Tischtennisball auf Schläger hüpfen lassen. Gewonnen hat, wer am meisten Durchgänge mit drei Disziplinen geschafft hat. Je nach Länge der Gruppenstunde und Lust der Teilnehmenden können Spiele hinzugefügt werden.

#### MATERIAL:

Lied „Freiheit“ der Söhne  
Mannheims  
Bibeltext Gal 5,1  
Reisepass/Personalausweis  
Evtl. gebasteltes „ticket to heaven“ (+ Bastelmaterial für weitere  
„tickets“)  
DIN A5-Karten und Buntstifte

#### MATERIAL FÜR'S SPIEL:

Verkleidungsutensilien für  
Nationaltracht, Papierbahnen +  
Farben für Flaggen  
Bauklötze  
Hüpfseile, TT-Schläger und Bälle

Cornelius Kuttler, Pfarrer, wohnt mit seiner Familie in Oberflingen bei Freudenstadt

*Obwohl sein Passbild bei jeder Gesichtskontrolle durchfallen würde, freut er sich über seinen Pass. Weil der ihn an den Sommerurlaub mit der Familie erinnert.*

# Krippenfigur

## Weihnachten im Sommer

**Zielgruppe:** Mitarbeitende ab 15 Jahren  
**Dauer:** ca. 60 Min.  
**Gruppengröße:** variabel

**Kombination:** Erfahrungsbericht mit Gesprächsimpulsen

## Was macht Weihnachten aus?

Viele Jugendliche (und auch Erwachsene) sehen Weihnachten mit gemischten Gefühlen entgegen. Schulstress in der Vorweihnachtszeit, zahlreiche Weihnachtsfeiern, der Geschenkwahn und vor allem auch angespannte familiäre Situationen (Scheidungsfamilien, Streit unter Geschwistern...) verdirbt manches Fest. Diese Themen offen anzusprechen und gemeinsam zu entdecken worauf es an Weihnachten wirklich ankommt, kann hilfreich und entlastend sein.



## Über Weihnachten ins Gespräch kommen

### Weihnachten unterm Tannenbaum

Weihnachten! Das bedeutet: Die Christmette am Heiligabend mit Krippenspiel, viele Kerzen, Zimtsterne und selbst gebackene Plätzchen. Ganz wichtig auch das Kaufen, ja am besten noch selber Schlagen und Schmücken der Nordmantanne am Morgen des 24.12. und natürlich Schnee. Idealerweise hat es frisch geschneit, während man um 16 Uhr im Familiengottesdienst sitzt und trotz der vielen aufgeregten Kinder noch versucht, der Weihnachtsbotschaft zu lauschen um vollends in Weihnachtsstimmung zu kom-

### **MATERIAL:**

Krippenfigur(en)  
z. B. Maria, Joseph & Jesuskind oder ein persönlicher Gegenstand, den du mit dem Wesentlichen von Weihnachten verbindest



men. Dann tritt man aus der Kirche in eine frisch verschneite Landschaft, während von der Orgelempore noch die letzten Töne von „O du fröhliche“ nachklingen. Danach folgt ein traditionelles Weihnachtsessen, gerne auch Raclette oder Fondue (Hauptsache warm) und das Auspacken der Geschenke im Kreis der Familie. Wenn alle satt und (hoffentlich) mit ihren Geschenken glücklich und zufrieden sind ist Zeit für die Weihnachtsgeschichte oder auch andere nette Geschichten unterm Tannenbaum oder das Singen traditioneller Weihnachtslieder, wie „Stille Nacht, heilige Nacht“ und „Leise rieselt der Schnee“. Heilig Abend ist eben der entscheidende Abend bei uns in Deutschland und soll möglichst harmonisch und stimmungsvoll sein.

**Gesprächsimpuls:** Was macht für dich Weihnachten aus?

### Ich packe meinen Koffer...

Als ich 2010 meinen Koffer für einen zweijährigen Aufenthalt in Australien packte, wanderte neben vielem anderen auch eine Krippenfigur hinein. Mir hatte jemand den guten Rat gegeben ein paar Gegenstände mitzunehmen, die Heimatgefühle vermitteln und bei aufkommendem Heimweh helfen könnten. Als ich darüber nachdachte, wurde mir bewusst, dass Weihnachten im australischen Kontext sicherlich ganz anders



und ungewohnt werden würde, allein schon durch die gegensätzliche Jahreszeit, eben Sommer im Dezember. Deswegen musste meine Krippenfigur auf jeden Fall mit. Sie ist aus Olivenholz und wurde von Christen in Betlehem handgeschnitzt. Ich liebe diese Figur mit der typischen Holzmaserung, der Schlichtheit und doch starken Aussagekraft. Jedes Jahr freu ich mich darauf, sie aufzustellen. Und so reiste sie mit mir auch nach Australien.

**Gesprächsimpuls:** Welcher weihnachtliche Gegenstand würde in Deinen Koffer wandern? Worauf kannst du an Weihnachten auf keinen Fall verzichten?



## Weihnachten feiern

Der 24. Dezember ist in Down Under ein ganz normaler Arbeitstag. Weihnachten feiert man nach britischer Tradition erst am 25. Dezember. Es ist der Start in die großen Sommerferien und damit Hauptreisezeit der Australier. Es ist auch ein Familienfest wie bei uns. Aber mehr ein großes Picknick mit Grillen am Strand, und nicht der gemütliche Abend um den Weihnachtsbaum. Die Weihnachtsbäume sind in der Regel sowieso künstlich und werden schon am 1. Dezember zusammengesteckt und im Wohnzimmer aufgestellt.

**Gesprächsimpuls:** Wie feiert ihr Heilig Abend?

## Was macht Weihnachten aus?

Mit etwas gemischten Gefühlen packte ich am Samstagabend vor dem ersten Advent meine Krippenfigur in Melbourne aus. So wie die letzten Jahre in Deutschland auch, aber eben bei sommerlichen Temperaturen und ganz ohne die typische Weihnachtsstimmung. Und während ich im Esszimmer unserer WG nach einem guten Platz für die Figur suchte und sie dann ganz deutsch mit etwas Tannengrün und Kerzen drapierte, strich ich innerlich von meiner „Das macht für mich Weihnachten aus-Liste“ eine ganze Menge Punkte: Winter und Schnee werden meiner Meinung nach total überbewertet und mal ehrlich, der kommt doch gefühlt sowieso nur alle 100 Jahre pünktlich zu Weihnachten. Außerdem strich ich den gemütlichen, harmonischen Abend im Kreis der engsten Familie. Denn Weihnachten feiert sich auch mit neuen Freunden und sogar ganz Fremden gut und das mit dem angestrebten Familienfrieden ist ja sowieso so eine Sache. Kerzenstimmung und Heiße Schokolade brauch ich auch nicht. Auf all das und vieles mehr kann man tatsächlich verzichten und trotzdem richtig Weihnachten feiern.

**Gesprächsimpuls:** Was macht Weihnachten wirklich aus?

## Gott kommt uns entgegen

Worauf ich ganz bestimmt nicht verzichten kann, ist das Zentrum der Feierlichkeiten und damit auch die Bedeutung des Festes: Gott kommt uns entgegen, zieht auf diese Erde, wird Mensch, von einem Menschen geboren. Der ewige Gott feiert seinen weltlichen Geburtstag. Der Mächtige macht sich ganz klein



und hilflos und zeigt darin seine wahre Größe und Allmacht. Gott macht Weihnachten zu dem Fest der Feste und nicht etwa die durch winterliche Temperaturen, Weihnachtsmusik und Plätzchenduft erzeugte Weihnachtsstimmung. Ob am 24. oder 25. Dezember oder erst am 6. Januar gefeiert, das Fest verbindet Christen weltweit über alle Klima- und Zeitzonen hinweg.

Ich möchte nicht auf die Tatsache verzichten, dass Gott auf unsere chaotische Welt zog, in ein großes Durcheinander, Armut und Unsicherheit, statt in Familienglück und Festtagswahn. Gott hat sein größtes Geschenk an die Welt in Windeln eingepackt und nicht in buntes Geschenkpapier. Der Nachthimmel wurde von einem strahlenden Stern des Universums erhellt und nicht bloß von blinkenden Lichterketten. Nicht der gestresste Postbote, sondern ein Himmelsbote brachte die gute Nachricht vom Prinz des Friedens und es sang ein großer Engelschor das göttliche Geburtstagsständchen vor einer Gruppe von Hirten und nicht der Kirchenchor vor der Gemeinde. Die Heilige Familie blieb nicht unter sich, sondern öffnete Fremden, die unangemeldet und uneingeladen vor der Tür ihrer ärmlichen Unterkunft standen. Diese wollten mit eigenen Augen sehen, was ihnen zu Ohren gekommen war. Gemeinsam feierten sie das Wunder der Menschwerdung Gottes. Und ein paar Reiche waren sich nicht zu fein, nach einer weiten beschwerlichen Reise im Staub des Stalles niederzuknien, weil sie in dem hilflosen Baby dort im mit Stroh ausgepolsterten Futtertrog schon den Retter der Welt erkannten.

Jesus kommt bis heute in unsere Welt, so wie sie ist. Er möchte nicht einen sauberen, organisierten, perfekt dekorierten und harmonischen Haushalt vorfinden, sondern Herzen, die ehrlich und offen für ihn sind mitten in widrigen Umständen und gemischten Gefühlen. Und wenn wir ihm Raum geben, dann erhellt göttliches Licht unser Leben und Frieden kehrt in unseren Herzen ein und wir erleben das Wunder von Weihnachten!



Daran erinnert mich meine Krippenfigur auf dem Sideboard. Gott hat es von Anfang an gefallen, mit uns Menschen zusammenzuarbeiten und enge Gemeinschaft zu suchen gerade auch in den unmöglichsten Umständen.



Maria und Joseph mit dem Kind in ihrem Arm symbolisieren für mich das Einswerden von Gott und Mensch.

Als ich im November 2012 wieder nach Deutschland zurückkehrte, habe ich im Trubel der Weihnachtszeit sehr spontan meinen eingelagerten Hausstand in meine neue Wohnung gebracht. Neben einem Adventskranz, den ich schnell noch am Samstag vor dem 1. Advent kaufte und mit einem Zimt- und einem Seestern schmückte, fand nur noch meine Krippenfigur einen Platz im Umzugschaos. Und erinnerte mich wieder einmal an das, worauf ich unter keinen Umständen an Weihnachten verzichten will und was Weihnachten wirklich ausmacht. Ich muss Weihnachten nicht machen, denn Jesus hat es längst für mich getan.

### **Gesprächsimpuls:**

Was bedeutet die Geburt von Jesus für dich? Was ändert sich, wenn Jesus in deine Welt kommt?

### **Gebet**

Danke für das Wunder von Weihnachten und Bitte für die Jugendlichen, dass ihr Weihnachtsfest diese Bedeutung im Fokus behält.

**Ilse-Dore Seidel, CVJM-Landesreferentin im ejw Württemberg**

*Bleibt gerne Lernende und möchte das Wesentliche von Weihnachten nie aus dem Blick verlieren. Deswegen findet sie ungewohnte Umstände, Reduktion und Vereinfachung durchaus mal hilfreich.*

# Kerze

## Advent und Chanukka

**Zielgruppe:** Jugendliche u. Mitarbeitende  
**Gruppengröße:** auch für kleine Gruppen geeignet

**Dauer:** variabel  
**Kombination:** Gesprächsimpuls mit Bastelvorschlag

### Ein Blick über den Tellerrand

November und Dezember – das sind Wochen des Wartens: Die Nächte werden länger und die dunklen Stunden nehmen von Tag zu Tag zu. Schon immer verspürten Menschen in dieser Jahreszeit eine Sehnsucht nach dem Hellen – und drückten dies aus.



### Einige Worte vorweg ...

Schon in vorchristlicher Zeit wurde in Skandinavien die Julkerze angezündet: Sie sollte die Sonne beschwören, wiederzukommen und sich gegen die Nacht durchzusetzen. Mit der Geburt Jesu erhielten die dunklen Wochen dann den tiefen Sinn, sich intensiv auf das wahre Licht der Welt vorzubereiten – die brennende Kerze wurde zum Symbol für die Adventszeit schlechthin. Dabei war eine Kerze aus Honigwachs wertvoll und etwas Besonderes, lange Zeit wurde sie fast nur in Gottesdiensten verwendet.

Auch heute gehört eine besinnliche Stunde bei Kerzenschein zum Advent. Die spannende Frage ist nur, wie sie mehr wird, als nur „gemütlich“ zu sein. Wie lässt sich für Jugendliche heute noch Neues entdecken?

Beschäftigt man sich mit dem Symbol des Kerzenlichts und geht in die Geschichte zurück, stößt man auf Überraschendes: Auch in unseren Adventsfeiern



steckt ein jüdisches Fest: „Chanukka“, das jüdische Lichterfest, das ebenso im November/Dezember gefeiert wird. Im Neuen Testament finden sich Spuren des Chanukkafestes im Johannesevangelium (10,22): Hier dient es als Zeitangabe, Jesus befindet sich im Winter zu Chanukka im Jerusalemer Tempel.

Dabei gehört Chanukka nicht zu den wichtigen jüdischen Festen, denn die Feier geht nicht auf die fünf Bücher Mose zurück. Gefeiert wird ein rein historisches Ereignis: Die Wiedereinweihung des Tempels 164 v. Chr. In unserem Advent feiern wir also etwas ganz anderes – aber unser Brauch, in den vier Adventswochen jeweils eine Kerze mehr anzuzünden, hat in den Chanukkafeiern einen Vorgänger. Jüdische Familien entzündeten schon lange ihre Chanukkalichter, während Christen weder Adventskranz noch Weihnachtsbaum kannten.

## Chanukka – Das jüdische Lichterfest

Unmittelbar nach Einbruch der Dunkelheit, wenn die ersten Sterne zu sehen sind, werden zu Hause in der Familie die Chanukka-Kerzen angezündet, dabei leuchtet jeden Abend eine Kerze mehr. Insgesamt dauert das Fest acht Tage, am Ende brennen also acht Kerzen. Verwendet wird ein besonderer Leuchter, er hat nicht nur acht Arme, sondern noch einen neunten, zusätzlichen: Den sogenannten Diener (Schamasch), mit ihm werden die anderen Kerzen entzündet. Nach dem jüdischen Kalender beginnt das



Fest jeweils am 25. Tag des Monats Kislew (November/Dezember). In diesem Jahr wird nach unserer Zählung am Vorabend des 28. November die erste Kerze entzündet (der jüdische Tag beginnt immer am Vorabend).

## Was wird gefeiert? – Die Makkabäerkämpfe

Chanukka erinnert an die Wiedereinweihung des zweiten Jerusalemer Tempels im Jahr 164 v. Chr. Wörtlich bedeutet „Chanukka“ „Einweihung“: Israel feierte die Befreiung von der syrischen Fremdherrschaft. Das dramatische dieser Unterdrückung bestand darin, dass Antiochus IV versucht hatte, den jüdisch-bibli-



schen Glauben vollständig auszurotten. Das Anbeten JHWHs war verboten, der Jerusalemer Tempel war geplündert und entweiht worden, ja sogar als Schweinestall genutzt. Der oberste Gott sollte nun der griechische Göttervater Zeus sein, er musste im ganzen Großreich verehrt werden. Für gläubige Juden ging dieser Verstoß gegen das erste Gebot zu weit, mutig schloss sich eine Gruppe Widerstandskämpfer zusammen und setzte sich tapfer zur Wehr. Führend war das Geschlecht der Makkabäer, ein Priestergeschlecht. Unter Judas Makkabäus schafften sie den Überraschungssieg und eroberten den Tempel zurück. Gefeierte wird mit Chanukka aber weniger dieser militärische Sieg, als das Überleben des jüdisch-biblischen Glaubens überhaupt. Der Gott Israels hat sich selbst als der wahre Gott erwiesen!

**BIBELTEXT:**

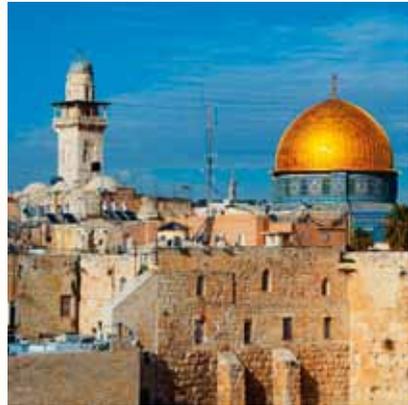
1. Makkabäer, 1–4

Nachzulesen ist die aufregende Geschichte in den Makkabäerbüchern in den Apokryphen der Bibel. Nicht verschwiegen wird auch, dass nicht wenige Juden aus der Oberschicht vom Glauben abfielen, weil sie Zeus „schicker“ fanden.

## Das Ölwunder

Nach der Wiederherstellung des Jerusalemer Tempels wurde dann ein achttägliches Weihfest gefeiert, dieses wurde jährlich wiederholt. Spätestens nach der Zerstörung des Tempels durch die Römer im Jahr 70 n. Chr. veränderte sich jedoch der Charakter: Aus der großen öffentlichen Feier wurde das familiäre Lichterfest, ins Zentrum rückte nun das Ölwunder, das im Talmud (babylonischer Talmud 5. Jh. n. Chr.) überliefert ist:

Zur Wiedereinweihung des Tempels benötigte man dringend reines Öl, das nicht für andere Götter missbraucht worden war. Man wollte endlich den siebenarmigen Leuchter auf dem Altar wieder anzünden. Da entdeckte man in einem Versteck noch einen kleinen Krug mit reinem Öl – versiegelt mit dem Zeichen des Hohenpriesters. Voller Freude entzündete man den Leuchter – und das Öl reichte wider Erwarten für acht Tage! Genauso lange, wie es dauerte um neues reines Öl herzustellen.





Dieses Wunder wird nun mit dem allmählichen Anzünden der Chanukkalichter nachvollzogen. Dabei ist es wichtig, dass der Leuchter nicht innen im Haus „versteckt“ wird, sondern von außen zu sehen ist: Er wird auf die Fensterbank gestellt, als mutiges Bekenntnis zum jüdischen Glauben, auch in Zeiten der Bedrängnis.

So sahen also Christen die Chanukkaleuchter brennen und dies inspirierte sie zu ihrem Adventskranz. Johann Heinrich Wichern baute hier ja den ersten für seine Heimkinder: Er nahm ein Wagenrad und setzte 23 Kerzen darauf – für jeden Tag eine, bis Heilig Abend.

## Chanukkabräuche – Dreidel und Latkes

Chanukka ist ein fröhliches Fest. Während die Kerzen brennen wird das Dreidel-Spiel gespielt und Gebäck verzehrt, in Erinnerung an das Öl Wunder ist dies in Öl gebraten. Beliebt sind Latkes (Kartoffelpuffer mit saurer Sahne und Apfelmus) und Berliner/Krapfen (Sufganiyot). Zu Chanukka gibt es feine kleine Geschenke – dies wurde unseren christlichen Weihnachtsgeschenken „abgeschaut“ – und das „Chanukkageld“, das in aller Regel gespendet wird. In osteuropäischen Gemeinden zogen Kinder am fünften Tag von Haus zu Haus.

## Anregungen für die Jugendarbeit

### Chanukka erleben

- In festlicher Atmosphäre wird die Geschichte von Chanukka erzählt, z. B. aus der Perspektive eines jungen makkabäischen Kämpfers.
- Im Anschluss wird 1. Makk. 1–4 gelesen.
- In der Mitte des Tisches werden die acht Kerzen (identische Kerzen, z. B. in einer flachen Schale stehend) mit einer neunten Kerze angezündet, nach süddeutschem jüdischen Brauch geschieht dies von links nach rechts.
- Das Dreidel-Spiel spielen (siehe Anleitung auf S. 20).
- Leckere Latkes selbst backen, ein Rezept findet sich unter: [www.jmberlin.de](http://www.jmberlin.de) oder gekaufte Berliner verzehren
- Austausch von kleinen Geschenken



## Gesprächsimpulse

Herausarbeiten der Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen jüdischem und christlichem „Lichterfest“:

Die Wiedereinweihung des Tempels bedeutet, dass Gott wieder in den Tempel eingezogen ist und dort inmitten seines Volkes wohnt, und – wie der Sieg der Makkabäer und das Ölwunder zeigen – sich seinem Volk zuwendet und ihm hilft. Er ist auf der Seite der Unterdrückten.

In der Adventszeit bereiten sich Christen auf das Kommen Gottes vor, sie glauben, dass Gott in Jesus zu den Menschen gekommen ist, um ihnen ganz nahe zu sein und zu helfen. Sowohl Juden als auch Christen verwenden für den kommenden und helfenden Gott das Zeichen des Lichts: „Das Volk das im Finstern wandelt, sieht ein großes Licht“ (Jesaja 9,1).



### MATERIAL:

ein Dreidel,  
Münzen wie  
Nüsse, Smarties  
o. Ä., eine Schale

## Das Dreidel-Spiel

Ein Dreidel ist ein würfelförmiger Kreisel, auf vier Seiten steht jeweils ein hebräischer Buchstabe. Dabei haben die Buchstaben zweifache Bedeutung. Für das Spiel schreiben sie jeweils vor, wie man sich zu verhalten hat. Gespielt wird um Chanukkamünzen: Nüsse, Smarties o. Ä. Alle Spielerinnen und Spieler bekommen je 20 Münzen und legen davon zwei in eine Schale in der Mitte. Der jüngste Spieler beginnt. Sind keine Münzen mehr in der Schale, muss jeder Spieler wieder zwei abgeben.

Die Dreidel-Buchstaben:

**N** für „Num“: Nimm nichts

**G** für „Gimmel“: Nimm ganz

**H** für „Heh“: Nimm die Hälfte

**S** für „Schin“: Leg zwei

### BEZUGSADRESSE:

Bestellen kann man  
Dreidel im Internet:  
[www.doronia.de](http://www.doronia.de)

Insgesamt ergeben die Buchstaben den Satz:  
Ness gadol haja scham: Ein großes Wunder geschah dort.



## Einen Dreidel selbst basteln

Die Vorlage auf Pappe kopieren, ausschneiden, zusammenkleben und einen Holzspieß durch das obere Loch stecken.

### MATERIAL:

Pappkarton,  
Holzspieß, Schere,  
Kleber, Stift

### DOWNLOAD:

Kopiervorlage unter  
[der-steigbuegel.de](http://der-steigbuegel.de)

## LITERATURTIPPS FÜR ALLE, DIE MEHR WISSEN MÖCHTEN

### Mack, Cornelia und Ulrich: Schatz der Zeiten – Den Reichtum des Kirchenjahres entdecken

Das Buch erklärt nicht nur, sondern gibt auch konkrete Anregungen zum Feiern.

### Mit Rabbiner Joel Berger durch das jüdische Jahr

### Solls der Chanukkabaum heißen, Das Arsenal, 3. verbesserte Auflage

Eine Sammlung von jüdischen Texten (Briefausschnitten, Tagebuchnotizen etc.), in denen Chanukkafeiern erwähnt werden – besonders interessant ist, wie schließlich der Weihnachtsbaum in Chanukka-Feste Einzug hielt.

Meike Kunze, Buchhändlerin, Studium der Theologie, Stuttgart

*liebt es abends bei Kerzenlicht zu sitzen. Gerne hätte sie miterlebt, wie in den Fenstern die ersten Chanukkaleuchter strahlen!*

# Turnschuh

## Was wirklich zählt!

**Gruppengröße:** variabel  
**Vorbereitungszeit:** sehr gering, nur wenig Material zu besorgen  
**Dauer:** variabel – Erzählung: 5 Min. – mit Spielen, Filmclip und Gesprächen

**Hinweis:** wer den Clip zeigen will benötigt Beamer und entsprechende Ausrüstung  
**Kombination:** Erzählung mit Spielideen

## Die wahre Geschichte des Läufers Derek Redmond

Dieser Gruppenentwurf kombiniert die Geschichte des Läufers Derek Redmond mit Spielideen. Diese Ideen können beliebig erweitert, ausgetauscht oder weggelassen werden – je nachdem, ob eine ganze Gruppenstunde oder nur ein kurzer Impuls geplant ist. Wer möchte kann das Ganze auch noch mit Film-Clip ergänzen. Mehr dazu auf S. 29.



## Das ganz andere Ende eines großen Läufers

### **MATERIAL:**

ein Paar abgenutzte Laufschuhe in die Mitte stellen

Nicht nur ein Paar Turnschuhe hatte er verbraucht und die Sohlen durchgelaufen. Er war ein sagenhaft guter Läufer, trainierte täglich. Er trainierte hart und diszipliniert. Seine Turnschuhe verstaubten nicht im Schrank. Sie waren im Dauereinsatz, gehörten zu ihm wie seine zweite Haut.

(Falls im Vorfeld Turnschuh-Spiele gemacht wurden, kann hier noch entsprechend passend eingesetzt werden: Er war mit Sicherheit der schnellste im Schuhe an- und ausziehen, er hatte so oft trainiert, dass er in rasender Geschwindigkeit seine Turnschuhe binden konnte. Wenn seine Turnschuh-Schnürsenkel rissen, hatte er in Windeseile neue eingefädelt. Und wenn er in einem Training oder gar Wettbewerb nicht seine Höchstleistung abrufen konnte, dann konnte er



schon auch mit großer Wucht seine Turnschuhe auf den Boden werfen und hüpfen lassen, oder einen Turnschuh-Wutweitwurf absolvieren. Aber nicht aus Spaß, sondern aus Wut, weil er nicht das Beste aus sich herausgeholt hatte.)

Derek Redmond. Geboren 1965 in Großbritannien. Ein exzellenter Läufer, der als Jugendlicher schon vor der Schule trainierte und nach der Schule mit dem Training weitermachte. Der all seine Zeit in den Sport investierte. All seine Zeit, all seine Kraft und all seine Hoffnungen.

Seine Spezialdisziplin waren 400 m Hürden. Derek war sehr erfolgreich. Er wurde englischer Meister, und er lief Rekorde. An seinen Turnschuhen konnte er über die Jahre die Erfolge erzählen. Mit diesen Turnschuhen hatte er diesen Rekord erstellt, mit jenen Turnschuhen jenen Wettbewerb gewonnen.

1985 verbesserte er den britischen Rekord im 400 m-Lauf, als er 44,82 Sekunden lief. 1986 erreichte er mit 45,25 Sekunden den vierten Platz bei den Europameisterschaften, nicht einmal eine Sekunde schneller war dann der tatsächliche Goldmedaillengewinner. Bei der britischen 4-mal-400-Meter-Staffel gewann Redmond Gold. Bei den Weltmeisterschaften 1987 stellte Derek Redmond einen neuen britischen Rekord mit 44,50 Sekunden auf – diese Liste könnte man lange fortsetzen, ein Erfolg nach dem anderen.

Und dann kamen die Olympischen Spiele. Er spornte sich zu noch mehr Trainingseinheiten an, übte, trainierte, kämpfte, hoffte. Er trainierte für die Olympischen Spiele 1988 in Seoul, Südkorea. Mit 159 gemeldeten Mannschaften, mit 8391 Athleten. Einer davon Derek Redmond. Derek fieberte auf diesen Höhepunkt seiner Karriere zu – und er verpasste ihn. Wegen einer Verletzung.

Aber er gab nicht auf, trainierte weiter, brachte Höchstleistung, und qualifizierte sich 4 Jahre später noch einmal.

Olympia 1992 in Barcelona. Dieser Tag sollte sein Tag werden! Die Turnschuhe standen bereit, Derek Redmond war bereit. An diesem Tag war das Halbfinale angesetzt, das Stadion in Barcelona gut gefüllt.

Derek wollte es endlich schaffen. Wollte ein Held sein – für sein Land, seine Familie, für sich selbst. Er wollte gewinnen, das war sein Traum. Dafür hatte er gut trainiert, und er hatte gute Chancen.





Das Rennen geht los, der Startschuss ist überall zu hören. Derek kommt gut weg. Er ist vorne mit dabei. Plötzlich, nach ungefähr 100 m wird er langsamer, hält sich sein Bein, bricht ab, gibt auf. Er kann nicht mehr rennen: ein Muskelfaserriss im Oberschenkel. Nichts geht mehr! Das Rennen geht weiter, aber Derek sitzt am Boden, mit schmerzverzerrtem, enttäuschtem, verzweifelterm Gesicht.

Vielleicht kennt ihr das auch. Alles läuft prima, man hat sich so viel vorgenommen. Und ganz unverhofft wird man ausgebremst, andere überholen einen, aus dem Traum vom Helden wird nichts, man ist am Boden. Die Hoffnungen zerstört. Was macht Derek Redmond jetzt? Reißt er sich die Turnschuhe von den Füßen, schleudert er sie von sich?

Derek Redmond ist am Boden. Aber bei Derek bleibt es nicht dabei. Er steht auf, unter Schmerzen, und beginnt auf einem Fuß weiterzuhüpfen. Er stößt die weg, die ihn abhalten wollen. Er will ins Ziel kommen, das hatte er sich vorgenommen. Er hüpfte auf dem gesunden Bein weiter, er kämpft weiter, obwohl man ihm die Schmerzen und die Enttäuschung ansieht. Er will es sich beweisen, den Tausenden im Stadion und den Millionen vor den Fernsehern.

Er hat nicht aufgegeben, er wirft seine Turnschuhe nicht weg, er geht nicht an den Rand der Laufbahn, er lässt sich nicht wegtragen, er läuft, humpelt weiter, auf seiner Bahn. Olympische Helfer wollen ihn aufhalten, von der Bahn entfernen, aber er lässt es nicht zu. Unter Schmerzen humpelt er – aber dem Ziel entgegen. Immer mehr werden auf ihn aufmerksam. Er läuft. Nicht mehr gegen Konkurrenz oder gegen die Zeit. Er läuft nur noch, um das Ziel zu erreichen.

Menschen erheben sich, sie applaudieren. Es ist eine unglaubliche Stimmung in diesem Stadion. Eine Stimmung aus Hochachtung und Respekt, Mitleid und doch Ehrfurcht. Die Zuschauer fühlen sich diesem Kämpfer verbunden.

Wer war der Sieger des Rennens? Es spielt keine große Rolle mehr. Der wahre Sieger ist Derek, der Schmerz und Enttäuschung besiegte und nicht aufgegeben hat.

Das hört sich schon sehr amerikanisch an. Ein schnulziges Happy End. Aber dies ist keine erfundene schnulzige Geschichte. Es hat sich tatsächlich so zugetragen. Derek Redmond hat tatsächlich alles gegeben, seinen Frust überwunden, die Enttäuschung hintenan gestellt und weitergekämpft. Ist es das, was von uns erwartet wird? Kämpfen, nicht aufgeben, nicht am Boden liegenbleiben? Aber in dieser Geschichte von damals spielt noch etwas anderes mit.



Ein dickerer Mann kämpft sich zu dem Läufer durch, schiebt entschlossen die Ordner weg. Er läuft neben Derek her und bietet ihm seine Schulter an. Derek ist so auf sich konzentriert, er will ihn zuerst auch wegstoßen. Bis er ihn erkennt. Bis er merkt, dieser Mann will ihn nicht vom Platz jagen, sondern er bietet ihm seine Schulter, er bietet ihm seine Hilfe an. Derek stützt sich auf und nimmt die Hilfe an. Dieser Mann gibt ihm Kraft und trägt ihn mit. Er nimmt ihm nicht alles ab, trägt ihn nicht auf Händen. Aber er begleitet ihn, bleibt neben ihm, stützt ihn. Dieser Mann ist Dereks Trainer – und sein Vater.

Er hatte Erwartungen an ihn. Er hatte die Hoffnung, dass sich alle Mühe auszahlt und er Olympiasieger werden würde. Als sein Trainer hat er ihn auch hart angenommen, hat ihn gefordert, hat ihn trainiert, auf den Sieg eingeschworen. Und Derek wollte siegen. Seinen Vater beeindrucken.

Wen wollen wir beeindrucken? Die Freunde? Den Partner? Die Arbeitskollegen? Die Nachbarn? Die Eltern? Vor wem wollen wir stark sein, oder meinen, stark sein zu müssen?

Im Stadion passiert das Beeindruckende: der Vater schimpft nicht mit seinem Sohn, er macht ihm keine Vorwürfe, er schickt ihn nicht vom Platz. Er legt den Arm um seine Schultern. Und die beiden gehen gemeinsam bis zum Ziel.

Was hier passiert, ist unglaublich. Die Zuschauer werden diesen Augenblick sicher nie vergessen: sie werden Zeugen eines unglaublichen Teams aus Vater und Sohn, das sich nicht um Leistung und Sekunden schert. Das eigentlich verloren hat, nach den Maßstäben dieser Welt – aber dieses Team aus Vater und Sohn, das sind die eigentlichen Sieger.

Derek beendet das Rennen in aller Schwachheit. Er beendet es mit der Kraft seines Vaters, der ihn stützt, der ihn trägt. Der ihn körperlich stärkt, aber auch innerlich.



Gottes Kraft ist in den Schwachen mächtig. Dieses Bild möchte ich euch mitgeben. Denn es ist keine Hollywoodschnulze und auch nicht nur eine schöne wahre Geschichte. Ich finde, es ist ein richtig gutes Gleichnis für uns.



Auch wenn wir nach den Maßstäben dieser Welt eher schwächlich als mächtig wirken, auch wenn wir nicht nur als die ersten Sieger in unseren Zielen ankommen – so dürfen wir darauf vertrauen, dass da unser himmlischer Vater ist, ganz in unserer Nähe. Der uns den Arm reicht und uns hilft auf unserem Weg. Kein Zauberkünstler, der den Schmerz und all das Unwegbare wegzaubert (auch wenn wir das manchmal so wünschen oder unsere Gebete so formulieren) – kein Zauberkünstlertott. Aber ein Vater, der uns aufhilft und mit uns weitergeht. An den wir uns anlehnen dürfen und mit seiner Kraft neu aufmachen.

Es geht nicht nur darum, vor anderen ein Held zu sein und den Maßstäben gerecht zu werden. Ein Held bin ich in Gottes Augen, wenn ich mit seiner Hilfe rechne, wenn ich Gottes Maßstäbe der Liebe in dieser Welt und bei mir und bei meinen Mitmenschen anlege.

## Turnschuh-Wettkampf-Spiele

Im Folgenden werden verschiedenste Spiele mit Turnschuhen aufgelistet. Diese können alle durchgeführt werden oder auch nur eine kleine Auswahl. Es ist möglich, einige Spiele vor der Erzählung einzuplanen, um auf das Thema hinzuführen und einige zur Vertiefung.

**Wertung:** Bei den folgenden Spielen kann man sich für zwei unterschiedliche Wertungen entscheiden. Entweder es wird alles in Einzelwertung gespielt. Dann spielen die Jugendlichen immer für sich und sammeln pro Spiel ihre eigenen Punkte. Oder es spielen zwei oder mehrere Gruppen gegeneinander (Wichtig: Material auf Gruppenanzahl anpassen!). Zum Teil können die Spiele als Staffel gespielt werden – hier gewinnt die schnellere Gruppe. Oder die Spiele werden mit ausgesuchten Spielern bestritten und ihre Wertungen pro Gruppe zusammengezählt – die Gruppe mit dem besseren Durchschnittswert gewinnt. Nur die Siegergruppe erhält fünf Siegpunkte pro gewonnenem Spiel.





Zwei Möglichkeiten wie die Wertung notiert wird: Die Punkte werden entweder öffentlich pro Person bzw. pro Gruppe aufgeschrieben oder in einer geheimen Liste, die erst am Ende für alle zusammengerechnet wird.

## Turnschuh-Wiegen

**Aufgabe:** Verschiedene Turnschuhe werden ansprechend in Szene gesetzt (z. B. auf Tischen und Stühlen in unterschiedlicher Höhe, auf Tortenspitzen...). Neben den einzelnen Turnschuhen liegen Nummernschildchen. Die Aufgabe besteht darin, pro Turnschuh das Gewicht zu schätzen und auf dem Schätzzettel neben der entsprechenden Nummer einzutragen.

**Wertung:** alle Schätzzettel werden miteinander verglichen. Die Person oder Gruppe, deren Wert dem Originalgewicht am nächsten kommt, bekommt 5 Punkte. Platz zwei bekommt 3 Punkte. Platz 3 bekommt 1 Punkt. Alle anderen Platzierungen gehen leer aus. Das Turnschuhgewicht kann entweder „live“ gewogen werden, was mehr Spannung erzeugt, aber auch mehr Zeit benötigt, oder es wird schon im Vorfeld gewogen und nun noch mit den Schätzungen abgeglichen.

### MATERIAL:

Turnschuhe unterschiedlicher Größe und von unterschiedlichen Herstellern, Nummernschildchen, Stifte + Turnschuhgewicht-Schätzblätter, Waage, evtl. Tortenspitzen oder Ähnliches

## Turnschuh-Weitwurf

**Aufgabe:** Am sinnvollsten wird dieses Spiel im Freien auf einer Wiese oder in einem langen Raum (z. B. Hausgang) durchgeführt. Ebenso sinnvoll ist es, ältere Turnschuhe zu verwenden, die einem die Würfe nicht übelnehmen. Geworfen wird ab der Startlinie, die Wurflänge wird mit einem Maßband vermessen.

**Wertung:** Der weiteste Werfer bekommt 5 Punkte, der zweitweiteste 3 Punkte, der drittweiteste 1 Punkt, die anderen gehen leer aus.

### MATERIAL:

1 Paar Turnschuhe, Maßband

## Turnschuh-Schnüren

**Aufgabe:** Nach dem Startschuss wird aus dem Turnschuh der Schnürsenkel herausgezogen und dann wieder richtig in die Ösen eingefädelt. Diese Zeit wird gestoppt. Die einzelnen Schnürzeiten

### MATERIAL:

1 Paar Schnürturnschuhe mit guten (nicht ausgefrans-ten) Schnürsenkeln, Stoppuhr



werden miteinander verglichen.

Als Staffelspiel: Zwei oder mehrere Gruppen treten gegeneinander an. Eine Person zieht die Schnürsenkel aus dem Schuh, fädelt ihn wieder ein und gibt ihn an die nächsten weiter ... Die schnellere Gruppe ist der Sieger.

**Wertung:** der schnellste „Schnürer“ bekommt 5 Punkte, der zweitschnellste 3 Punkte, der drittschnellste 1 Punkt, der Rest geht leer aus.

## Turnschuh-Schleifen-Binden

### MATERIAL:

mindestens 5 Paar Schnürturnschuhe, Stoppuhr

**Aufgabe:** Alle Schuhe werden in einer Reihe aufgestellt (bei einem Gruppenspiel zwei oder mehrere Reihen). Nach dem Startschuss bindet der Spieler der Reihe nach Schuh für Schuh eine Schleife. Es wird die Zeit gestoppt. Alternativ können die Schuhe auch so aufgestellt werden, dass zuerst eine Hürde überwunden werden muss, bevor man den nächsten Schuh binden kann, z. B. durchkrabbeln, über einen Stuhl, etc.

**Wertung:** Der schnellste Schleifenbinder bekommt 5 Punkte, der zweitschnellste 3 Punkte, der drittschnellste 1 Punkt, die anderen gehen leer aus.

## Turnschuh-Hüpfer

### MATERIAL:

ein älterer Turnschuh, Meterstab

**Aufgabe:** Man muss den Turnschuh mit viel Kraft auf einen markierten Punkt auf den Boden werfen. An dieser Stelle wird auch ein Meterstab vom Boden an nach oben gehalten. So kann abgelesen werden, wie hoch der Turnschuh nach dem Aufprall vom Boden wieder nach oben hüpft.

**Wertung:** Der höchste Hüpfer bekommt 5 Punkte, der zweithöchste Hüpfer erhält 3 Punkte, der dritthöchste Hüpfer 1 Punkt, die anderen gehen leer aus.

### MATERIAL:

2 Schuhlöffel,  
1 Paar Turnschuhe  
(wichtig: der Schuh sollte allen Mitspielern einigermaßen passen)

## Nachbar-Turnschuh

**Aufgabe:** Dieses Spiel kann nicht im Einzelwettkampf gespielt werden, es eignet sich nur für eine Gruppenwertung. Die beiden Gruppen sitzen sich gegenüber. Auf den Startpfiff



schnappt sich der letzte Spieler der Reihe Turnschuh und Schuhlöffel und rennt zum ersten Spieler. Der erste Spieler darf nur seinen Fuß hinhalten. Ihm wird nun der Schuh mit Hilfe des Schuhlöffels angezogen und anschließend zugebunden. Der Spieler mit dem Schuhlöffel setzt sich wieder auf seinen Platz am Ende der Reihe. Der erste Spieler zieht sich seinen eben angezogenen Schuh wieder aus und kniet nun vor dem zweiten Spieler, um diesem den Schuh anzuziehen. Wenn er fertig ist, setzt er sich wieder auf seinen Platz, der zweite Spieler zieht den Schuh wieder aus und beginnt, dem dritten Spieler den Schuh anzuziehen ... So wird gespielt, bis auch dem letzten Spieler der Schuh angezogen wurde, er sich den Schuh wieder auszieht und Schuh samt Schuhlöffel vor dem letzten Spieler abgelegt werden. Welche Gruppe ist schneller fertig?

**Wertung:** Die schnellere Gruppe erhält die 5 Siegpunkte.

## Vertiefungsmöglichkeiten

### DOWNLOAD:

You tube-Video: <http://www.youtube.com/watch?v=kZIXWp6vFdE>

Druckvorlage Karte mit You tube-Link als „Mitgebsel“ unter [www.der-steigbuegel.de](http://www.der-steigbuegel.de)

Je nach zur Verfügung stehender Zeit und Größe oder Interesse der Gruppe bieten sich unterschiedliche Vertiefungen an. Deshalb hier im Folgenden eine Auswahl von Möglichkeiten:

- Von diesem legendären Lauf Derek Redmonds gibt es You tube-Videos. Es lohnt sich, diese bewegenden Szenen gemeinsam anzuschauen. Falls dies nicht möglich ist, lohnt es sich zumindest, den Jugendlichen den Link mitzugeben, damit sie dies zu Hause anschauen können.
- Ein Gebet schließt sich an die Erzählung oder an das Video an.
- Impulsfragen für die Gruppen können sein: Was bringt mich zu Höchstleistungen? Wer oder was treibt mich an? Welche Ziele habe ich? Welche Maßstäbe setze ich an? Schubse ich Gott, meinen Vater, weg, der mir seine Schulter anbietet? Wie kann ich wahrnehmen, wo Gott mir seine helfende Schulter anbietet?

**Sybille Kalmbach, Jugendreferentin, Gärtringen,**

*deren Turnschuhe wohl nie solche abgelaufenen Sohlen bekommen werden wie die von Derek Redmond oder ähnlichen Sportlern ...*

# Thermometer

## Heiß oder kalt?

**Zielgruppe:** Jugendgruppen, Freizeiten...  
**Gruppengröße:** 6 bis 20 Personen  
**Dauer:** ca. 90 Minuten

**Vorbereitungszeit:** ca. 2 Stunden  
**Kombination:** Experimente, Spiele und Andacht

## Ein bunter Mix zu Temperatur und Thermometer

Heiß oder kalt sind Empfindungen. Thermometer messen Temperaturen genau. Wobei Empfindungen und Einschätzungen wichtig sind. Dieser Vorschlag kann in Mädchen- oder Jungengruppen oder auch in gemischten Gruppen durchgeführt werden. Das Alter der Jugendlichen sollte etwa 12 bis 17 Jahre betragen. Die Idee ist ein Mix aus Spielen, Experimenten, Quiz und Andacht zu Fragen der Temperatur und zum Thermometer.



### Spielideen und Experiment

#### Wertung

Vorschlag: Bei jedem Spiel bekommt die Gewinnergruppe die Note 1, die zweitbeste Gruppe die Note 2 usw. Die Einzelergebnisse werden am Schluss addiert. Gewonnen hat dann diejenige Gruppe mit der niedrigsten Summe.



## Spiel 1 – Da schmilzt das Eis

Bei etwa 12 Personen werden zwei Gruppen gebildet. Die Aufgabe besteht darin, dass der Eiswürfel in einer Hand möglichst rasch zum Schmelzen gebracht wird. Von den 6 Personen pro Gruppe werden die schnellsten vier Personen gewertet, d. h. diejenige Gruppe hat gewonnen, bei der zuerst vier Jugendliche ihren Eiswürfel in der Hand geschmolzen haben. Das Schmelzwasser läuft auf eine Papierserviette oder auf ein Tuch.

### MATERIAL:

Pro Person einen Eiswürfel (etwa 2,5 cm Länge, 2,5 cm Breite und 1,5 cm Höhe), Papierservietten zum Aufnehmen des Schmelzwassers

## Spiel 2 – Die richtige Mischung herstellen

Die Aufgabe besteht darin, dass die Gruppen in einem Glas Wasser mischen, das 40 °C warm ist. Es darf kein Thermometer verwendet werden. Zur Verfügung stehen Gefäße mit Leitungswasser (etwa 15 °C) und Gefäße mit 60 °C heißem Wasser. Die Mischungstemperatur von 40 °C soll durch Empfindung hergestellt werden. Ein Glas mit 40 °C (immer wieder mit Thermometer nachprüfen und heißes Wasser dazugießen) steht als Vergleichsobjekt zur Verfügung. Die Jugendlichen tauchen einen Finger in das Wasser mit 40 °C und in die eigene Mischung. Eine Zeitvorgabe von z. B. 5 Minuten wird vereinbart. Dann wird für jede Gruppe die Temperatur ihrer Wassermischung gemessen. Gewonnen hat, wer am nächsten an die 40 °C herankommt (die Temperaturdifferenz zählt!). Tipp: Die Gefäße auf Styropor stellen, dann kühlt das Wasser weniger schnell ab.

### MATERIAL:

Gläser, Teekocher zur Herstellung von Wasser, das 60 °C warm ist, Thermometer

## Experiment 1 – Wasser dehnt sich aus beim Erwärmen

Wenn Jugendliche in der Schule nachfragen, ob sie von den Lehrkräften in Physik oder Chemie ein Reagenzglas für Experimente in der Jugendgruppe bekommen können, dann wird das sicherlich klappen. Ein Digitalthermometer kann sicher auch von einer Schule ausgeliehen werden oder es müsste in einem Baumarkt gekauft werden.

Wenn man das Reagenzglas bis etwa 5 cm unterhalb des oberen Randes mit Wasser füllt, kann man das Glas mit der Hand festhalten, auch wenn das Wasser im Reagenzglas 85 °C heiß ist.

### MATERIAL:

ein Reagenzglas, eine Kerze und Streichhölzer, Papierservietten, Digitalthermometer



Das Experiment kann so vorgeführt werden: Die Jugendlichen stehen im Halbkreis um die Leitungsperson und können auch mitmachen. Mit einem Filzstift wird an das Reagenzglas in Höhe der Wasseroberfläche ein Strich angebracht. Das Wasser sollte gefärbt werden (z. B. durch Tinte oder durch kleine farbige Papierschnipsel von einer Serviette). Nun hält man das Reagenzglas in die Flamme einer Kerze. Das untere Teil des Glases wird durch Ruß schwarz, (den Ruß kann man nach dem Experiment leicht wieder abwischen). Mit einem Thermometer (besser Digitalthermometer) wird das Ansteigen der Temperatur verfolgt. Bald sieht man, dass sich das Wasser im Reagenzglas ausdehnt, d. h. die Wasseroberfläche steigt über den Markierungsstrich.



Die Jugendlichen können das Glas ebenfalls in die Kerze halten. Sie können auch die Temperaturmessungen durchführen.

### **Information:** Wie entsteht die Celsius-Skala?

Wenn man ein nicht geeichtes Thermometer in eine Mischung aus Eis und Wasser hält, stellt sich die Flüssigkeitssäule im Thermometer auf eine Stelle ein, der man 0 Grad Celsius zuweist. Man könnte diese Stelle mit einem Filzstift markieren. Hält man das Thermometer in kochendes Wasser (Vorsicht!), dann ergibt dies die 100 Grad Celsius Marke. Den Zwischenraum zwischen 0 Grad und 100 Grad unterteilt man in 10 gleiche Strecken und markiert diese mit 10, 20 bzw. 30 ... Die 10-Grad-Abschnitte könnten dann noch mal in 1-Grad-Schritte unterteilt werden.

Ich habe als Physiklehrer die Eichung mit der Celsiusskala mindestens 12 Mal durchgeführt (in Gruppenarbeit). Die Skalen waren häufig bis auf drei Prozent genau!

## **Quiz**

1. Bei welcher Temperatur schmilzt Gold?
2. Wie hoch ist etwa die Temperatur auf der Sonnenoberfläche?  
4000 °C, 5000 °C oder 6000 °C



3. Wie hoch ist die durchschnittliche Körpertemperatur des Menschen?
4. Welches Material kann mehr Wärme speichern: Wasser oder Sand?
5. Welche Energiemenge in Kilowattstunden braucht man ungefähr, um 100 Liter Wasser von 10 °C auf 30 °C zu erwärmen? 0,3 kWh, 3 kWh oder 30 kWh
6. Um wie viel Zentimeter ist der aus Eisen bestehende Eiffelturm (Höhe rund 300 m) an einem Sommertag mit 30 °C höher als im Winter bei minus 20 °C?
7. Warum kann man Beton und Stahl miteinander beim Bauen von Hochhäusern verbinden (im Hinblick auf die Erwärmung von Stahlbeton)?
8. Wie hoch ist etwa die Temperatur eines glühenden Wolframdrahtes in einer Glühbirne?
9. Wie hoch ist etwa die Temperatur des Kaffees?
10. Welche Temperaturskala wird häufig in England oder in den USA verwendet?
11. Bei welcher Temperatur schmilzt Eisen?
12. Der „normale“ Luftdruck (1013 Millibar) entspricht einer Höhe über dem Meeresspiegel von Null Meter. Dort siedet das Wasser bei 100 Grad Celsius. Bei welcher Temperatur siedet das Wasser auf 3000 m Höhe (Druck 700 Millibar)?



### Lösungen:

- 1) 1063 Grad Celsius, 2) 6000 Grad Celsius, 3) 37 Grad Celsius, 4) Wasser  
 5) 3 kWh entspricht etwa 0,60 Euro, 6) 18 Zentimeter, 7) Beton und Stahl haben den gleichen Längenausdehnungskoeffizienten, d. h. beide Stoffe dehnen sich bei Erwärmung gleich aus.  
 8) 2000 Grad Celsius, 9) 55 bis 60 Grad Celsius, 10) Fahrenheit-Skala, 11) 1539 Grad Celsius 12) 90 Grad Celsius

### Spiel 3 – Die richtige Empfindung

Durch Mischen von kaltem und heißem Wasser aus der Leitung werden drei Gläser Wasser mit den Temperaturen 40 °C bzw. 43 °C bzw. 45 °C bereitgestellt. Die Gläser werden auf Styropor gestellt, damit der Inhalt nicht so rasch abkühlt. Die Gruppen müs-

#### MATERIAL:

3 Gläser mit Wasser (40 °C, 43 °C und 45 °C), Styroporplatten als Untersetzer, Thermometer



sen nun durch Eintauchen eines Fingers in die jeweilige Flüssigkeit feststellen, in welchem Glas (Gläser mit 1 bzw. 2 bzw. 3 beschrifteten) das Wasser mit 45 °C, 43 °C bzw. 40 °C befindet. Jede Gruppe legt sich auf eine Antwort fest.

## Experiment 2 – Wie erreicht man tiefe Temperaturen?

### MATERIAL:

10 zerstoßene Eiswürfel, Glas oder Plastikbecher, Reagenzglas, Thermometer

Etwa 10 Eiswürfel werden in ein Handtuch gepackt und mit einem Metall- oder Holzhammer vorsichtig zerstoßen. Die Eissplitter kommen in ein Glas oder besser noch in einen Plastikbecher. In das zerstoßene Eis drücken wir ein Reagenzglas, das etwa 6 cm hoch mit Leitungswasser gefüllt ist. Mit dem Thermometer (besser: Digitalthermometer) messen wir die Temperatur des zerstoßenen Eises (etwa 0 °C) und des Wassers. Die Wassertemperatur nimmt relativ rasch von etwa 15 °C auf 6 bis 8 °C ab.

Frage: Was geschieht, wenn wir jetzt mehrere Kaffeelöffel mit Kochsalz (normales Speisesalz) unter das Eis rühren? Die nahe liegende Antwort, dass die Temperatur des Eises und damit des Wassers im Reagenzglas ansteigt ist falsch! Eis und Kochsalz vermischt ergibt eine so genannte „Kältemischung“, die Temperaturen von Minus 18 °C erzeugen kann (Eis: Salz wie 3:1 im Hinblick auf das Gewicht; doch so genau kommt es nicht darauf an!). Mit dem Thermometer stellen wir im Eis-Salz-Gemisch sofort

Temperaturen von Minus 12 Grad fest. Im Reagenzglas geht die Temperatur rasch auf Null Grad Celsius zurück. Bald bildet sich im Reagenzglas eine Eisschicht.



## Spiel 4 – Ja oder Nein

**Frage 1:** In einem Glas befindet sich ein Teelöffel, der am oberen Ende ca. 3 cm aus dem Glas herausragt. In das Glas wird bis zum Rand 90 °C heißes Wasser gegossen.

Frage: Kann man den Teelöffel aus Metall noch mit den Fingern festhalten (ca. 2 bis 3 Minuten lang) oder wird er zu heiß?



Antwort: Man kann den Teelöffel mit den Fingern festhalten. Die Stellen des Löffels, die sich im Wasser befinden, können nach dem Herausziehen nicht angefasst werden. Metall ist zwar ein guter Wärmeleiter, jedoch nicht so gut, dass man den Löffel nicht mehr anfassen könnte.

**Frage 2:** Kann auch als Wettbewerb durchgeführt werden: In Gläser wird 80 °C heißes Wasser so eingefüllt, dass das Wasser bis ca. 3,5 cm unterhalb des Glasrandes steht. Kann man das Glas mit „spitzen“ Fingern am oberen Glasrand festhalten? Ja, es geht. Glas ist kein guter Wärmeleiter. Als Wettbewerb: Glas immer höher mit heißem Wasser füllen. Wer muss das Glas zuerst abstellen?

**Frage 3:** Löst sich Zucker schneller in warmem oder in kaltem Wasser auf? Je ein Stück Würfelzucker wird in ein Glas mit Leitungswasser (ca. 15 °C) und in ein Glas mit ca. 50 °C heißem Wasser gelegt. Klar ist, dass der Würfelzucker sich im heißen Wasser schneller auflöst.



### Weitere Ideen

- Gleichartige Stäbe (nicht zu lang) aus Kupfer, Eisen, Aluminium und Glas in eine Kerzenflamme halten. Wer legt den Stab zuerst aus der Hand? (Die Person mit dem Kupferstab, da Kupfer der beste Wärmeleiter unter den vier Stoffen ist)
- Temperaturen schätzen und dann messen:
- Im Sommer oder im Herbst: Temperatur des Asphalts auf der Straße bei Sonneneinstrahlung; Temperatur eines dem direkten Sonnenlicht ausgesetzten Kupferblechs; Raumtemperatur; Temperatur von Steinen, die in der Sonne liegen; Temperatur eines Holzstückes, das in der Sonne liegt...
- Was heißt Anomalie des Wassers? Antwort: Wasser dehnt sich bei Erwärmung von 0 °C auf 4 °C nicht aus, sondern zieht sich zusammen. Wäre es anders, würden Seen vom Grund aus zufrieren und die Fische würden auf einer Eisfläche liegen.

### Andacht: Heiß oder kalt

In Osteuropa kam es im 18. Jahrhundert vor, dass reiche Leute ihre Häuser abends und nachts von Wachpersonal bewachen ließen. Ein solcher Wachmann war ei-



nes Abends unterwegs, als er am Waldrand auf einen berühmten Rabbi traf, der dort noch ein wenig spazieren ging. „Für wen gehst Du?“, fragte der Rabbi. Der Wachmann gab Auskunft. Danach fragte dieser Mann den Rabbi: „Und für wen geht Ihr, Rabbi?“. Der Rabbi war im Innersten aufgewühlt. Für wen ging er? Ging er für Gott, dem zu dienen seine wichtigste Aufgabe war? Lag ihm Gottes „Besitz“ am Herzen, seine gesamte Schöpfung, insbesondere die Menschen und noch einmal besonders die Kinder Israels?

**BIBELTEXT:**  
Offenbarung 3,16

Heiß oder kalt. Nichts dazwischen. Also nicht lau, nicht lauwarm. In der Offenbarung des Johannes sagt der auferstandene Christus an den Gemeindevorsteher in Laodizea: „Weil du aber lau bist und weder warm noch kalt, werde ich dich ausspeien aus meinem Munde.“ (Offb. 3,16)

Kaltes Wasser erfrischt im heißen Orient. Heiß ist aber auch gut. Die Beduinen in der Wüste trinken sogar in der Hitze heißen Tee. Lauwarmes Wasser aus einer Zisterne ist schlecht. Man spuckt es aus.

Christus erwartet von uns, dass wir heiß sind. Ganz bei der Sache. Dass wir für unseren Glauben eintreten. Dass es uns weh tut, wenn die Kirchen leer sind. Dass wir uns freuen, dass wir an Gott glauben können. Dass der heilige Geist unser Leben verändert. Dass man es in unseren Familien spürt, dass Christus uns zu unserem Vorteil aufgefördert hat: „Trachtet zuerst nach dem Reich Gottes“.

Wenn Christen lau sind, dann meinen sie, dass sie alles richtig machen. Dann ist der Glaube eine nette Verschönerung des normalen Lebens. Oft genug sind dann Erfolg, Macht und Geld wichtiger als Christus. Wenn man solchen Menschen sagen würde „Trachtet zuerst nach dem Reich Gottes“, dann würden sie einen vermutlich nur verständnislos anblicken. Jesus hat es ernst gemeint mit der Nachfolge. Er hat seinen Jüngern das Sorgen regelrecht verboten. Klar hat er ihnen gesagt: „Ihr könnt nicht Gott dienen und dem Geld“. Laue Christen meinen, dass man da einen Kompromiss finden muss. Wo Jesus „nein“ sagt, suchen laue Christen einen Kompromiss. Die Geschichte mit dem Rabbi geht noch weiter. Der Rabbi fragte den Wachmann, ob er für ihn, den Rabbi, arbeiten wolle. Der sagte erfreut zu und fragte, was denn seine Aufgabe sei. Der Rabbi antwortete: „Dass du mich immer daran erinnerst, dass ich Gott diene“.

Ich bin überzeugt, dass der auferstandene Christus an diesem frommen Juden seine Freude hatte.

**Manfred Pohl, Oberstudiendirektor, Schlatt**

*Er leitet mit anderen Mitarbeitern zusammen eine Jungengruppe.*

# Rollstuhl

## Ich bin frei!

# SPIELIDEE

**Zielgruppe:** Jugendgruppen, Freizeiten  
**Gruppengröße:** ab 6 Personen

**Dauer:** ca. 45 Minuten  
**Kombination:** Quiz und Andacht

## Ein Quiz zu einem ganz speziellen Fortbewegungsmittel

Als Hilfsmittel ist der Rollstuhl heutzutage nicht mehr aus dem Leben gehbehinderter Menschen wegzudenken. Bedeutet er doch Mobilität und die aktive Teilnahme am gesellschaftlichen Leben. Wir wollen uns dem Thema von einer ungewöhnlichen Seite her nähern – über ein Quiz.



### Die Geschichte des Rollstuhls

In welchem Land wurde der Rollstuhl um 1300 v. Chr. nachweislich erstmals benutzt?

Ägypten **China** Griechenland

In Padua/Italien entstand im ausgehenden Mittelalter das Bild eines Rollstuhles mit Seilzugantrieb. In welchem Jahr?

1350 1400 **1420**

In Deutschland baute der Uhrmacher Stephan Farfler, der an Kinderlähmung litt, 1655 den ersten Rollstuhl, den der Fahrer selbst antreiben konnte. In welcher Stadt lebte Farfler?

Heidelberg Berlin **Nürnberg**



In Bad Oeynhausen gründete der Gütersloher Heinrich Wilhelm Voltmann im 19. Jahrhundert eine Werkstätte, in der schnell auch Rollstühle hergestellt wurden. Daraus entwickelte sich die erste Rollifabrik Deutschlands. Wann gründete Voltmann seine Werkstätte?

1861 1871 1898

In welchem Land begann die Serienfertigung von Rollstühlen schon im 18. Jahrhundert?

Frankreich Schweden England

## Weitere Entwicklung des Rollstuhls

In Karlsruhe findet alle zwei Jahre eine internationale Fachmesse für Rehathechnik statt. Wie heißt diese Messe?

Rehab RehaCare Reha Fair

Waren alte Elektrorollstühle noch große bis ca. 250 kg schwere Fahrzeuge mit entsprechend schweren Motoren und Batterien, so wiegt heute ein normaler E-Rolli mit Batterie noch ca. 50 kg. Wie wird ein solcher moderner E-Rolli angetrieben?

Einzelradantrieb (2 Motoren) Naben-Antrieb 1 Motor mit Differential

Wann der erste E-Rolli gebaut wurde ließ sich nicht ermitteln. Der Bau von Elektrofahrzeugen begann aber lange vor benzingetriebenen Autos. Anfangs waren diese Elektromobile nicht größer als ein Straßen-E-Rolli heute. Zunächst wurden größere Autos gebaut. In den 20er-Jahren benutzten Menschen mit Mobilitätseinschränkung solche kleineren Elektromobile aus denen dann schließlich das hervorging, was man heute als E-Rolli bezeichnet. Wann wurde das erste nachweislich funktionierende Elektromobil in Paris gebaut?

1870 1881 1885

Welche der folgenden Firmen ist kein Rollstuhl-Hersteller?

Sopur Meyra Speedfix

Öfters sieht man am Straßenverkehr teilnehmende E-Rollis. Diese werden in der StVO als „mobiler Krankenfahrstuhl“ bezeichnet, dürfen nicht schwerer als 500 kg sein, müssen mit einer vollen Beleuchtungsanlage ausgerüstet sein und benötigen ein Versicherungskennzeichen (Mopedkennzeichen). Wie schnell dürfen diese Fahrzeuge bauartbedingt höchstens sein?

15 km/h 20 km/h 25 km/h



## Berühmte Persönlichkeiten im Rollstuhl

Welcher US-Präsident litt an Poliomyelitis und regierte daher sein Land vom Rollstuhl aus?

Grover Cleveland William McKinley  
Franklin D. Roosevelt



Der britische Physiker und Astrophysiker Stephen Hawking erkrankte 1963 an Amyotropher Lateralsklerose (ALS) und ist seit 1968 auf den Rollstuhl angewiesen. Er war von 1979 – 2009 Inhaber des Lucasischen Lehrstuhls für Mathematik an der Universität Cambridge. Welcher berühmte Physiker besetzte lange vor ihm diesen Lehrstuhl?

Sir Isaac Newton Michael Faraday Robert Hooke

Der bekannteste Rollstuhlfahrer in Deutschland ist wohl Bundesfinanzminister Wolfgang Schäuble. Welches politische Amt hatte er in der Wendezeit 1989/90 inne?

Wirtschaftminister Außenminister Innenminister

Alessandro Zanardi war von 1991 – 1999 Formel-1-Rennfahrer. Im Jahr 2001 verunglückte er auf dem EuroSpeedway Lausitz schwer und ist seitdem beinahe gelähmt. Bei den Paralympics 2012 in London gewann er 2 Goldmedaillen und 1 Silbermedaille. In welcher Sportart?

Rollstuhlfahren/Bahn Handbike/Straßenrennen Rollstuhlfechten

Im Jahre 1877 gründete die Rollstuhlfahrerin Margarete Steiff ein Filzgeschäft aus dem schnell eine kleine Fabrik für Stofftiere wurde. Heute genießen die Steifftiere Weltruf. In welcher schwäbischen Stadt gründete Margarete Steiff ihr Unternehmen und ist noch heute Sitz der Firma?

Giengen Heidenheim Aalen

Philipp II, ein europäischer König, benutzte schon 1595 einen Rollstuhl, da er an schwerer Gicht litt. In welchem Land herrschte er?

Frankreich Portugal Spanien



## Rollstuhlsport

Beim Rollstuhltanzen gibt es mehrere Tanzklassen. Wie heißt die Tanzklasse bei der ein Tanzpaar mit einem Tänzer mit Behinderung und einem ohne Handicap antritt?

Formationstanzen Combi-Tanzen **Duo-Tanzen**

Kurz nach dem 2. Weltkrieg initiierte der Neurologe Sir Ludwig Guttmann in Großbritannien die ersten sportlichen Wettkämpfe für Menschen mit Behinderung als Reha-Maßnahme für Kriegsverletzte. Wann fanden diese Wettkämpfe statt?

1946 **1948 (parallel z. d. Olymp. Spielen i. London)** 1950

Die Paralympics werden seit 1960 regelmäßig ausgetragen. Seit 1992 sind sie organisatorisch mit den Olympischen Spielen verbunden. 1972 fanden die Spiele in Deutschland statt. In welcher Stadt?

**Heidelberg** Köln Hamburg

Wie viele Sportarten wurden bei den London Paralympics 2012 in 501 Behinderungsklassen ausgetragen?

18 **21** 24

Paralympische Winterspiele wurden erstmals 1976 in Schweden ausgetragen. Bei den Winterspielen in Vancouver 2010 belegte Deutschland mit 13 Goldmedaillen Platz 1 in der Medaillenwertung. Zusammen mit der kanadischen alpinen Skifahrerin Lauren Woolstencroft belegte ein deutscher Athlet/eine deutsche Athletin mit 5 Goldmedaillen auch Platz 1 in der persönlichen Medaillenwertung. Wer?

Martin Braxentaler Gerd Schönfelder **Verena Bentele**

### Zusatzaufgabe:

Wer oder welche Gruppe kann in drei Minuten die meisten Rollstuhlsportarten aufschreiben? Beispiele: Badminton, Basketball, Boccia, Bogenschießen, Curling, Fechten, Gewichtheben, Golf, Handbike, (Kampfkünste), Kanu, Cart, Leichtathletik, Rollhockey, Rugby, Schwimmen, Se-





geln, Sledge-Eishockey, Sportschießen, Tanzen, Tauchen, Tennis, Tischtennis, Wasserski, (Wintersport)

## Rollstuhlfahrer in Film und Fernsehen

Eine Krimiserie in der ein Rollstuhlfahrer die Hauptrolle als Chief Ironside der Polizeibehörde einer US-Großstadt spielte war für die Fernsehgemeinde in den 1960er-Jahren absolutes Neuland. Rund 200 Folgen wurden von „Der Chef“ in den USA abgedreht, nur ein Bruchteil davon wurde auch in Deutschland ausgestrahlt. In welcher Stadt spielte die Serie?

New York Los Angeles **San Francisco**



Über das Leben von Margarete Steiff entstand 2009 auch ein deutscher Spielfilm. Wer spielte darin die Hauptrolle?

Stefanie Stapenbeck **Heike Makatsch** Sabine Petzl

Der französische Spielfilm „Ziemlich beste Freunde“ erzählt die Geschichte einer ungewöhnlichen Freundschaft zwischen dem Rollstuhlfahrer Philippe aus besseren Kreisen und seinem leichtlebigen Pfleger Driss. Seit einem Sportunfall ist Philippe auf den Rollstuhl angewiesen. Welche Sportart?

Fallschirmspringen **Paragliding** Drachenfliegen

In einem Kinderfilm nach einem Buch von Max von der Grün spielt der Rollstuhlfahrer Kurt als Mitglied einer Kinderbande mit, die eine Einbrechergruppe dingfest machen kann. Wie heißt der Film?

**Die Vorstadtkrokodile** Emil und die Detektive Meisterdetektiv Blomquist

In dem Spielfilm von 2006 „Wo ist Fred“ spielt Til Schweiger an der Seite von Jürgen Vogel einen Polier, der dem Sohn seiner Freundin einen besonderen Basketball besorgen will, um diese zu beeindrucken. Dazu spielt er einen Körper- und Sprachbehinderten im Rollstuhl, weil er meint, so bessere Karten zu haben. Wer spielt in dem Film die weibliche Hauptrolle?

**Alexandra-Maria Lara** Wolke Hegenbarth Simone Thomalla



## Andacht

### Jesus macht frei

Nach mehr als 30 Jahren beruflicher Zusammenarbeit mit behinderten meist jungen Menschen bin ich da und dort mit ihnen auch ins Gespräch über den christlichen Glauben gekommen – so auch mit meiner Mitautorin Nicole.

Als „Normalo“, wie wir nicht behinderten von Rollifahrern auch genannt werden, sollte man meinen, dass es für behinderte Menschen höchst erstrebenswert ist, sich ohne Hilfsmittel frei bewegen zu können. Ich habe da meist andere Erfahrungen gemacht. Nicole sagt zum Beispiel: „Ich sitze Zeit meines Lebens im Rollstuhl. Ich habe keine anderen Erfahrungen gemacht, für mich ist das normal, ich kenne nichts anderes.“

Wenn ich heute plötzlich laufen könnte, dann weiß ich nicht, ob ich mein Leben dann so meistern könnte wie jetzt, da mir einfach viele Erfahrungen fehlen würden. Und wenn mich Gott nicht in den Rollstuhl gesetzt hätte, dann hätte ich sicher nicht all die Freunde kennen gelernt, die mir so viel bedeuten. So bringe ich meine Gaben im Kreis meiner Familie, Freunde und Bekannten und auch im Beruf zur Freude dieser Menschen ein.“

#### **BIBELTEXT:** Markus 2,1–12

Behinderte Menschen gab es schon immer, auch zur Zeit Jesu. Einige Geschichten von der Begegnung Jesu mit behinderten Menschen sind uns in der Bibel überliefert. So auch in Markus 2: Vier Männer haben gehört, dass Jesus in Kapernaum ist, sie wollen Ihren Freund zu ihm bringen, der wegen eines schweren Gichtleidens nicht gehen kann.

Da aber viele Menschen den Eingang zum Haus versperrten, tragen die vier ihren Freund kurzerhand auf das Flachdach, decken es ab und lassen ihn zu Jesus hinab. Als Jesus den Glauben dieser Männer sieht sagt er zu dem Mann auf seiner Liege: „Sohn, deine Sünden sind dir vergeben.“ Auch einige Schriftgelehrte sind da, die sich darüber furchtbar aufregen, da nach den Heiligen Schriften der Juden nur Gott Sünden vergeben kann. Jesus erkennt ihre Gedanken und fragt sie: „Was ist einfacher – zu einem Menschen zu sagen, deine Sünden sind dir vergeben oder steh auf, nimm dein Bett und wandle? Damit ihr aber seht, dass des Menschen Sohn auf Erden Sünden vergeben kann“ spricht er zu dem Gelähmten: „Steh auf, nimm dein Bett und geh heim“. Der Mann steht auf, nimmt sein Bett und geht vor aller Augen hinaus.



Zunächst erfahren wir aus der Geschichte, dass es gut ist Freunde zu haben, gute Freunde zu haben, ob behindert oder nicht behindert. Gute Freunde, auch behinderte Freunde, können ein Leben bereichern, wie auch ich erfahren durfte. In der Geschichte war wichtig, dass die Freunde an die Macht Jesu glaubten, denn das veranlasste Jesus zu handeln.

Für Jesus war wichtig, dass die Menschen erkannten, dass durch die von ihm geschenkte Vergebung der Sünden der Weg zu Gott frei wird. Wir sind befreit von dem, was wir verkorkst haben. Wir können unbelastet zu Gott kommen. Deshalb befreit Jesus den Mann von seinem Leiden. Lassen wir uns von ihm auch von unseren Lasten befreien!

**Walter Engel, Leiter einer Sonderschule für Körperbehinderte, Rottenburg**

*arbeitet seit mehr als 30 Jahren mit behinderten Menschen zusammen.*

**Nicole Braun, Bürokauffrau, Balingen**

*ist Rollstuhlfahrerin und hat zusammen mit Walter Engel schon mehrere integrative Freizeiten durchgeführt.*

# Schwämme

## Soft und saugstark!

**Zielgruppe:** Jugendgruppen (auch Freizeiten, Konficamps, Gemeindefeste)  
**Dauer:** ca. 60 bis 120 Min. (einschließlich mit Andacht)

**Gruppengröße:** ab 20 Personen  
**Tipp:** Material als „Eiserne Reserve“ oder Notfallprogramm zusammenstellen  
**Kombination:** Spielideen und Andacht

## Spielideen mit Schwämmen

Schwämme in allen Formen und Farben eignen sich bestens zum Spielen – sowohl mit als auch ohne Wasser. Besonders bei warmem Wetter sind Spiele mit wasserge tränkten Schwämmen ein erfrischender Höhepunkt im Gruppenprogramm.



Um die Schwammspiele wetter- und jahreszeitenunabhängig durchführen zu können, wird ein bunter Mix an Spielideen vorgeschlagen, aus denen passende Spiele ausgewählt werden können. Die nachfolgenden Spiele sind Anregungen und Vorschläge. Schwämme laden geradezu ein, sich weitere Spiele ausdenken und diese auszuprobieren!

Zum Schluss gibt eine kurze Vorleseandacht Anregungen, das Thema in der Verkündigung und im Gespräch in der Gruppe aufzugreifen.

### Vorbereitung

Die Schwammspiele erfordern – wenn und soweit genügend Schwämme zur Verfügung stehen – eine geringe Vorbereitung. Für die meisten Spiele eignen sich Haushaltsschwämme, die oft günstig in größe-



ren Mengen in Restpostenverkäufen erworben werden können. Es können auch Schaumstoffreste zugeschnitten werden. Hier ist bei der Vorbereitung darauf zu achten, dass die zugeschnittenen Teile gleich groß sind.

Am einfachsten ist es, wenn für jedes Spiel spezielle Schwämme verwendet werden. Dann können die benötigten Schwämme in einer nur dieses Spiel betreffenden Tüte oder Schachtel sortiert bereitgehalten und aufbewahrt werden.

## Gruppeneinteilung

Die nachfolgenden Spielvorschläge sind so aufgebaut, dass die Teilnehmenden in zwei oder vier Gruppen aufgeteilt werden, wobei jede Gruppe aus mindestens vier und höchstens acht Personen bestehen sollte.

Während bei einigen Spielvorschlägen alle Jugendlichen gleichzeitig spielen, werden andere Spiele als Staffel durchgeführt. Bei Spielen, bei denen jeweils zwei Gruppen direkt gegeneinander antreten, wird das Spiel bei vier Gruppen als Turnier gespielt (d. h. zwei Halbfinals, Spiel um Platz 3 und Finale).

Bei mehr als 30 Teilnehmenden, beispielsweise auf Freizeiten oder Gemeindefesten, empfiehlt sich ein Stationenspiel, bei dem die Gruppen von Spielstation zu Spielstation wechseln.

## Spielideen

### Schwamm-Stapeln

Innerhalb einer vorgegebenen Zeit muss jede Gruppe mit den ihr zur Verfügung gestellten Schwämmen einen möglichst hohen Turm bauen.

**Wertung:** Gewonnen hat die Gruppe, die den höchsten Turm gebaut hat.

**Variante 1:** Das Spiel wird als Staffellauf durchgeführt. Jeweils eine Person läuft vom Startpunkt mit einem Schwamm los und baut mit dem Schwamm am Wendepunkt den Turm. Wenn der Turm umfällt, muss er sofort wieder aufgebaut werden.



#### MATERIAL:

je Gruppe eine gleiche Anzahl Schwämme (ideal sind kleine, gut stapelbare Küchenschwämme)



**Variante 2:** Die Schwämme werden im Gelände verteilt. Alle Teilnehmenden suchen gleichzeitig Schwämme und bringen diese zu der Stelle, an der der Turm gebaut werden soll. Jeder Teilnehmende darf immer nur einen Schwamm tragen!

## Schwamm-Paar

### MATERIAL:

je Gruppe einen Schwamm (bei Variante 2: zusätzlich je Gruppe zwei Eimer, davon einer mit Wasser gefüllt)

Jeweils zwei Teilnehmende klemmen zwischen ihre Stirn einen Schwamm und laufen dann eine Staffel. Wenn der Schwamm herausfällt, muss das Duo stoppen und den Schwamm vor dem Weiterlaufen wieder zwischen die Stirn klemmen.

Wertung: Sieger ist die Gruppe, die am schnellsten den Staffellauf beendet hat. Alternativ könnte die Gruppe gewinnen, die innerhalb der bestimmten Zeit die meisten Runden geschafft hat.

**Variante 1:** Der Schwamm wird zwischen die Rücken der Teilnehmenden geklemmt.

**Variante 2:** Das Spiel kann auch mit nassen Schwämmen gespielt werden. Am Start wird der Schwamm mit Wasser getränkt. Beim Wechseln wird das noch vorhandene Wasser in einen Messbecher ausgedrückt. Gewonnen hat die Gruppe, die bei Spielende das meiste Wasser ins Ziel transportiert hat.

## Schwamm-Karussell

### MATERIAL:

je Gruppe drei Schwämme (bei Variante: zusätzlich je Gruppe zwei Eimer, davon einer mit Wasser gefüllt)

Die Jugendlichen jedes Teams stellen sich im Abstand von jeweils 2 bis 3 Metern im Kreis auf. Jede Gruppe bekommt drei Schwämme. Diese müssen jeweils dem nächsten zugeworfen werden. Wenn der Schwamm nicht gefangen wird, muss er vom Werfer aufgehoben und von seiner

Ausgangsposition aus erneut geworfen werden.

**Wertung:** Sieger ist die Gruppe, die innerhalb der bestimmten Zeit die meisten Runden geschafft hat.





**Variante:** Auch dieses Spiel kann mit nassen Schwämmen gespielt werden. Bei einem Teilnehmenden steht ein Eimer mit Wasser. Dieser tränkt den Schwamm vor dem Werfen mit Wasser. Die ankommenden Schwämme werden in einen zweiten Eimer ausgewunden und dann erneut mit Wasser getränkt in die nächste Runde geschickt. Gewonnen hat die Gruppe, die bei Spielende das meiste Wasser ins Ziel transportiert hat.

## Schwamm-Boccia

In etwa 4 bis 5 Meter Entfernung von einer Startlinie wird ein großer Schwamm gelegt. Jede Gruppe bekommt 5 kleine Schwämme. Abwechselnd wirft von jeder Gruppe ein Teilnehmender einen kleinen Schwamm auf oder möglichst nah an den großen Schwamm.

**Wertung:** Ein kleiner Schwamm, der auf dem großen Schwamm liegt, zählt 10 Punkte. Alle anderen Schwämme werden absteigend je nach Entfernung mit 7, 6, 5, 4 usw. Punkten bewertet.

**Variante 1:** Mit weniger Schwämmen pro Gruppe spielen, dafür aber mehrere Runden.

**Variante 2:** Draußen kann das Spiel auch mit in Wasser getränkten Schwämmen gespielt werden. Je nach Wassermenge haben die Schwämme unterschiedliche Flugeigenschaften.

## Schwamm-Motiv

Jeweils ein Teilnehmender muss mit einem Bodenbild aus Schwämmen einen Gegenstand darstellen. Die anderen Teilnehmenden seiner Gruppe müssen den Begriff raten.

Beispiele für geeignete Begriffe: Tanne, Welle, Dreieck, Haus, Anker, Fisch, Gabel, Raute, Blume, Hammer...

**Tipp:** Begriffe auf Karten schreiben und jeder Gruppe die gleiche Anzahl zulosen

**Wertung:** Sieger ist die Gruppe, die innerhalb einer bestimmten Zeit (z. B. 3 Minuten) die meisten Begriffe erraten hat. Alternativ könnte die Zeit gewertet werden, die für das Erraten von fünf Begriffen benötigt wird.

### MATERIAL:

großer Schwamm,  
(bei 4 Gruppen à  
5 Schwämmen) 20  
kleine Schwämme,  
evtl. Maßband/Me-  
terstab zum Messen

### MATERIAL:

viele (mindestens  
40) Schwämme  
(mit kleinen  
Schwämmen glei-  
cher Größe können  
am schnellsten Mo-  
tive gelegt werden)



**Variante:** Alle Teilnehmenden dürfen gleichzeitig raten. Jeder erratene Begriff gibt einen Punkt für diese Gruppe.

## Schwamm-Hampelmann

### MATERIAL:

Teppichfliese, mindestens 10 kleine Schwämme (für Variante: zusätzlich Eimer und Wasser)

Jeweils ein Teilnehmender der gegnerischen Gruppe stellt sich auf eine 30 cm x 30 cm Teppichfliese.

Dieser darf sich beliebig bewegen, muss aber stets mit beiden

Füßen die Teppichfliese berühren. Die Teilnehmenden der anderen Gruppe bekommen nun 10 Schwämme, die sie nacheinander aus etwa 2 bis 3 Meter Entfernung auf den „Hampelmann“ werfen.



**Wertung:** Jeder Treffer gibt einen Punkt. Wenn der „Hampelmann“ nicht getroffen wurde, aber die Teppichfliese verlassen hat, gibt es auch einen Punkt.

**Variante:** Noch mehr Spaß macht das Spiel bei warmem Wetter mit in Wasser getränkten Schwämmen!

## Schwamm-Quiz

### MATERIAL:

vier Körbe/Plastikwannen (beschriftet mit A, B, C und D), evtl. Spielfeldmarkierung, pro Gruppe einen (größeren) Schwamm, Quizfragen mit jeweils einer richtigen und drei falschen Antworten

Alle Teilnehmenden verteilen sich in einem großen Raum oder auf einem Spielfeld. An einer Seite des Spielfelds stehen vier Körbe beschriftet mit den Buchstaben A, B, C und D. An der gegenüberliegenden Seite steht von jeder Gruppe ein Teilnehmender mit einem Schwamm (Startspieler). Die Spielleitung liest eine Frage vor und vier mögliche Antworten (A, B, C und D). Der Schwamm muss in den richtigen Korb geworfen werden. Beim Werfen, Auffangen oder Aufheben des Schwamms darf man sich nicht bewegen. Nur der Startspieler darf den Schwamm wieder ins Spiel bringen.

**Wertung:** Bei jeder Frage bekommt die Gruppe, deren Schwamm als erstes den richtigen Korb erreicht hat, einen Punkt.



## Anregungen zur Verkündigung

Was ist das Besondere an einem Schwamm? Schwämme sind bunt, sie sind leicht, können prima geworfen werden. Das Besondere an einem Schwamm ist seine Saugfähigkeit. Jeder Schwamm „wartet“ nur darauf, mit Wasser getränkt zu werden. Umso mehr, desto besser.

Jesus hat seine Jünger ganz besonders im Hinblick auf schwierige Zeiten, auf Durststrecken im Leben eingeladen: „Kommt her zu mir, alle die ihr mühselig und beladen seid; ich will euch erquicken.“ (Mt. 11, 28).

Genauso wie ein trockener Schwamm nutzlos ist, bleibt in uns eine innere Leere, solange wir nicht von Jesus erfüllt sind. Jesus möchte uns erquicken, er möchte uns durchdringen und umgeben wie das Wasser einen getränkten Schwamm.



Je mehr ich Worte und Gedanken von Jesus verinnerliche und zu meinen Gedanken mache, umso mehr sauge ich ihn auf. Bibellesen und Beten machen mir Jesus immer vertrauter. Erquickend ist auch, wenn ich mit anderen über Jesus, Erlebnisse mit ihm und bestehende Zweifel rede.

Ein getränkter Schwamm verliert mit der Zeit das gespeicherte Wasser. Wenn er lange genug in der Sonne liegt, trocknet er aus. Der Schwamm will immer wieder neu getränkt werden.

Auch wenn bestimmte Erlebnisse mit Jesus dein ganzes Leben prägen können, so „erquickt“ Jesus regelmäßig frisch und nicht mit einer Konserve. Deshalb lädt er ein, immer wieder zu ihm zu kommen und Lasten bei ihm abzulegen.

Ich wünsche dir viele „Schwammerlebnisse“ mit Jesus – und die Sehnsucht, möglichst viele Worte der Bibel „aufzusaugen wie ein Schwamm“!

**Andreas Lämmle, Notar, Altensteig**

*... ist immer wieder neu begeistert wie mit ganz alltäglichen Gegenständen spannend gespielt und anschaulich verkündigt werden kann*

# Küchenwecker

## Die Zeit läuft

**Zielgruppe:** Jugend- und Konfigruppen,  
Freizeiten ...

**Dauer:** variabel – kann frei gestaltet  
werden

**Vorbereitung:** Besorgen des Spielmaterials,  
Aufbau von kleineren Stationen

**Kombination:** Spielideen und Andacht

## Spielideen rund um den Küchenwecker

Es geht darum ein Gespür für Zeit zu haben bzw. wieder zu bekommen. Entscheidend ist oft nicht, etwas möglichst schnell zu tun, sondern dass die vorgegebene (bzw. geschätzte) Zeit und die tatsächliche Zeit möglichst gut übereinstimmen. Viele Jugendliche sind rund um die Uhr beschäftigt. Dieser Entwurf kann ein Stück zur Entschleunigung beitragen.



Die Spiele können sowohl in Teams gespielt werden wie auch einzeln. Disziplinen sind: Einschätzung dessen, wie lange etwas braucht. Wie viel schaffst du in einer bestimmten Zeit? Wer schafft es so fertig zu werden, dass möglichst wenig Zeit zwischen der Beendigung der Aktion und dem Gongschlag liegt.

### Wertung

Jedes Spiel zählt für sich (sonst wird es zu kompliziert). Wer gewonnen hat, bekommt einen kleinen Preis. Oder: Ihr könnt ggf. pro Spiel eine Gewinnerin oder einen Gewinner ermitteln. Pro gewonnenem Spiel gibt es dann einen Punkt.



## Allgemeine Materialien

Wir benötigen mehrere Küchen- bzw. Kurzzeitwecker. Diese dienen zum einen dazu, nach einer vorgegebenen Zeit zu klingeln – zum anderen um Zeit zu stoppen.

Wer auf seinem Smartphone eine entsprechende App hat, kann natürlich diese einsetzen. Dies sollte im Vorfeld (die Woche zuvor) angekündigt werden. Ebenso brauchen wir einfache Taschenrechner. Auch hier kann eine kleine App gute Dienste leisten. Zusätzlich wird Schreibzeug zum Notieren der Ergebnisse gebraucht, ebenso die bereits erwähnten kleinen Preise – entweder je Spiel oder für die Gesamtleistung. Die anderen Materialien sind beim jeweiligen Spiel angegeben.

## Spielideen

### Die Stoppuhr im Kopf

#### MATERIAL:

Küchenwecker oder Timer

#### Hier einige Varianten

- Im Kopf mitzählen, wie lange x Sekunden sind
- Der Zeitraum darf von dem Spielenden selbst gewählt werden, muss aber mindestens 100 Sekunden betragen.
- Als Guthaben bekommt jeder Spieler eine Anzahl „eigener“ Sekunden. Gewertet wird außerdem, um wie viele Sekunden die Person beim Schätzen daneben liegt. Jede Sekunde zu viel oder zu wenig wird vom Guthaben abgezogen. Eine „Punktlandung“ gibt 5 Sekunden Sonderguthaben.

#### Beispiel 1

Eine Spielerin will auf 110 Sekunden schätzen. Sie hat also 110 Punkte. Sie ruft erst nach 117 Sekunden „Stopp“. Also Abzug von 7 Sekunden, was einen Punktestand von 103 ergibt.

#### Beispiel 2

Ein Spieler will auf 120 Sekunden schätzen. Er hat also 120 Punkte. Er macht eine Punktlandung und bekommt somit 5 Sekunden Sonderguthaben. Er hat nun 125 Punkte. Die Spieler der anderen Teams dürfen akustische Ablenkungsmanöver durchführen.



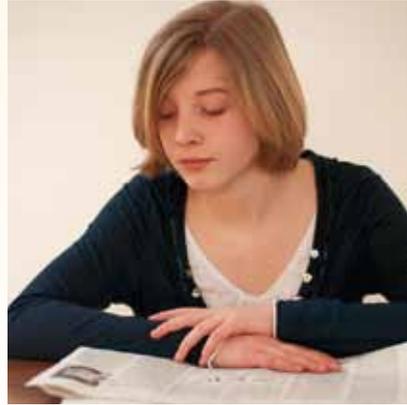
## Vorlesedauer schätzen

### MATERIAL:

Küchenwecker oder Timer, kurze Texte (z. B. Zeitungsartikel, Bibeltexte...)

**Variante 1** – Wie lange brauchst du, um einen bestimmten Text zu lesen?

Der Text wird vor den anderen Jugendlichen laut und verständlich vorgelesen. Wichtig: Es geht nicht um Schnelligkeit, sondern darum, die eigene Vorlesezeit richtig einzuschätzen. Die Jugendlichen suchen sich ihre Texte selbst aus. Nach einer kurzen Vorbereitungszeit mit stillem Probesprechen geht's los. Dieses Mal sind keine Störmanöver zugelassen.



**Variante 2** – Die Speed-Version

Jetzt geht es darum, möglichst viel Text in 30 Sekunden verständlich(!) vorzulesen. Alle Spieler haben denselben Text. Die Spieler, die nicht an der Reihe sind verlassen den Raum (sollen außer Hörweite sein).

**Variante 3** – Die Punkt-Landungs-Version

Wer schafft es, einen Bibeltext in exakt x Sekunden laut und verständlich zu lesen. Es zählt nur wer am nächsten an seinen selbst geschätzten Wert rankommt.

**Variante 4** – Timing

Wer kann am schnellsten von 87 bis Null laut und verständlich runterzählen?

## Kannst du exakt 60 Sekunden lang Seilspringen?

### MATERIAL:

Küchenwecker oder Timer, Hüpfseil

**Hier wieder einige Spielvarianten:**

- Ein Spieler beweist seine Ausdauer im Seilspringen indem er 60 Sekunden durchhält.
- Ein anderer Spieler des gleichen Teams stellt sein gutes Zeitgefühl unter Beweis und schätzt die 60 Sekunden ab. Abgezogen werden die Sekunden, um die sich der zweite Spieler verschätzt hat.



- Es wird laut mitgezählt.
- Ergänzend kann auch die Anzahl der Sprünge mitgewertet werden.

## Wie viele Liegestützen schaffst du in x Sekunden?

Auch hier geht es wieder um sportliche Leistung und um die richtige Einschätzung. Der Spielende wählt beide Werte selbst (Anzahl Liegestütze und benötigte Zeit). Hier gilt zunächst „Hopp oder top“ – wer zu hoch gepokert hat und die vorgegebene Anzahl nicht schafft, bekommt keine Punkte.

Wenn er es schafft, bekommt er pro Liegestütze 10 Punkte. Diese werden durch die Zahl der Sekunden geteilt.

### Beispiel 1

Gesetzt sind 10 Liegestützen in 20 Sekunden. Gebraucht werden 17 Sekunden. Also  $10 \text{ Liegestützen} \times 10 = 100$ . Geteilt durch 17 Sekunden = 3,75 Punkte. Schafft er es in 19 Sekunden, erhält er  $100 \text{ Punkte durch } 19 \text{ Sekunden} = 5,26$  Punkte.

### Beispiel 2

Gesetzt sind 15 Liegestützen in 20 Sekunden. Gebraucht werden 17 Sekunden. Also  $15 \text{ Liegestützen} \times 10 = 150$ . Geteilt durch 17 Sekunden = 8,82 Punkte.

#### MATERIAL:

Küchenwecker oder Timer

## Andere schätzen, wie lange du für x Liegestützen brauchst

Der Spielende soll 10 Liegestützen machen. Die anderen schätzen für sich, wie lange er dafür braucht – geben dies aber nicht bekannt. Alle bekommen einen Taschenwecker, der rückwärts zählt. Sie stellen darauf die Dauer ein, die sie schätzen. Klingelt ein Wecker vorher, scheidet der Spieler aus. Gewonnen hat, wessen Wecker als erstes klingelt, nachdem die 10 Liegestützen gemacht worden sind. Statt Liegestützen kann natürlich auch irgendetwas anderes gemacht werden.

#### MATERIAL:

Küchenwecker oder Timer

## Wer kann am längsten gurgeln?

Jeder Spielende bekommt einen Becher mit Wasser und gurgelt so lange wie möglich (hörbar).

Ihr könnt das Ganze steigern, wenn ihr dem Wasser ätherische Öle oder andere Zutaten beimischt. Es sollte aber weder Alkohol noch

#### MATERIAL:

Küchenwecker oder Timer, Becher, Wasser, evtl. ätherische Öle, evtl. Kochlöffel und Kochtopf



Spülmittel sein (auch wenn dies noch so schön schäumen würde). Anstatt gurgeln kann man den Spieler auch mit Kochlöffeln auf einen Kochtopf trommeln lassen.

### Wie viel Eis kannst du in x Sekunden auftauen?



#### MATERIAL:

Küchenwecker oder Timer, Eiswürfel (entsprechend kühl lagern), digitale Küchen- oder Briefwaage

Alle Spielenden bekommen einen Eiswürfel (sollten alle gleich groß sein). Ihr habt 60

Sekunden Zeit und sollt so viel wie möglich des Eiswürfels zum Schmelzen bringen (in den Händen, im Mund, in der Hosentasche ...). Danach wird auf einer feinen Küchen- oder Briefwaage gemessen wie viel der Rest des jeweiligen Eiswürfels wiegt. Ihr könnt die Reste aber auch einfach nebeneinander legen und schätzen.

#### Variante:

Wenn ihr euch genug Zeit nehmen wollt, könnt ihr auch darauf setzen, wer den kompletten Eiswürfel am schnellsten zum Schmelzen bringt. Oder ihr lasst schätzen, wie lange man braucht, um ihn in den Händen, im Mund ... ganz zu schmelzen.

### Trink-Parcours

#### MATERIAL:

Küchenwecker oder Timer, Becher und Wasser

Der Spieler beginnt in der Mitte einer geraden Strecke. An beiden Enden der Strecke stehen mit Wasser gefüllte Becher. Er läuft zuerst zu Becherstation A und trinkt eine der Becher leer. Dann läuft er zur Becherstation B und leert auch dort einen Becher. Das wiederholt er so lange, bis alle Becher leer sind. Er darf dabei eine Maximalzeit nicht überschreiten. Während der ganzen Zeit schätzt er,

wie lange er braucht, um beide Becher zu leeren. Gewonnen hat der Spieler, der die Zeit am besten geschätzt hat.



## Parallel-Home-Run

Grundlage ist das vorherige Spiel. Es wird jetzt aber mit mehreren Spielern bzw. Teams parallel gespielt. Wie beim Baseball geht es um einen „Home-Run“, d. h. der Spieler muss rechtzeitig einen bestimmten Punkt erreichen und abschätzen, ob er das noch schafft. Die Spieler haben pro Runde 60 Sekunden Zeit. Sie müssen möglichst oft den Parcours zurücklegen. Auf Kommando rennt ein Spieler von jedem Team los, trinkt den Becher leer und kehrt zum Ausgangspunkt zurück. Ein Mitspieler oder jemand aus dem Mitarbeiter-team sagt ihm, wie viel Zeit noch bleibt. Er entscheidet, ob er noch eine weitere Runde schafft und gegebenenfalls losrennt. Schafft er es nicht, in der restlichen Zeit wieder zurückzukommen, bekommt er in dieser Runde keinen Punkt. Ansonsten bekommt er pro „run“ 10 Punkte. Nach Ablauf der 60 Sekunden beginnt eine neue Runde. Jetzt kann der Spieler wieder teilnehmen. Die Entfernung, die Menge des Wassers und die Zeit pro Runde müssen aufeinander abgestimmt sein. Lieber die Zeit großzügig bemessen und die Strecke und die Trinkmenge etwas kleiner halten, dann kann man mehr Runden erzielen.

**MATERIAL:**  
Küchenwecker oder Timer, genügend Becher und Wasser für alle

## Die Reise nach Jerusalem mit Aufgaben

Im Raum oder Gelände sind verschiedene kleine Spielstationen aufgebaut. Die Jugendlichen laufen von Station zu Station. Wenn der Wecker klingelt muss jeder Spielende zu der Station, die am nächsten liegt. Dort stehen 60 Sekunden zur Verfügung, um die Aufgabe möglichst gut zu lösen. Dann kommt der nächste Durchgang. Auf ein Kommando laufen alle weiter. Durch die willkürliche Verteilung kann es sein, dass eine Person mehrmals auf dieselbe Station trifft und andere Stationen gar nicht aufsucht. Es ist also durchaus reizvoll, wenn sich die Stationen voneinander unterscheiden. Beispiele für Stationen: Seilhüpfen, Liegestützen, Sit-ups, Schleifen in einen Bindfaden oder ein Stück Wolle binden...



**MATERIAL:**  
Küchenwecker oder Timer, Gegenstände für die Stationen



## Andacht

„Jetzt ging es ja die ganze Zeit darum, Zeiträume richtig zu schätzen. Oder zu schätzen und zu testen, was wir in einer bestimmten Zeit so hinbekommen.“

Weißt du, was ein durchschnittlicher Mitteleuropäer im Lauf seines Lebens so alles macht und wie viel Zeit er dabei verbringt?

In 80 Jahren verbringt er:

6 Jahre mit Putzen, Kochen, Staubsaugen

5 Jahre mit Warten auf irgendwas

2 Jahre mit Körperpflege

2 Jahre mit dem vergeblichen Versuch, Leute anzurufen

1 Jahr damit, verlegte Gegenstände zu suchen

6 Monate unseres Lebens stehen wir vor roten Verkehrsampeln und

3 Monate verbringen wir mit Küssen, Streicheln, Zähneputzen

ca. 11 Tage verbringt statistisch gesehen eine Frau damit, Lippenstift aufzutragen.

8 Jahre mit Fernsehen

Für die Zeit in facebook gibt es wohl noch keine verlässlichen Zahlen.

Ein Spiel hätte heute ja auch sein können: Wie lange hältst du's ohne facebook aus?

Aber zurück zur Frage, wie wir unsere Zeit nutzen:

Manche Leute stellen ja die Frage: Was würdest du tun, wenn du nur noch einen Tag zu leben hättest? Und stell dir mal das Gegenteil vor:

Wie würdest du leben wenn du ewig leben dürftest? Was ändert sich dann in deinem Leben heute? Was ändert sich an der Art und Weise, wie du deinen Tag lebst und du deine Zeit gestaltest? Welches Gewicht bekommen die einzelnen Momente und Augenblicke? Vielleicht meint das ja die Jahreslosung 2013, wenn sie sagt:

### BIBELTEXT:

Hebräer 13,14

„Denn wir haben hier keine bleibende Stadt, aber die zukünftige – die ewige – die suchen wir.“

Gott will dir die Zeit in deinem – begrenzten – Leben hier auf der Erde füllen. Und er will die Ewigkeit mit dir verbringen! Wow!

Gert Presch, Systemadministrator, Gomaringen

*hat inzwischen mehr Jahre seines Lebens aktiv mit dem Steigbügel verbracht als ohne den Steigbügel. Er ist aber nach wie vor fasziniert von wuseligen und spleenigen Jugendlichen.*

# Murmeln

## Die Kugel rollt

**Zielgruppe:** Jugendgruppen, Freizeiten...

**Dauer:** variabel

**Gruppengröße:** am besten für 6 bis 12 Personen

**Kombination:** Spielideen und Andacht

## Spielideen mit Murmeln

Bei dieser Spielidee dreht sich alles rund um die Glasmurmeln. Die Spiele können sowohl drinnen als auch draußen gespielt werden. Die Auswahl der Spiele sollte allerdings darauf angepasst werden, ob drinnen oder draußen gespielt wird. Es werden (ähnlich „Schlag den Raab“) mehrere Runden gespielt, die immer mehr Punkte ergeben. In der 1. Runde wird 1 Punkt erspielt, in der 2. Runde gibt es 2 Punkte, in der 3. Runde 3 ... Aufgrund der begrenzten Zeit sollten maximal 10 Runden gespielt werden. Damit der Spannungsbogen nicht zerstört wird, weil die Zeit der Gruppenstunde vorüber ist, bevor die ausgewählten Spiele gespielt wurden, sollte genügend Zeitreserve eingeplant werden.



## Der Spielmodus

Gespielt wird mit zwei Gruppen. Entweder wählt jede Gruppe nach Bekanntgabe des Spiels ihre Kandidatin oder ihren Kandidaten, oder die ganze Gruppe spielt reihum. Dies sollte das Vorbereitungs-Team für jedes Spiel vorher festlegen und entsprechend bekanntgeben. Bei den meisten Spielen funktioniert beides.



## Spannende Informationen zur Murrel

Funde aus babylonischer, römischer und germanischer Zeit belegen, dass das Murrelspiel bereits sehr alt ist. Die ältesten Murreln datieren von 3000 vor Chr. Funde aus der Zeit um 1500 legen die These nahe, dass verschiedene Spiele, die man mit Murreln spielen konnte, in Mitteleuropa sehr beliebt waren. Kugelgröße, Material und Farbigkeit der Murreln waren sehr unterschiedlich. Seit Mitte des 19. Jh. sind Murreln vorwiegend aus Glas.

Im deutschsprachigen Raum sind das Murrelspiel und die Murrel unter zahlreichen Namen bekannt: Bucker, Datzer, Dötze, Duxer, Glaser, Heuer, Illern, Klickern, Knicker, Marbeln, Marmeln, Märbeln, Schnellern, Schussern, Üllern und Wetzeln sind nur die gängigen. Das Wort Murrel ist die niederdeutsche Variante des mittelhochdeutschen Marmel und geht auf Marmor zurück, dem früher häufigsten Herstellungsmaterial. Die übrigen Wörter beschreiben entweder das klackernde Geräusch der aneinanderstoßenden Kugeln oder die Art ihrer Bewegung.

Kaiser Augustus soll stets Murreln bei sich getragen haben und beim Anblick spielender Kinder eine Partie mitgestaltet haben.

Die Glasmurrel wurde erfunden, weil man die Herstellung von Glasäugen, die zuvor aus Halbedelsteinen bestanden, verbilligen wollte. Der Erfinder des Glasäuges aus Lauschaer Glas, Ludwig Müller-Uri, beauftragte seinen Schwiegersohn, den Tieraugenmacher Christoph Simon Karl Greiner damit, was ihm auch nach mehreren Versuchen gelang.



Bei ihrem Training zur Weltmeisterschaft verlor die US-amerikanische Mannschaft „The Grosvenor Bullets“ im Jahre 1954 an die englischen Straßenkinder in kurzer Zeit 40 von mitgeführten 48 Murreln. Daraufhin brachen sie das Spiel gegen die Kinder ab.



## Spielideen

### Bleib auf dem Tisch!

Auf einem Tisch wird eine Startlinie mit Klebeband oder Kreide markiert. Am anderen Längsende des Tisches wird mit doppelseitigem Klebeband ein Streifen geklebt. Die Aufgabe besteht nun abwechselnd darin, die Kugel möglichst nahe an die Tischkante zu rollen. Wird sie zu schwach angestoßen, bleibt sie vor dem Klebeband liegen. Wird sie zu stark angestoßen reicht die Klebekraft des Klebebands nicht aus, um die Murmel zu bremsen. Insgesamt wird gespielt, bis eine Gruppe sieben Durchgänge gewonnen hat.

#### ZEITAUFWAND:

3 Minuten

#### MATERIAL:

Doppelseitiges Klebeband, 1 Murmel pro Person, Kreide oder Klebeband für Startlinie

### Murmel-Kegeln

Am Ende eines Tisches werden die sieben Spielfiguren in gleichmäßigem Abstand aufgestellt. Abwechselnd spielen beide Teams je eine Murmel.

Zwei alternative Varianten:

**Variante 1:** Wer die letzte Spielfigur trifft, gewinnt den Durchgang.

**Variante 2:** Wer als erstes vier Spielfiguren trifft, gewinnt den Durchgang.

Insgesamt wird gespielt, bis eine Gruppe drei Durchgänge gewonnen hat.

#### ZEITAUFWAND:

3 Minuten

#### MATERIAL:

7 Spielfiguren (z. B. Bauern vom Schachspiel oder Halmafiguren)

### Murmel-Boule

Es gelten die Regeln vom Boule, d. h. zuerst wird die Zielkugel („Schweinchen“) geworfen und danach versuchen alle, ihre Murmeln möglichst nahe an die Zielkugel zu platzieren. In der 1. Runde spielen die Gruppen ihre Murmeln der Reihe nach. Im Folgenden spielt jeweils die Gruppe, deren beste Murmel schlechter liegt als die beste Murmel des gegnerischen Teams, d. h. die schlechtere Gruppe spielt so lange, bis sie eine Murmel besser platzieren kann als das bessere Team.

Insgesamt werden drei Durchgänge gespielt und die Punkte dabei addiert. Bei Unentschieden gibt es noch einen vierten Durchgang.

#### ZEITAUFWAND:

5 Minuten

#### MATERIAL:

pro Gruppe 5 kleine Murmeln in der Gruppenfarbe, 1 große Murmel (als „Schweinchen“)



## Murmel-Fuchsen

**ZEITAUFWAND:**

3 Minuten

**MATERIAL:**

pro Gruppe 1 Murmel, Kreide oder Klebeband für Startlinie

Jede Gruppe spielt ihre Murmel von einer Startlinie aus möglichst nahe an die Wand. Wieder zwei alternative Spielregeln:

**Variante 1:** Berührt die Murmel dabei die Wand (prallt ab) so scheidet sie aus.

**Variante 2:** Die Murmeln müssen von der Wand abprallen, sonst scheidet sie aus. Nachdem alle ihre Murmel gespielt haben, wird die ermittelt, die am nächsten an der Wand liegt. Diese Gruppe gewinnt den Durchgang. Insgesamt wird gespielt bis eine Gruppe sieben Durchgänge gewonnen hat.

**ZEITAUFWAND:**

2 Minuten

**MATERIAL:**

pro Gruppe eine Murmel, 1 große Murmel (als „Schweinchen“)

## Nose-Drop

Das „Schweinchen“ liegt am Boden. Die Spieler stellen sich nun aufrecht passend zum Schweinchen, halten ihre Murmel an die Nasenspitze und lassen sie von dort fallen. Trifft die Murmel das „Schweinchen“ gibt es einen Punkt. Gespielt werden 10 Durchgänge. Welche Gruppe mehr Punkte hat gewinnt, bei Gleichstand geht's mit „Sudden Death“ weiter, d. h. bis eine Gruppe einen Punkt und die andere im selben Durchgang keinen Punkt erzielt.

**ZEITAUFWAND:**

1 Minute pro Bahn

**MATERIAL:**

pro Gruppe eine Murmel und ein (kleines) Küchenbrett, mehrere (vorbereitete) Tische mit Hindernissen

## Murmel-Tischgolf

Gespielt wird wie Minigolf. Statt eines Schlägers erhält jede Gruppe ein kleines Küchenbrett und stellt dies so auf, dass die Murmel von dort wo sie liegt nur angehoben wird und aufs Küchenbrett gelegt wird. Dann wird losgelassen und geschaut, wie weit die Murmel dabei rollt. Die Gruppe, die alle Bahnen mit den wenigsten „Schlägen“ in Summe beendet hat, gewinnt die Runde.



## Murmel-Rennen

Jede Gruppe „tippt“ auf die Siegkugel. Danach werden die Murmeln gestartet. Punkte gibt es analog den Formel-1 Rennen:

<b>Platz</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>Punkte</b>	25	18	15	12	10	8	6	4	2	1

„Gefahren“ werden wie in der Formel 1 19 Rennen (oder nach Geschmack weniger).

Welche Gruppe danach die meisten Punkte hat, gewinnt die Runde. Hinweise zum Bau der Murmel-Bahn. „Gute“ Elemente zum „Überholen“ sind „Warzenblech“-Strecken, d. h. ein Stück „Warzenblech“ mit Holzrand links und rechts. Zwei doppelt geneigte Flächen mit „Ausgang“ am tiefsten Punkt (siehe Foto).

### ZEITAUFWAND:

1 Minute pro Durchgang

### MATERIAL:

10 unterschiedliche Murmeln und eine Murmel-Bahn

## Murmel-Timing

Leider ist diese Idee etwas aufwändig in der Vorbereitung, dafür aber prima als Spiel. Eine Eisenbahn mit 5 Waggons fährt konstant in einem Oval. Die „Spiral-Rampe“ (siehe Foto) ist so aufgebaut, dass das untere Ende direkt über den Schienen so fixiert ist, dass Zug und Waggons gerade darunter durchpassen. Aufgabe ist nun, am oberen Ende der Rampe eine Murmel im passenden Moment loszulassen, so dass sie in einen der Waggons trifft. Beide Gruppen sind abwechselnd an der Reihe. Die Gruppe, die zuerst in jedem der Waggons eine ihrer Murmeln liegen hat, gewinnt die Runde. Fällt die Murmel in einen Waggon, in dem bereits eine Murmel der Gruppe liegt, wird der Zug gestoppt und diese Murmel wieder entnommen.

### ZEITAUFWAND:

5 Minuten

### MATERIAL:

H0-Eisenbahn mit 5 Waggons im Oval, „Spiral-Rampe“ 5 Murmeln in gleicher Farbe je Gruppe

### DOWNLOAD:

Auf [der-steigbuegel.de](http://der-steigbuegel.de) sind weitere Fotos





## Satellitenspiel

**ZEITAUFWAND:**

1 Minute pro Durchgang

**MATERIAL:**

In einer Suchmaschine nach Satellitenspiel schauen und kaufen oder nachbauen

Zwei bewegliche Holzstäbe sind nicht ganz waagrecht direkt nebeneinander so angeordnet, dass durch Auseinanderbewegen der zwei Stäbe eine Murmel nach hinten rollen kann. Durch Zusammenbewegen der Stäbe rollt die Murmel nach vorne. Werden beide Stäbe zu weit auseinanderbewegt, fällt die Murmel durch den Spalt der Stäbe. Aufgabe ist nun, durch geschicktes Timing die Murmel so weit wie möglich nach hinten rollen zu lassen. Unter den Stäben sind sechs Kuhlen mit der Nummer 1 vorne und der Nummer 6 hinten angeordnet, d. h. je weiter hinten die Kugel fällt, desto mehr Punkte gibt es. Gespielt werden fünf Durchgänge. Die Gruppe mit den meisten Punkten gewinnt, bei Gleichstand gibt es so lange „Verlängerung“, bis der Sieger feststeht.

**ZEITAUFWAND:**

Je nach Spielgerät  
1–5 Minuten

**MATERIAL:**

In einer Suchmaschine nach Kugel-Labyrinth schauen und kaufen oder nachbauen mit Hindernissen

## Kugel-Labyrinth

Beide Gruppen spielen nacheinander auf Zeit. Die Murmel muss vom Start zum Ziel an allen Löchern vorbei balanciert werden. Fällt sie in ein Loch, geht's von vorne los. Die Zeit stoppt, wenn die Murmel im Ziel ist. Die Gruppe die dies schneller schafft, gewinnt die Runde.

**ZEITAUFWAND:**

variabel

**MATERIAL:**

Ein Glas voller Murmeln und drei weitere leere identische Gläser pro Gruppe

## Murmeln-Schütten

Beide Spieler versuchen gleichzeitig aus dem vollen Glas exakt eine Murmel in jedes der drei leeren Gläser umzuschütten. Fällt eine Murmel zu Boden oder rollen mehr als eine Murmel ins Glas bekommt der Gegner einen Punkt und der Durchgang ist zu Ende. Schaffen es beide fehlerfrei, gewinnt der Schnellere. Insgesamt gewinnt, wer zuerst sieben Punkte erzielt.



## Das Rohr

Der Spieler bzw. die Spielerin steht an der Startlinie und hält ein PVC-Rohr und eine Murmel in den Händen. Ungefähr 1 Meter entfernt von der Startlinie steht ein leeres Glas am Boden. Aufgabe ist es nun (aufrecht stehen bleiben) die Murmel durchs Rohr rollen zu lassen und das Rohr dabei so zu positionieren, dass die Murmel vom Rohr ins Glas rollt. Insgesamt wird gespielt bis eine Gruppe sieben Durchgänge gewonnen hat.

### ZEITAUFWAND:

3 Minuten

### MATERIAL:

Ein leeres Glas und ein PVC-Rohr

## Lochclickern

Der Klassiker unter den Murmel-Spielen: Von der Startlinie aus versuchen die Gruppen mit je drei Murmeln mindestens eine davon ins Loch zu schnippen. Die Murmel liegt dabei im gekrümmten Zeigefinger, der Daumen wird hinter dem Mittelfinger eingeklemmt und „gespannt“ um dann die Murmel wegzuschnippen. Sind alle sechs Murmeln im Spiel, werden die Murmeln von da, wo sie liegen weitergespielt. Die Gruppe, deren Murmeln zuerst alle im Loch sind, gewinnt den Durchgang. Insgesamt wird gespielt bis eine Gruppe drei Durchgänge gewonnen hat.

### ZEITAUFWAND:

5 Minuten je nach „Bahn“

### MATERIAL:

Pro Gruppe drei Murmeln und eine Spielfläche mit Loch

## Bahnurmeln

Der zweite Klassiker: Im Sand wird eine „Bahn“ mit beliebigen Schwierigkeiten wie Brücken, Tunnels, Rampen ... gebaut und am Ende ein Ziel-Loch. Von der Startlinie beginnend schnippen beide Gruppen ihre Murmel jeweils von dort, wo sie beim letzten Mal entweder liegen geblieben ist oder die Bahn verlassen hat. Wer zuerst die Murmel im Ziel-Loch versenkt gewinnt den Durchgang. Insgesamt wird gespielt bis eine Gruppe drei Durchgänge gewonnen hat.

### ZEITAUFWAND:

5 Minuten je nach „Bahn“

### MATERIAL:

Pro Gruppe eine Murmel und eine „Bahn“ mit Loch



## Turniermurmeln

### ZEITAUFWAND:

5–20 Minuten je nach Anzahl Murneln

### MATERIAL:

Pro Gruppe eine Murnel und (in der Original-Variante) 49 Murneln

Die Murneln werden zu Beginn im Startkreis positioniert. Ein weiterer Kreis mit ca. 2 Metern Durchmesser ist die Startlinie. Abwechselnd schnippen die Gruppen ihren „Tolley“ in den Murnelhaufen. Verlässt sowohl der Tolley als auch mindestens eine der Murneln den großen Kreis, war der Schuss erfolgreich und die herausgeschossenen Murneln gehören der Mannschaft. Verlässt nur der Tolley den Kreis, so ist nichts weiter passiert. Verlässt nur eine der Murneln den Kreis, der Tolley aber nicht, kommt die Murnel zurück in die Kreismitte und der Tolley bleibt zunächst liegen. Danach ist die gegnerische Mannschaft an der Reihe. Schießt die den gegnerischen Tolley heraus, bekommt sie im Tausch eine von deren Murneln (notfalls erst später). Die Gruppe, die zuerst mehr als die Hälfte der Murneln besitzt, gewinnt die Runde.

## Andacht

### Die große blaue Murnel im All

Der Astronaut James Irwin formulierte: „Die Erde erinnert uns an einen in der Schwärze des Weltraumes aufgehängten Christbaumschmuck. Mit der größeren Entfernung wurde sie immer kleiner. Schließlich schrumpfte sie auf die Größe einer Murnel – der schönsten Murnel, die du dir vorstellen kannst. Dieses schöne, warme, lebende Objekt sah so zerbrechlich, so zart aus, als ob es zerkrümelt würde, wenn man es mit dem Finger anstieße. Ein solcher Anblick muss einen Menschen einfach verändern, muss bewirken, dass er die göttliche Schöpfung und die Liebe Gottes dankbar anerkennt.“

Der Astronaut Sultan Bin Salman al-Saud formulierte: „Am ersten Tag deutete jeder auf sein Land. Am dritten oder vierten Tag zeigte jeder auf seinen Kontinent. Ab dem fünften Tag achteten wir auch nicht mehr auf die Kontinente. Wir





sahen nur noch die Erde als den einen ganzen Planeten und sprachen nur noch von unserer Erde.“

Eigentlich handelt es sich hier um ein menschliches Grundmuster. Solange wir nur uns und das Problem wahrnehmen, scheint es total unlösbar. Direkt vor einer Wand scheint diese unüberwindbar. Ein paar Schritte – manchmal auch ein paar mehr – Abstand helfen gelegentlich, um im Beispiel der Wand die Türe zu entdecken, im Fall der Erde die politische Kleinkariertheit nationaler Interessen zu entlarven. Von außen betrachtet stellten sich manche Raumfahrer die Frage, warum unten Menschen ihr Leben einsetzen zur Verteidigung von Grenzen, die man von oben, wenn man die ganze Erde „am Stück“ sieht, noch nicht mal wahrnehmen kann.

Dieser Gedanke kann uns helfen, uns selbst gelegentlich zu hinterfragen, ob wir in dem ein oder anderen akuten Problem, der ein oder anderen verzwickten Fragestellung vielleicht einen Wechsel der Perspektive brauchen, mal den „göttlichen“ Blick von oben, von außen auf die Sache zu werfen. Damit werden die Probleme natürlich nicht direkt gelöst. Die Raumfahrer finden nach ihrer Rückkehr dieselbe Erde vor, die sie vorher verlassen hatten, aber sicherlich änderte sich ihre Einstellung, was aber oft schon der entscheidende Anstoß für eine spätere Lösung gewesen ist. Die ersten Seiten der Bibel zeigen uns Gottes Perspektive zur Erde: „und siehe es war sehr gut!“ (1. Mose 1,31) und er verbindet diese Zusammenfassung seiner Schöpfung mit dem Auftrag „den Garten Eden zu bebauen und zu bewahren“ (1. Mose 2,15). Am besten kann das gelingen, wenn alle diese beiden Sätze zusammen beherzigen, gelegentlich den „göttlichen“ Blickwinkel einnehmen und versuchen den größeren Zusammenhängen nachzuspüren und die Verletzlichkeit unseres Heimatplaneten, von der Irwin schreibt, von Zeit zu Zeit auch in den Blick zu bekommen um uns selber nicht ganz so wichtig zu nehmen!

Thomas Volz, Dipl. Ingenieur, Böblingen,

*der gerne neue Spiele ausprobiert – egal ob drinnen oder draußen*

# Pyramide

## Ein Geduldsspiel

**Zielgruppe:** Jugendgruppen, Freizeiten,  
Kreativ-Workshops

**Dauer:** 60 bis 90 Minuten

**Vorbereitung:** Material besorgen und  
Musterexemplar fertigen

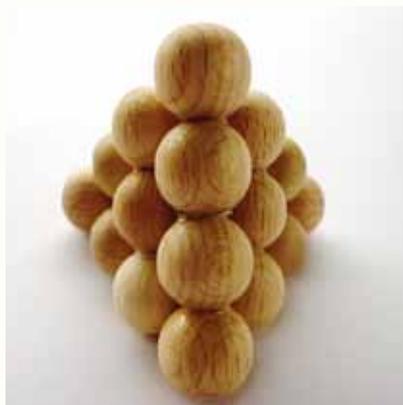
**Kombination:** Bastelidee und Andacht

### Herausforderung in zwei Varianten

Die Pyramide ist ein dreidimensionales Puzzle aus 20 Holzkugeln, das je nach Form der Teile durchaus ein wenig Gehirnschmalz beim Zusammensetzen erfordert.

In diesem Artikel sind eine einfachere und eine schwierigere Variante beschrieben – das gilt sowohl für die Herstellung als auch für das spätere Zusammensetzen.

(siehe Abb. 1)



#### MATERIAL PRO PYRAMIDE:

20 Holzperlen,  
Durchmesser 12  
mm (Loch: Durch-  
messer Schasch-  
likspieß), 1 bis 2  
Schaschlikspieße,  
(schnelltrocknen-  
der) Klebstoff

Die Herstellung dauert etwa 60 bis 90 Minuten. In diesem Zeitraum kann jede und jeder bequem ein Spiel herstellen (bei Verwendung von schnelltrocknendem Klebstoff). Möglich ist aber auch die Verteilung auf einen Vor- und Nachmittag oder auf 2 Tage. Der Klebstoff kann dann besser durchtrocknen.

#### Anmerkungen zum Material

Es lassen sich natürlich auch Perlen in anderen Größen verwenden. Wichtig ist nur, dass die Spieße bzw. Rundhölzer zu den Löchern in den Holzperlen passen. Die Perlen sollten „stramm“ auf den Spießen oder Rundhölzern sitzen. Wir haben z. B. Perlen mit 10 mm Durchmesser und Zahnstoher verwendet – dies erfordert bei der Herstellung jedoch etwas mehr Geschick.



## Herstellung der Teile

Die Puzzleteile bestehen aus Perlengruppen, die einzeln hergestellt werden.

### Variante 1

Diese Variante ist die einfachere. Sie besteht aus zwei 4er-Gruppen und einer 6er-Gruppe und zwei 3er-Gruppen (Abb. 2).

### Variante 2

Diese Variante besteht aus vier 3er-Gruppen und zwei 4er-Gruppen. Hier muss sehr sorgfältig gearbeitet werden – allerdings hat's diese Variante dann auch in sich, was das Zusammensetzen betrifft. (Abb. 3)



### WERKZEUGE:

Tapeziermesser, Laub- oder kleine Bügelsäge, Schleifpapier (Körnung 100 bis 150)

## So geht's

Zunächst werden die Grundteile der Perlengruppen hergestellt. Dazu werden die Perlen auf den Schaschlikspießen aufgereiht und mit den Spießen verklebt. Tipp: Zwischen den einzelnen Gruppen etwas Abstand lassen – in diesen Zwischenräumen können die Reihen dann getrennt und zu den späteren Gruppen zusammengeklebt werden (siehe Abb. 4). Beim Kleben der Perlengruppen darauf achten, dass an den Berührungspunkten der Perlen genügend Klebstoff aufgetragen wird. Nach kurzem Antrocknen in den Zwischenräumen zusätzlich Klebstoff auftragen (siehe Abb. 5). Bei der Variante 2 zusätzlich darauf achten, dass die Perlen mittig und in einer Ebene verklebt werden – wenn hier nicht sorgfältig gearbeitet wird, lassen sich die Teile später nicht zu einer Pyramide zusammensetzen.

Den Klebstoff gut trocknen lassen (mindestens eine halbe Stunde). Danach die überstehenden Reste der Spieße mit dem Tapeziermesser abschneiden (Vorsicht: Finger!) oder mit der Laubsäge abtrennen. Mit Schleifpapier so verschleifen, dass keine rauen Stellen mehr spürbar sind.



## Tipp

Während der Klebstoff trocknet, kann für die Aufbewahrung der Teile eine kleine Schachtel aus (buntem) Papier gefaltet werden.

Anleitung zum Falten findet man in Origami-Bastelheftchen oder im Internet

### LINK:

z. B. <http://de.wikihow.com/Wie-man-eine-Schachtel-aus-Papier-faltet>

Geeignete Maße für die 12 mm Holzperlen sind zwei Quadrate mit: 12,5 x 12,5 cm für das Unterteil und 14 x 14 cm für das Oberteil der Schachtel.

## Zusammenbau

Ideal ist es, wenn die Mitarbeitenden den Jugendlichen zu Beginn der Gruppenstunde ein Musterexemplar im zusammengebauten Zustand zeigen (also als Pyramide). Erst vor ihren Augen wird die Pyramide zerlegt. Das weckt gleich die Lust „loszuknobeln“ und selbst so eine Pyramide herzustellen. Es zeigt sich dann auch gleich, dass es gar nicht so einfach ist, die Teile richtig zusammensetzen.

### DOWNLOAD:

Anleitung für den Zusammenbau unter [www.der-steigbuegel.de](http://www.der-steigbuegel.de)

Damit ihr selbst nicht zu lange probieren müsst und eure Geduld auf die Zerreißprobe gestellt wird, findet ihr die Anleitung für den Zusammenbau der beiden Varianten in Einzelschritten im Internet. Aber versucht es einfach auch mal ohne Anleitung ...

## Impuls zur Pyramide

„Ihr seid alle zusammen der Leib von Christus und als Einzelne seid ihr Teile an diesem Leib“.

Grundelement unserer Pyramide sind einzelne Kugeln. Wenn man sie auf den Tisch oder Boden fallen lässt, rollen sie in alle Richtungen davon. Die Chance, dass sie zusammen liegen bleiben ist gering. Ihre Lage ist nicht stabil, ein kleiner Schubser oder ein Windstoß und sie rollen weiter, wer weiß wohin ...

Zusammengefügt, mit Zahnstochern oder Schaschlikspießen verbunden und verklebt, werden daraus stabilere Elemente. Sie sind beharrlich, sie haben eine stabile Lage – äußere Einflüsse können ihnen weniger anhaben. Die Formen sind vielfältig. Es liegen aber alle flach nebeneinander. Die 3. Dimension erreichen sie nicht.



Richtig zusammengefügt wird daraus eine Pyramide. Die einzelnen Elemente stützen und tragen sich gegenseitig, es entsteht ein Gebilde, das alle Dimensionen ausfüllt. Jedes Teil hat seinen Platz, jedes wird gebraucht, keines ist überflüssig. Am Ende hält alles zusammen und wird etwas Großes. Aus den einzelnen Kugeln wäre die Pyramide nicht möglich gewesen.

Die Kugeln, Elemente und die Pyramide – ein schönes Bild für jede und jeden, die Gemeinschaft in unseren Jugendgruppen, das Zusammenspiel und die Zusammenarbeit von vielen unterschiedlichen Gruppen in einer Kirchengemeinde. Gehalten und verbunden durch Christus.

**BIBELTEXT:**

1. Kor 12,27

Joachim Fritz, Informatiker, Schlat

*... seit vielen Jahren in der Jugendarbeit aktiv.*

# Salz

## Auf die Würze kommt es an

**Zielgruppe:** Jugendgruppen,  
Freizeiten, Konfitage...  
**Gruppengröße:** beliebig  
**Vorbereitungszeit:** Einkauf und Vorbereitungen (siehe Text)

**Dauer:** Impuls ca. 10 Minuten,  
Brot backen ca. 45 Minuten  
**Kombination:** Backen und Andacht

### Ein schmackhafter Impuls zum Salz der Erde ...

Die Jugendlichen schmecken und erfahren am eigenen Leib, wie fade und leer ein Brot ohne Salz schmeckt, hören dann einen Impuls zum Salz der Erde und backen dann ein eigenes Baguettebrot – mit Salz. Die Zeit, während das Brot backt, kann genutzt werden, indem man eine Gesprächsrunde einplant oder einfach miteinander singt.



### Vorbereitung

Damit die Jugendlichen einen Vergleich haben, sollte jemand aus dem Mitarbeiterteam zuhause ein Baguette ohne Salz backen und zur Gruppenstunde mitbringen. Selbst salzige Butter macht das ungesalzene Brot nicht schmackhafter. Neben den Zutaten für das Brot, das während der Gruppenstunde gebacken wird, können auch noch Aufstriche wie Butter, Frischkäse, Marmelade... mitgebracht werden.



## Einstieg

Die Mitarbeitenden laden alle Jugendlichen ein, sich zu Beginn der Gruppenstunde zu stärken. Dazu wird den Jugendlichen das ungesalzene Baguette angeboten. Schon nach dem ersten Bissen werden sich die Jugendlichen darüber auslassen wie schrecklich das Brot schmeckt.

## Impuls

Es war einmal ein König, der hatte drei Töchter, die er alle sehr liebte. Am meisten liebte er aber die jüngste von ihnen. Sehr gerne wollte er wissen, ob die Töchter seine Liebe erwidern und verlangte von ihnen ein Zeichen ihrer Liebe. Am nächsten Tag traten sie vor ihn. Die älteste hatte in ihrer Hand eine Schale mit Zucker und sagte zu ihm: Ich liebe dich so wie diesen Zucker. Der Vater freute sich sehr darüber. Die mittlere hatte in ihrer Hand einen Tiegel mit Honig und sagte zu ihm: Ich liebe dich wie diesen Honig. Auch darüber freute sich der Vater und blickte dann erwartungsvoll auf seine jüngste Tochter. Diese hatte in ihrer Hand ein Brettchen mit etwas Salz darauf und sagte zum Vater: Ich liebe dich so sehr wie dieses Salz. Das hatte der Vater nicht erwartet. Wenn das deine Liebe zu mir ist, bist du nicht mehr meine Tochter, sagte er zornig. Sie musste den Königshof verlassen und in die Welt ziehen.

Nach langem Umherirren konnte sie sich schließlich auf einem anderen Königshof als einfache Küchenmagd verdingen. Niemand kannte sie dort, und sie musste niedrigste Dienste verrichten. Durch ihr freundliches und liebliches Wesen und ihre Anmut gewann sie aber die Zuneigung aller, mit denen sie zu tun hatte, und schließlich auch die Liebe des Königssohnes. Er wollte sie heiraten. So ist das eben in einem Märchen ...

Zur Hochzeit wurden viele Könige, darunter auch der Vater der Braut, eingeladen. Niemand aber wusste, wer die Braut wirklich war, auch der Königssohn nicht und erst recht nicht ihr Vater. Die aufgetragenen Speisen schmeckten herrlich. Als aber der Va-





ter der Braut den ersten Bissen von seinem Teller nahm, musste er ihn sofort ausspeien; so schlecht schmeckte was man ihm aufschichte. Er bat seine Tischnachbarn, von ihren Speisen kosten zu dürfen – und ihre Gerichte schmeckten vorzüglich. Da sprang der König zornig auf und rief, man wolle ihn zum Narren halten. Er würde die Hochzeit sofort verlassen. Bestürzt trat der Vater des Bräutigams zu ihm, und als er die Speise kostete, musste auch er sie ausspeien. Da rief er zornentbrannt: Fürwahr, wer das getan hat, soll dafür mit dem Tod bestraft werden. Da stand die Braut auf und sagte: Ich habe die Speise zubereitet und habe sie statt mit Salz mit Zucker und Honig gewürzt. Und sie erzählte ihre ganze Geschichte ...

Ist das ein seltsames Märchen? Dieses Märchen handelt von der großen Bedeutung des Salzes für unser Leben. Die große Bedeutung von Salz hat auch Jesus Christus im Blick, wenn er seinen Jüngern sagt: Ihr seid das Salz der Erde. Was meint er damit?

**BIBELTEXT:**

Matthäus 5,13

Spannend ist ja, dass er nicht sagt: Ihr sollt werden wie das Salz. Oder: wenn ihr gute Jünger sein wollt, dann strebt danach so zu

sein wie Salz.

Nein, Jesus sagt bewusst: Ihr seid das Salz der Erde. Er spricht ihnen damit eine neue Identität zu. Sie bekommen diese neue Identität von Jesus geschenkt.

Bei dieser neuen Identität geht es um die Bedeutung, die die Jünger für die Welt haben. Die neue Identität wurde ihnen von Gott geschenkt. Und warum? Einfach nur, weil sie zu Jesus gehören.

Ihr seid das Salz der Erde – das gilt nicht nur für die Jünger damals, sondern auch für uns heute. Wenn wir zu Jesus gehören, sind wir Salz der Erde. Damit haben wir Bedeutung für diese Welt, so wie das Salz Bedeutung hat für die Speisen. So, wie in unserem Brot vorher. Oder in dem Märchen.

Was heißt das denn nun konkret? Salz macht die Speisen genießbar und schmackhaft. Salz ist die erste und eigentliche Würze. Wie wichtig das ist, können wir bezeugen, nachdem wir uns vorher so negativ über das ungesalzene Brot ausgelassen haben. Auf uns übertragen heißt das: Christinnen und Christen machen das Leben in der Welt „schmackhafter“, oder auch erträglicher.

Das kann bedeuten: Es gibt so viel Neid und Krieg unter uns. Im Kleinen und im Großen. Streit und Hass und Gewalt lassen sich aber nicht mit neuem Hass und noch größerer Gewalt überwinden. Das wird erschreckend deutlich an vielen Kriegen in dieser Welt, aber auch an Streit unter uns Menschen. Streit, Krieg und Hass kann nur durch den Weg überwunden werden, den Jesus gezeigt hat und



den er selbst gegangen ist – den Weg der Versöhnung und der Liebe. So können wir Salz der Erde sein, indem wir Jesus dies nachmachen.

Auch wenn es um den Sinn des Lebens geht, können wir Salz sein. Als Christinnen und Christen können wir zeigen, dass eine richtige Freude und Zufriedenheit nicht über Erfolg und Leistung zu erlangen ist, sondern durch den Glauben an Jesus, der unserem Leben einen viel tieferen Sinn gibt.

Salz kann außer würzen aber auch noch konservieren. Früher, als es noch keine Kühlschränke und Tiefkühltruhen gab, war das noch wichtiger. Durch das Einlegen in Salz konnten Speisen haltbar gemacht werden. Durch unser Leben können wir als Christen auch welterhaltend sein, uns dafür einsetzen, dass die Schöpfung bewahrt wird.

(Salz auf den Tisch schütten). Wenn man sich das Salz nun genauer ansieht, sieht es unscheinbar aus. Wer seine Wirkung nicht kennt, würde dem Salz sicherlich keine große Wirkung zutrauen. Für das Würzen der Speisen reicht schon eine kleine Menge aus. Bezogen auf die Jünger oder uns Christen heißt das: normalerweise sind das keine großen Helden, keine Stars und Berühmtheiten. Die Jünger damals waren nur zwölf. Und trotzdem ist das Christentum zur Weltreligion geworden und hat die ganze Welt durchdrungen. Das Salz muss wirken. Wenn es fade wird, dann wird es nutzlos. Deshalb lasst uns „salzige Christen“ sein. Lasst uns unser Leben würzen, so dass auch andere auf den Geschmack kommen. Lasst uns mithelfen, die Schöpfung zu bewahren und sie „haltbar“ zu machen. Lasst uns Salz sein, dass die Welt „schmackhafter“ wird. Lasst uns das Salz der Erde sein!

## Vertiefung

Gemeinsam wird nun ein Baguettebrot gebacken. Das Rezept ist besonders praktisch, da die Hefe keine Zeit braucht, um zu gehen, und der Backofen nicht vorgeheizt werden muss. Wer möchte kann das Brot noch durch Gewürze, Käse, Oliven... „toppen“.

Das Brot reicht für ca. 8 bis 10 Personen zum ausgedehnten Probieren, nicht zum völligen satt essen. Wer die Idee mit größeren Gruppen durchführt, kann auch verschiedene Brotarten herstellen. Tipp: Pro Brot sollten maximal 500 g Mehl geknetet werden, da größere Mengen sehr anstrengend zu kneten sind (auch für die Küchenmaschine). Bei größeren Mengen ist es besser, mehrere kleine Portionen (also bis 500 g Mehl) herzustellen.



## Rezept und Zubereitung

### Schnelles Baguettebrot (Zutaten für ca. 8–10 Personen)

100 g Dinkelmehl  
400 g Mehl  
1 Päckchen Trockenhefe  
1 bis 1 ½ TL Salz  
ca. 280 g Wasser

Dann wird der Teig in zwei gleich große Teile geteilt, zwei „Walzen“ geformt und auf das mit Backpapier ausgelegte Backblech gelegt. Besonders schön ist das Einschneiden und Formen eines „Ährenbrotes“. Dazu legt man die Teigwalze auf das Backblech. Mit einem Messer setzt man alle ca. 4 bis 5 cm einen seitlichen Schnitt, der das Brot fast teilt, aber nur fast. Ist das ganze Brot eingeschnitten, sieht es ähnlich aus wie ein Kamm. Nun wird jedes zweite Teil nach oben geklappt, so dass am Ende eine Art Ähre auf dem Blech liegt. Dies ist in gebackenen Zustand sehr praktisch, da man sich kleine Brötchenportionen einfach abzupfen kann.



Nach dem Formen der beiden Baguettestangen werden sie ca. 30 Minuten im nicht vorgeheizten Backofen bei 200° gebacken. Danach ganz kurz abkühlen lassen und noch leicht warm genießen!

**Sybillе Kalmbach, Jugendreferentin, Gärtringen,**

*deren Oma Inhaberin eines Tante Emma-Ladens war. Sie erzählt noch heute, dass eine Lieferung mit ungesalzenem Brot wieder abgeholt werden musste und wie peinlich das dem Lieferanten war.*

## Impressum

»der Steigbügel«

**Praxishilfe für die Arbeit mit Jugendlichen**

**Herausgeber und Verlag:**

buch+musik, ejw-service gmbh, Stuttgart  
im Auftrag des CVJM-Gesamtverbandes in  
Deutschland e.V., Kassel

**Schriftleitung:** Heike Volz

**Erscheinungsweise:** vierteljährlich

**Bezugspreis:** jährlich (4 Hefte) 11,80 Euro,  
inkl. Porto; Einzelpreis: 3,00 Euro, zzgl. Porto

**Vertrieb und Aboverwaltung:**

buch+musik, ejw-service gmbh,  
Telefon: 0711 / 97 81-410, Fax: -413,  
buchhandlung@ejw-buch.de

**Abbestellungen:** 6 Wochen vor Ende des  
Berechnungszeitraumes

**Bildnachweis:**

© ISO K° – photography / Shotshop (Titel-  
bild)

Archiv ejw (3); Seidel (11); Volz (61); Fritz  
(66, 67)

www.fotolia.com: UbjsP (4); aeroking (6);  
Andrii Salivon (7); Alexandr Blinov (9); las-  
sedesignen (12); S.Kobold (14); Pixel Em-  
bargo (16); Gregor Buir (17); SeanPavone-  
Photo (18); georgemuresan (20); djama  
(23); Stefan Schurr (23); photocreao (25);  
underdogstudio (26); vladischern (30); Ma-  
rius Graf (32); shotstudio (33); Sebastian  
Duda (34, 48); Pejo (35); Jenny Sturm (37,  
40); Blue Moon (39); Frédéric Prochasson  
(41); mariyaf (44); oleksajewicz (45); suna-  
besyou (46); Adam Borkowski (49); sergis-  
wand (50); christianlauer (52); Picture-  
Factory (54); mtkang (55); by-studio (57);  
jgphoto76 (58); Mopic (64); uwimages  
(70); Jeanette Dietl (71); Grecaud Paul (74)

**Layout:**

Fred Peper, Stuttgart  
www.fredpeper.de

**Satz:**

Isabel Flemisch, Esslingen  
www.isabelflemisch.de

**Druck:** PRINTEC OFFSET >medienhaus>,  
Kassel



**ejw-service gmbh**  
Haerberlinstraße 1–3  
70563 Stuttgart-Vaihingen  
Tel.: 07 11 / 97 81 - 410  
Fax: 07 11 / 97 81 - 413  
buchhandlung@ejw-buch.de  
www.ejw-buch.de

**E 5489 F**

**buch+musik**  
**ejw-service gmbh**  
**Stuttgart**

## Ein Tipp zum Schluss

---

Martin Burchard

### Himmels-Kreuz

Acrylglas

Das Himmels-Kreuz ist mit inspirierender Leichtigkeit und ungewöhnlicher Form zu allen vier Seiten ein freudvoller Blickfang. Bestehend aus zwei Teilen zum Zusammenstecken.

In folgenden Varianten lieferbar:

#### Himmels-Kreuz transparent klein

12 x 30 cm, Materialstärke 3 mm

**19,99 Euro €**

#### Himmels-Kreuz halbtransparent weiß klein

12 x 30 cm, Materialstärke 3 mm

**19,99 Euro €**

#### Himmels-Kreuz transparent groß

18,5 x 45 cm, Materialstärke 6 mm

**49,95 Euro €**



*transparent*



*halbtransparent weiß*

---

Zu beziehen bei:



**ejw-service gmbh**

Haeberlinstraße 1–3, 70563 Stuttgart-Vaihingen  
Tel.: 07 11 / 97 81-410, Fax: 07 11 / 97 81-413  
buchhandlung@ejw-buch.de, www.ejw-buch.de