Juniorsoldaten

Einheit 12, Lektion 9

Ausdauer!

Ziel: Die Kinder entdecken und verstehen, dass Gott da ist, um uns zu helfen durchzuhalten, wenn es hart auf hart kommt oder es nicht so läuft, wie wir uns das vorstellen und wir aufgeben wollen.

LASST UNS DAHER NICHT MÜDE WERDEN, DAS ZU TUN, WAS GUT UND RICHTIG IST. DENN WENN WIR NICHT AUFGEBEN, WERDEN WIR ZU DER VON GOTT BESTIMMTEN ZEIT DIE ERNTE EINBRINGEN.

Galater 6,9 (NGÜ)

WIR SIND ALSO VON EINER GROSSEN SCHAR VON ZEUGEN UMGEBEN, DEREN LEBEN UNS ZEIGT, DASS ES DURCH DEN GLAUBEN MÖGLICH IST, DEN UNS AUFGETRAGENEN KAMPF ZU BESTEHEN. DESHALB WOLLEN AUCH WIR – WIE LÄUFER BEI EINEM WETTKAMPF – MIT ALLER AUSDAUER DEM ZIEL ENTGEGENLAUFEN. WIR WOLLEN ALLES ABLEGEN, WAS UNS BEIM LAUFEN HINDERT, UNS VON DER SÜNDE TRENNEN, DIE UNS SO LEICHT GEFANGEN NIMMT.

Hebräer 12,1 (NGÜ)

Bedenken & Vorbereiten

Lies:

- Galater 6,9
- Apostelgeschichte 1,1–10
- Apostelgeschichte 16,16–40

Helen Keller wurde 1880 geboren. Im Alter von 19 Monaten wurde sie krank – die Ärzte vermuteten Scharlach oder Meningitis – und diese Krankheit ließ sie taub und blind zurück. Damals konnte sie nur etwas mit Martha Washington, der sechsjährigen

Tochter des Familienkochs, kommunizieren, die ihre Zeichen verstand. Im Alter von sieben Jahren verfügte sie mehr als 60 Zeichen, um mit ihrer Familie zu kommunizieren.

Schließlich stellten Helens Eltern eine Frau namens Anne Sullivan ein, die ebenfalls sehbehindert war; Anne wurde Helens Lehrerin. Es war der Beginn einer 49-jährigen Beziehung. Anne fing sofort an, Helen zu lehren, sich zu verständigen, indem sie Wörter in ihre Hand schrieb, beginnend mit „d-o-l-l“ für die Puppe, die sie Helen als Geschenk mitgebracht hatte. Helen war zunächst frustriert, weil sie nicht verstand, dass jeder Gegenstand eine Bezeichnung hatte, die ihn eindeutig identifizierte. Helens großer Durchbruch in der Kommunikation kam, als sie erkannte, dass die Bewegungen, die ihre Lehrerin auf der Handfläche machte, während sie kühles Wasser über ihre andere Hand floss, „Wasser“ bedeutete. Sie forderte dann unerschöpflich die Namen aller anderen vertrauten Gegenstände in ihrer Welt.

Helen Keller zeigte ihr ganzes Leben lang Ausdauer, vor allem aber in ihrer Kindheit, in der sie Probleme der Kommunikation mit ihren Mitmenschen und der Gesellschaft bewältigen musste. Genau wie Anne Sullivan, die stundenlang unterrichtete und Helen unterstützte. Mit 24 Jahren schloss Helen das Radcliff College mit einem Bachelor of Arts ab. Sie wurde eine weltberühmte Rednerin und Autorin. Ihre Ausdauer und ihr Durchhaltevermögen zahlten sich aus.

Kinder müssen Ausdauer und Durchhaltevermögen entwickeln. Ausdauer ist für uns alle wichtig, sei es beim Lernen oder beim Sport, bei den Hausaufgaben, beim Erlernen eines Instruments, beim Bauen oder Schaffen von etwas, in der Familie, Freundschaften oder einfach im Leben allgemein.

Wir müssen unseren Kindern helfen zu erforschen, wie sie weitermachen können, wenn es schwierig wird und die Dinge nicht so laufen, wie wir wollen. Die frühen Christen ertrugen viele Prüfungen und Leid, nicht nur zu ihrem eigenen Nutzen als Gläubige, sondern auch, damit andere von Jesus erfuhren. Sie konnten es mithilfe des Heiligen Geistes aushalten und zeigten Ausdauer, wenn die Dinge nicht immer so liefen, wie sie es wollten, oder wenn es für sie zunehmend schwierig wurde, weil sie wussten, dass es sich am Ende alles lohnte.

Kinder in unserer heutigen Gesellschaft verlieren zunehmend die Kunst, ausdauernd oder belastbar zu sein. Sie brauchen sich häufig nicht an Verpflichtungen zu halten, wenn ihnen nicht danach ist, es ihnen zu schwer fällt usw. Wir wollen die Kinder in unserem Einflussbereich ermutigen, am Ball zu bleiben und durchzuhalten, und ihnen helfen, die Vorteile solch einer Beharrlichkeit zu entdecken. Wir wollen sie damit ermutigen, dass sie nicht allein sind, wenn es schwierig wird – lasst sie über all jene in eurer Glaubensgemeinschaft Bescheid wissen, die ihnen helfen werden, stark zu bleiben, und sagt ihnen, dass der Heilige Geist ihnen helfen wird, die Dinge durchzustehen.

Du brauchst:

- Springseile/Gummitwist
- Bibeln
- Schnur
- eine Packung Fruit Loops (o. Ä.)
- Fotokopie von Sätzen, in einzelne Worte geschnitten
- YouTube-Clip www.youtube.com/watch?v=15R6SNZ-K1g
- Das Lied “Never Give Up” von den Hillsong Kids (optional)
- 6 Ballons
- Permanentmarker
- eine „Zuhause & darüber hinaus“-Karte für jedes Kind

Aufwärmen

Die folgenden Aktivitäten sind ein Ausdauertest für die Kinder. Stelle sicher, dass du bei der Erklärung das Wort „ertragen“ verwendest, damit du später während der Sitzung darauf zurückkommen und über diesen Begriff sprechen kannst.

Ich kann auf einem Bein stehen

Ziel dieser Aktivität ist es, zu sehen, wie lange die Kinder auf einem Bein stehen können.

- Bitte alle Kinder aufzustehen.
- Sie sollen ihre Arme zur Seite ausstrecken (Balance).
- Auf dein Kommando hin sollen sie so lange wie möglich auf einem Bein stehen.
- Sie müssen den Schmerz „ertragen“, mit ausgestreckten Armen und auf einem Bein zu stehen.
- Wenn sie nicht mehr können, können sie aufhören und sich auf den Boden setzen.
- Die letzte Person, die auf einem Bein balanciert, ist der Sieger.

Bei der zweiten Runde bitte die Kinder, ihre Augen während der Herausforderung zu schließen. Sie strecken also ihre Arme gerade zur Seite, stehen auf einem Bein und schließen die Augen, wenn du „los“ sagst. Wieder müssen sie balancieren und den Schmerz aushalten. Diesmal ist es schwieriger als bei der ersten Übung. Die letzte Person, die stehenbleibt, gewinnt.

Springseil

Lege mehrere Springseile für diese Aktivität bereit oder du lass die Kinder in mehreren Runden antreten. Die Kinder, die seilspringen können und an der Herausforderung teilnehmen möchten, können einfach anfangen, sobald du „los“ sagst. Als Alternative kannst du je zwei Kinder ein Seil (oder Gummitwist) auf einem niedrigen Niveau halten und die Kinder über das Seil hin- und herspringen lassen. Lass die Kinder anfangen zu springen und sehe, wie lange sie das körperlich aushalten können, ohne anzuhalten. Wenn sie es nicht mehr weitermachen können, lasse sie sich auf den Boden setzen, bis die anderen fertig sind.

Überleitung: „Wow, wie seid ihr heute mit den körperlichen Herausforderungen umgegangen? Waren sie leicht oder schwer zu ertragen? Ihr alle musstet den körperlichen Schmerz ertragen und so lange wie möglich weitermachen, bevor ihr aufgegeben habt.“

- Wie habt ihr euch gefühlt, als ihr mit ausgestreckten Armen auf einem Bein gestanden habt? War es leicht oder schwer?
- Was ist passiert, als ihr eure Augen geschlossen habt? War das schwieriger als vorher?
- Wie lange dachtet ihr, ihr könntet weiter seilspringen?
- Musstet ihr Schmerz und Erschöpfung ertragen oder kämpfen, um weiterzumachen?
- Was bedeutet das Wort „Ausdauer“? *(Lasse den Kindern etwas Zeit, dies zu besprechen.)*
  - die Fähigkeit, etwas Schwieriges für eine lange Zeit zu tun
  - die Fähigkeit, weiterzumachen oder durchzuhalten
  - Durchhaltevermögen
  - Widerstandsfähigkeit gegen Ermüdung und die schnelle Regenerationsfähigkeit nach einer Belastung

„Ausdauer beschreibt die Fähigkeit, eine bestimmte Intensität (zum Beispiel die Laufgeschwindigkeit) über eine möglichst lange Zeit aufrechterhalten zu können und sich so schnell wie möglich wieder zu regenerieren. Lasst uns einige Beispiele für Ausdauer sammeln. Ein Beispiel dafür ist, was ein Marathonläufer tun muss, um ein Rennen zu überstehen.“ *(Lass die Kinder weitere Beispiele finden.)*

„Manchmal geht es bei Ausdauer nicht nur darum, etwas körperlich auszuhalten. Es gibt Zeiten, in denen wir eine Aufgabe erledigen müssen, die uns wirklich nicht gefällt oder die vielleicht langweilig ist. Wir müssen weitermachen und nicht aufgeben – auch das ist Ausdauer. Manchmal kann es bedeuten, bei einer Aufgabe immer wieder zu scheitern, aber trotzdem weiterzumachen, weil man weiß, dass es letztendlich funktionieren wird und es sich lohnt.

Denkt an all die Erfinder, die im Laufe der Jahre Dinge erfunden haben, zum Beispiel Alexander Graham Bell, der das Telefon 1876 erfunden hat. Ich frage mich, wie viele Jahre es gedauert und wie viele Versuche er gebraucht hat, bis er mit seiner Erfindung erfolgreich war. Er hatte viele, viele Stunden lang Experimenten durchgeführt, bis es perfekt war. Denkt daran, nur weil Alexander Graham Bell das Telefon erfunden hat, haben wir jetzt Handys. Alles dank einer Person, die viele Stunden Versuche und Experimenten ertragen hat. Manchmal brauchen wir viel Geduld, um etwas durchzustehen.

'Heute werden wir uns ansehen, wie wir etwas durchhalten und bei der Stange bleiben können, auch wenn wir vielleicht denken, dass wir nicht mehr aushalten können.

Das Wichtigste

Radfahren…

- Wie viele von euch können Fahrrad fahren?
- Könnt ihr euch erinnern, wann ihr angefangen habt, Fahrrad fahren zu lernen?
- Wisst ihr noch, wie ihr euch gefühlt habt? Vielleicht wart ihr aufgeregt, ängstlich oder nervös?
- Wenn ihr mit Stützrädern angefangen habt, frage ich mich, wie ihr euch gefühlt habt, als die Stützräder zum ersten Mal abgenommen wurden.
- Musstet ihr es viele Male versuchen, bis ihr ohne anzuhalten oder herunterzufallen fahren konntet?

Diskutiere mit den Kindern über ihre Erfahrungen mit dem Radfahren und erzähle ihnen von deinen eigenen Erfahrungen beim Radfahren (wenn du kannst!).

„Die meisten Menschen, die das Radfahren lernen, sind in der Lage, durchzuhalten und zu üben, sodass sie schließlich ein Fahrrad ohne Stützräder fahren können. Sie müssen Ausdauer zeigen, um diese neue Fertigkeit zu erlernen. Als ihr angefangen habt zu lernen, habt ihr sicher gewusst (oder eure Eltern haben es euch gesagt), dass ihr Übung braucht, bevor ihr Fahrrad fahren könnt, ohne anzuhalten und herunterzufallen. Welche anderen neuen Fähigkeiten habt ihr euch noch angeeignet, die eine gewisse Ausdauer erfordert haben, um sie vollständig zu erlernen?" *(Es wäre großartig, wenn du ein Beispiel für etwas nennen könntest, das du mit den Kindern durchgemacht hast.)*

Fruit Loops – bleib dran!

Wähle einen Freiwilligen für die nächste Aktivität. Gib ihm ein Stück Schnur und eine Packung Fruit Loops (Kellogg´s) oder etwas Ähnliches und bitte das Kind, die Fruit Loops auf die Schnur zu fädeln, um eine schöne lange Halskette zu machen.

- Vergewissere dich, dass keinen Knoten am Ende der Schnur gebunden werden, damit beim Auffädeln die Fruit Loops sofort am anderen Ende herunterfallen. Wenn dies geschieht, schlage vor, dem Kind zu helfen. Binde einen kleinen Knoten in die Schnur, sodass die Fruit Loops beim Einfädeln immer noch von der Schnur fallen.
- Wenn das passiert, biete nochmals deine Hilfe an und knote diesmal einen Fruit Loop fest, sodass die anderen nicht mehr her-unterfallen können, wenn sie aufgefädelt werden. Bitte das Kind, das Einfädeln fortzusetzen.
- Warte, bis die Kette fast vollständig ist, bevor du „merkst", dass die Farben nicht in der von dir gewünschten Reihenfolge sind. Nimm die Fruit Loops von der Schnur ab und lasse das Kind mit dem gewünschten Farbmuster beginnen.
- Sobald die ganze Kette fast fertig eingefädelt ist, halte sie hoch, damit alle sie sehen können. Lass die Kette „versehentlich" so fallen, dass alle Fruit Loops wieder herunterrutschen. Bitte das Kind, noch einmal neu zu beginnen. Betone, dass „der/die arme/r ..." weitermachen muss und die Kette wieder anfangen muss, weil alles nicht so geklappt hat, wie er/sie wollte.

- Sollen wir mit der Halskette weitermachen?
- Sollte ... alle Hindernisse aushalten, die im Weg stehen, oder lieber aufgeben?
- Lohnt es sich am Ende?

„Manchmal ist es schwer weiterzumachen, wenn die Dinge frustrieren; es ist schwierig, weiterzumachen, wenn es länger dauert, als man zuerst dachte, und es kann schwer sein, daran festzuhalten und Ausdauer zu zeigen, wenn man von vorne anfangen muss.

- Habt ihr euch schon einmal so gefühlt?

Heute werden wir uns drei Bibelverse ansehen, die uns helfen können, wenn wir über Ausdauer nachdenken und darüber, was das für uns bedeuten könnte."

Drucke die drei folgenden Sätze in großer Schrift aus und schneide die einzelne Wörter aus. Während wir diesen Abschnitt gemeinsam durchgehen, bekommen die Kinder Zeit, die Wörter in die richtige Reihenfolge zu bringen. Du kannst jedem Kind einen Satz geben oder die Kinder in kleine Gruppen einteilen, um gemeinsam an allen zu arbeiten. In diesem Fall benötigst du alle drei Sätze für jede Gruppe.

- **Ich kann weitermachen, weil Gott mir durch die Kraft seines Heiligen Geistes helfen wird.**
- **Ich kann mit etwas weitermachen, auch wenn es nicht so läuft, wie ich es will.**
- **Ich sollte weitermachen, weil es sich lohnt.**

Bitte die Kinder, Apostelgeschichte 1,1-10 aufzuschlagen und sich auf Vers 8 zu konzentrieren: „Aber wenn der Heilige Geist über euch gekommen ist, werdet ihr seine Kraft empfangen. Dann werdet ihr den Menschen auf der ganzen Welt von mir erzählen – in Jerusalem, in ganz Judäa, in Samarien, ja bis an die Enden der Erde."

„Manchmal, wenn wir etwas Neues ausprobieren, etwas, an dem wir hart arbeiten müssen oder über das wir intensiv nachdenken müssen, kann es uns schwerfallen und wir beginnen, damit zu kämpfen. Es ist wichtig, daran festzuhalten und die Hindernisse auf unserem Weg zu ertragen. Wir müssen die Kraft finden weiterzumachen, und das kann durch die Hilfe von anderen um uns herum und von Gott geschehen. Als Jesus die Jünger verließ und in den Himmel zurückkehrte, dachten sie, sie würden allein sein, aber Jesus sandte einen Helfer für sie, den Heiligen Geist. Der Heilige Geist war da, um den Jüngern zu helfen, wenn sie Ermutigung und Ausdauer für die Situation brauchten. Jesus hinterließ den Jüngern die große Aufgabe, der Welt von seinem Leben, seinem Tod und seiner Auferstehung zu erzählen. Aber er ließ sie nicht allein, er sandte den Heiligen Geist, um ihnen zu helfen, seine Geschichte zu erzählen."

Gib den Kindern die Worte zum ersten Satz: **„Ich kann weitermachen, weil Gott mir durch die Kraft seines Heiligen Geistes helfen wird."** Bitte sie, die Wörter in die richtige Reihenfolge zu bringen und einen sinnvollen Satz zu bilden.

„Der Heilige Geist wurde nicht nur geschickt, um den Jüngern zu helfen, sondern ist auch hier, um uns zu helfen, wenn wir etwas Ermutigung und Hilfe bei der Ausdauer brauchen."

Lest als Gruppe Apostelgeschichte 16,16-40. Sprich mit den Kindern darüber, wie Paulus und Silas nicht aufhörten, den Menschen von Jesus zu erzählen und – weil sie nicht aufhörten – ins Gefängnis geworfen wurden. Paulus und Silas ertrugen ihre Zeit im Gefängnis und machten weiter, auch wenn die Dinge nicht so liefen, wie sie es wollten, weil sie sehen konnten, dass es sich lohnen würde.

Gib den Kindern die Wörter zum zweiten Satz: **„Ich kann mit etwas weitermachen, auch wenn es nicht so läuft, wie ich es will."** Bitte sie erneut, die Wörter zu sortieren und zu sehen, ob sie den Satz bilden können.

„Manchmal müssen wir vorsichtig sein mit dem, wobei wir hartnäckig bleiben wollen. Die Aussage 'Ich kann mit etwas weitermachen, auch wenn es nicht so läuft, wie ich es will' bedeutet nicht, dass wir immer automatisch Erfolg haben werden, nur weil wir es versucht haben. Manchmal soll es einfach nicht sein. *(Vielleicht hast du ein Beispiel für etwas, auf das du beharrt hast, aber letztendlich – aufgrund einer weisen Entscheidung – aufgegeben hast.)*

„Heute geht es darum, Ausdauer zu fördern, aber keine Dummheit. Was würde passieren, wenn ich 70 Jahre alt, nicht fit und übergewichtig wäre, aber eines Tages aufwache und beschließe, 50 km zu laufen? Spätestens nach 5 km würden mir meine Beine wackeln; nach 10 km hätte ich rasende Kopfschmerzen; nach 15 km bekäme ich starke Schmerzen in der

Brust und ich müsste um Atem ringen. Sollte ich stur bleiben? Wahrscheinlich nicht, ich würde mich zu Tode rennen! Vielleicht wäre es besser, mich langsam daran zu gewöhnen, 5 km zu laufen. Dann kann ich auf 10 km steigern und so weiter. Irgendwann kann ich vielleicht 50 km laufen. Ausdauer ist eine wunderbare Eigenschaft, aber das bedeutet nicht, dass wir aufhören, unseren Verstand zu gebrauchen!“

Bitte eines der Kinder, Galater 6,9 nachzuschlagen und vorzulesen. „Deshalb werdet nicht müde zu tun, was gut ist. Lasst euch nicht entmutigen und gebt nie auf, denn zur gegebenen Zeit werden wir auch den entsprechenden Segen ernten.“

Gib den Kindern die Wörter des dritten Satzes: „Ich sollte weitermachen, weil es sich lohnt.“ Bitte sie erneut, die Wörter zu sortieren und zu sehen, ob sie den Satz bilden können.

„Die Dinge laufen nicht immer so, wie wir das wollen, und das kann frustrierend sein. Aber das bedeutet nicht, dass man bei den ersten Anzeichen von Schwierigkeiten aufgibt. Gott bittet uns, anderen weiterhin zu helfen, beharrlich zu bleiben, an den Dingen festzuhalten – besonders, wenn es etwas ist, was Gott gefallen würde. Gott sagt uns, dass es sich lohnen wird – was bedeute das wohl?“ *(Gib den Kindern etwas Zeit, sich darüber auszutauschen und zu verstehen, was das bedeutet: Wie macht Gott, das es es wert ist weiterzumachen? Kommt unsere Belohnung nur im Himmel (nachdem wir gestorben sind) oder liegt die Belohnung darin, ihm zu gefallen oder uns selbst wohlzufühlen? Gibt es eine Belohnung, wenn man etwas zu Ende bringt? Braucht Ausdauer eine Medaille oder Auszeichnung am Ende, um sich auszuzahlen? Was ist unsere Motivation, anderen zu dienen/zu helfen?)*

Anknüpfen

Never Give Up

Schaut euch folgendes Lied von den Hillsong Kids an (www.youtube.com/watch?v=15R6SNZ-K1g) oder hört, singt oder tanzt es als Gruppe. Wenn du keinen Zugang zu YouTube hast, könnt ihr einfach den Text unten lesen:

Never Give Up (Gib nie auf)

Rain may be falling and lightning fills the sky. *(Regen kann fallen und Blitze den Himmel füllen.)*
But the sun is rising, God is on my side. *(Aber die Sonne wird aufgehen, Gott ist auf meiner Seite.)*
Wind may blow around me and thunder may go boom! *(Der Wind kann um mich blasen und Donner kann erschallen.)*
Clouds are disappearing your light is shining through. *(Die Wolken werden verschwinden und dein Licht wird scheinen).*

Never give up, cause he’s always there, *(Gib nie auf, denn er ist immer da.)*
Never give up anytime, anywhere. *(Gib zu keiner Zeit und nirgends auf.)*
Never give up cause he’s always there, *(Gib nie auf, denn er ist immer da.)*
Remember God is always by your side. *(Denke daran, Gott ist immer auf deiner Seite.)*

Ballongebete

Blase sechs Luftballons auf und schreibe folgende drei Gebete mit einem Permanentmarker darauf (je zwei Luftballons mit einem der Gebete).

- Danke, Gott, dass du immer bei uns bist und dass du uns hilfst, Ereignisse und Dinge in unserem Leben auszuhalten, mit denen wir zu kämpfen haben.
- Danke, Gott, dass du uns die Kraft gegeben hast weiterzumachen, auch wenn die Dinge nicht so laufen, wie wir uns das wünschen.

- Danke, Gott, dass du uns gezeigt hast, dass es sich am Ende lohnen kann, wenn wir etwas aushalten und weiter versuchen.

Wirf alle sechs Ballons (oder drei bei einer kleinen Gruppe) in die Luft. Alle sollen versuchen, die Ballons in der Luft zu halten. Wenn ein Ballon auf den Boden fällt, sprecht als Gruppe das darauf stehende Gebet. Wenn du „Amen“ sagst, lass den Ballon platzen, um durch den Knall zu symbolisieren, dass Gott unsere Gebete erhört hat. Macht weiter mit den anderen Ballons und Gebeten, bis alle geplatzt sind.

Zuhause & darüber hinaus

Drucke die „Zuhause und darüber hinaus“-Karten aus. Die Kinder können sie in ihrem Tagebuch oder Notizheft aufbewahren und ihre Herausforderungen, Gedanken, Antworten oder andere Aktivitäten hineinschreiben.

Ausdauertest

Testet in den nächsten Wochen zu Hause eure Ausdauer als Familie. Wählt eine der folgenden Ideen aus und setzt sie gemeinsam um. Während ihr zusammen seid, besprecht, was es bedeutet, etwas als Familie auszuhalten. Ihr könnt weitermachen, denn Gott wird euch helfen, auch wenn die Dinge nicht so laufen, wie ihr wollt, denn am Ende ist es das wert.

- Findet ein „unvollendetes Projekt“ zuhause, geht es als Familie an und beendet es gemeinsam.
- Lest als Familie einen Klassiker in angemessener Zeit – jeden Abend ein Kapitel.
- Macht als Familie eine gemeinsame Wanderung in unwegsamem, aber sicherem Gelände.

DESHALB WERDET NICHT MÜDE ZU TUN, WAS GUT IST. LASST EUCH NICHT ENTMUTIGEN UND GEBT NIE AUF, DENN ZUR GEGEBENEN ZEIT WERDEN WIR AUCH DEN ENTSPRECHENDEN SEGEN ERNTEN.

Galater 6,9