

## I.22

### Mensch und Miteinander

# Im Takt der Zeit – Den eigenen Rhythmus finden

Christian Kuster



Zeit ist ein kostbares Gut. Ratsam ist es, klug mit ihr umzugehen. Bisweilen empfinden wir sie als erfüllt, manchmal erscheint sie uns leer und träge. Sie vergeht wie im Fluge, an anderen Tagen verstreicht sie kaum. In dieser Einheit reflektieren die Lernenden ihren Umgang mit der Zeit. Sie setzen sich mit dem Ablauf der Jahreszeiten und dem kirchlichen Festkreis auseinander. Anhand von Liedern, Bildern und Texten nähern sie sich philosophisch, musikalisch und literarisch dem Phänomen „Zeit“. Sie entdecken den Wert der Sonntagsruhe und ihren persönlichen Rhythmus wieder.

---

#### KOMPETENZPROFIL

**Klassenstufe:** 6–7

**Dauer:** 3 Bausteine (8–10 Unterrichtsstunden) + Lernerfolgskontrolle

**Kompetenzen:** mit Bildern und Liedern die eigene Zeitstruktur reflektieren; den Aufbau des Kirchenjahres verstehen; den Sonntag als Höhepunkt der Woche deuten; mit Bibeltexten über die Zeit philosophieren

**Thematische Bereiche:** sinnvolle Zeiteinteilung, Kirchenjahr, Sonntag, Medien, Bibel

**Medien:** Märchen, Bibeltexte, Bilder, Achtsamkeitsübung

**Zusatzmaterial:** Lied

---

## Auf einen Blick

### Baustein 1

<b>Thema:</b>	Zeit im Jahr
<b>Inhalt:</b>	Im Fokus der Stunde steht die Reflexion der Tagesstruktur, des Jahreszeitenzyklus und des kirchlichen Festkreises. Die Lernenden reflektieren eigenes Verhalten als Kinder ihrer Zeit.
<b>M 1</b>	<b>Wie strukturieren sich Tag und Jahr? – Tages- und Jahreszeiten erkunden</b>
<b>M 2</b>	<b>Was feiern wir wann? – Zeit im Kirchenjahr</b>
<b>M 3</b>	<b>Kann man die Zeit anhalten? – Eine Achtsamkeitsübung</b>
<b>M 4</b>	<b>Wie gelingt ein Leben in Fülle? – Das Märchen vom des Königs leerer Kammer</b>
<b>M 5</b>	<b>Der Sonntag – Ein kleines Osterfest</b>
<b>Kompetenzen:</b>	Die Lernenden unterscheiden Tageszeiten und Jahreszeiten. Sie geben die Struktur des kirchlichen Festkreises wieder. Sie wissen um die Bedeutung der einzelnen Feste und schenken ihre Aufmerksamkeit für den Augenblick. Sie begreifen Stille als Bereicherung für ihr Leben.
<b>Benötigt:</b>	das Buch „Momo“ in Auswahl, der musikalischen Einstieg; Antonio Vivaldis „Vier Jahreszeiten“ (M 1)
<b>Kombination:</b>	M 1 und M 2 lassen sich gut kombinieren. Das Märchen (M 4) kann entfallen oder mit der Achtsamkeitsübung (M 3) verbunden werden. Die Reflexion des Sonntags (M 5) kann auch in M 2 einfließen.

### Baustein 2

<b>Thema:</b>	Zeit in Bild und Ton
<b>Inhalt:</b>	Anhand von Bildern und Liedern nehmen die Lernenden ihr Freizeitverhalten und ihren Medienkonsum kritisch in den Blick. Was ist ihnen wichtig? Welche Präferenzen haben sie? Sind diese sinnvoll?
<b>M 6</b>	<b>Im Fluss des Lebens – Fließende Zeit</b>
<b>M 7</b>	<b>Christus in der Pendeluhr – Marc Chagall</b>
<b>M 8</b>	<b>Erfüllte Zeit – Heilig sein ist kein Privileg</b>
<b>M 9</b>	<b>Freizeit – Gute Zeit?</b>
<b>Kompetenzen:</b>	Die Lernenden deuten Bilder aus dem Bereich der bildenden Kunst. Sie legen dar, warum Christus Jesus als die erfüllte Zeit deuten, die auch von ihnen als solche gelebt werden möchte. Sie setzen sich mit ihrem Freizeitverhalten und Medienkonsum kritisch auseinander.

**Kombination:** Die beiden Bilder (M 6, M 7) lassen sich in einer Stunde bearbeiten. Das Lied „Heilig sein ist kein Privileg“ kann auch in den ersten Baustein (im 1. Kirchenjahr) eingebettet werden. Wichtig ist, dass es ausführlich besprochen wird, wenn es zum Einsatz kommt.

### Baustein 3

**Thema:** Zeit in Bibel und Philosophie

**Inhalt:** Biblische Texte regen zum Nachdenken über die Zeit an. Die Lernenden vergleichen die Kernaussagen der Bibelstellen miteinander und überprüfen deren Gehalt anhand persönlicher Erfahrungen.

**M 10** **Lebenszeit nutzen – Bibelstelle zur „Zeit“ untersuchen**

**M 11** **Alles hat seine Zeit – Koh 3,1-8**

**M 12** **Bartimäus ist wieder online**

**M 13** **Was ist Zeit? – Ein Zitat von Augustinus erläutern**

**Kompetenzen:** Die Lernenden deuten unterschiedliche Bibelsprüche in Bezug auf ihren Alltag; sie erkennen sich in der Suche nach Kohélet als Suchende und Findende wieder; sie identifizieren sich mit Bartimäus, der vom Blinden zum Sehenden wird; sie philosophieren über das Zeit-Zitat von Augustinus.

**Benötigt:** Wollen Sie die Arbeitsblätter nicht im Klassensatz kopieren, benötigen Sie Bibeln, Blindenschemen zur Illustration der Geschichte von Bartimäus (M 12); beim Philosophieren können Sie dem oder der Sprechenden eine Glühbirne in die Hand geben.

**Kombination:** Man muss M 10 nicht zwingend in einer Stunde unterrichten. Das Materialblatt kann auch mit M 11 verbunden werden.

### Baustein 4

**Thema:** Was nehmen die Lernenden für sich mit? – Eine Lernerfolgskontrolle

**Inhalt:** Anregungen für eine Lernerfolgskontrolle laden dazu ein, im Rahmen der Reihe erworbenes Wissen zu erproben.

**M 14** **Lernerfolgskontrolle**

# M 2

## Was feiern wir wann? – Zeit im Kirchenjahr

Ein guter Rhythmus gibt uns im Leben Halt und Orientierung. So ist es auch mit dem Kirchenjahr und seinen vielen Liedern und Bräuchen. Immer wieder freuen wir uns aufs Neue, wenn es Weihnachten oder Ostern wird.



### Aufgaben

1. Notiere unter den Bildern die zu den Festen gehörigen Bräuche und Lieder.
2. Halte fest, wie du diese Zeiten gestaltest, wo du sie verbringst. Füge hinzu, was sie für dich bedeuten.
3. Zähle Feste auf, die du darüber hinaus kennst. Halte schriftlich Ergänzungen dazu fest.

### Wie wir die Feste im Kirchenjahr begehen



Adventsbräuche und -lieder

- 
- 
- 



Weihnachtsbräuche und -lieder

- 
- 



Bräuche in der Fastenzeit

- 
- 



Osterbräuche und -lieder

- 
- 
- 

Bild Advent © NRuedisueli/iStock/Getty Images Plus. Bild Weihnachten © Dan Brownsword/Images Source. Bild Fastenzeit © Kara Gebhardt/iStock/Getty Images Plus. Bild Ostern © ArtMarie/E+.

## Kann man die Zeit anhalten? – Eine Achtsamkeitsübung

M 3

In der Stille können wir entschleunigen. Wir kommen innerlich zur Ruhe, entspannen uns. Wenn wir im Jetzt leben, leben wir in der Fülle der Zeit.

### Aufgaben

1. Betrachte die Rosette in aller Ruhe. Lass sie auf dich wirken. Notiere, was sie ausstrahlt.
2. Hetze kommt von Hass. Wer hetzt, hasst sich und das Leben. Wer hingegen im Augenblick verweilt und ihm die nötige Aufmerksamkeit schenkt, lässt sich durch nichts aus der Ruhe bringen. Probiere das jetzt zu meditativer Musik von Antonio Vivaldi aus.



© mitakagi/Stock/Getty Images Plus

Wie wirkt die Rosette auf mich?

---



---



---



### Methodenwissen – Wie arbeite ich mit einem Bild?

- Betrachte das Bild. Präge es dir gut ein. Schließe die Augen. Beschreibe es aus der Erinnerung.
- Tauscht Partner. Beschreibt einander das Bild. Tauscht euch aus, was euch aufgefallen ist.
- Formuliert einen Titel für das Bild. Lege schriftlich dar, warum er gut zum Bild passt.
- Schneide ein Loch in ein Blatt Papier. Gleite über das Bild. Betrachte den Ausschnitt genau.
- Suche dir einen Platz im Bild. Verstecke dich dort. Wie fühlt es sich dort an? Was siehst du?

# Sie wollen mehr für Ihr Fach?

## Bekommen Sie: Ganz einfach zum Download im RAABE Webshop.



✓ **Über 5.000 Unterrichtseinheiten**  
sofort zum Download verfügbar

✓ **Webinare und Videos**  
für Ihre fachliche und  
persönliche Weiterbildung

✓ **Attraktive Vergünstigungen**  
für Referendar:innen  
mit bis zu 15% Rabatt

✓ **Käuferschutz**  
mit Trusted Shops



Jetzt entdecken:  
**www.raabe.de**