

Bewusster hören

Ideen ✍️



2. Woche: Bewusster hören

Kästchen mit dem Ohr ausschneiden und in die Mitte legen

• **Gemeinsam sammeln: wozu brauchen wir unsere Ohren?**

Was haben wir heute schon alles gehört??

(Wecker, Stimmen, Vögel, Musik oder Hörspiele, Geräusche, Schritte...)

Was machen wir sonst so mit unseren Ohren??

(einem anderen zuhören, Ohren verschließen also: nicht zuhören; überhören...)

Kleine gemeinsame „Hör-Erfahrung“

- alle werden ganz still und lauschen, was auch in der Stille zu hören ist
- kleinen Kindern hilft es dazu zum Beginn der Stille und zum Abschluss z.B. ein Glöckchen zu läuten, ein Glas oder Klangschale anzuschlagen
- evt. auch Stecknadel fallen lassen
- anschließend einander erzählen, was Ihr so alles gehört habt

Weiter überlegen: Was tut unseren Ohren gut und uns und was nicht??

Dazu zusammen Ideen spinnen:

Was wollen wir diese Woche tun, was wollen wir lassen?

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

Beispiel-Ideen:

- Vereinbarung in dieser Woche zu Hause nicht zu brüllen, schreien, ruhig miteinander sprechen – über Erfahrungen miteinander sprechen
- Variation der „Hör-Erfahrung“: draußen im Wald oder auf einer Wiese
- miteinander musizieren, singen, schöne Musik machen oder hören
- Abend-Erzähl-Runde: z.B. beim Abendessen erzählt jede/r, was er/sie heute erlebt/gemacht hat und wie es ihm/ihr geht. Alle anderen hören ganz genau zu.
- Stille Post spielen

Falls Ihr noch mehr machen möchtet:

- Geschichte aus Bibel: Lukas 10,38-42: Jesus, Maria und Martha
<https://www.bible.com/de/bible/73/LUK.10.38-42.hfa>
- oder: <http://bibelfuerkinder.de/download/Maria%20und%20Martha.pdf>
- Lieder vgl. 1. Woche.: „Gib uns Ohren, die hören“ und „Volltreffer“