

# SCHOOL-SCOUT.DE



Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

**Auszug aus:**

*Im Takt der Zeit - den eigenen Rhythmus finden*

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](http://School-Scout.de)



1.22

Mensch und Miteinander

**Im Takt der Zeit – Den eigenen Rhythmus finden**

Christine Kuchler



Du bist ein kostbares Gut. Schätze es so, wie Gott es dir anvertraut. Bewahre es gut, wie du es erhält, machst du es nicht zu etwas, das du nicht hast. Sie erregt wie ein Flug, ein anderes Leben, ein Leben, in dem du nicht mehr bist. Sie erregt wie ein Flug, ein anderes Leben, ein Leben, in dem du nicht mehr bist. Sie erregt wie ein Flug, ein anderes Leben, ein Leben, in dem du nicht mehr bist.

**KOMPETENZPROFIL**

**Klassische:**

**Dauer:**

**Kompetenzen:**

**Thematische Bereiche:**

**Medien:**

**Zusammenfassung:**

6-7  
3 Stunden in 12 Unterrichtsstunden + Lernfortschritte  
mit Eltern und Kindern die eigene Zeitstruktur reflektieren, den  
Aufbau des Körpers verstehen, den Sonntag als Höhepunkt  
des Wochenendes, mit Kindern über die Zeit philosophieren  
umweltbewusst, Bewegung, Sport, Medien, Kunst  
Machen, Schreiben, Bilden, Aufmerksamkeitsübungen  
Lied

## I.22

### Mensch und Miteinander

# Im Takt der Zeit – Den eigenen Rhythmus finden

Christian Kuster



© RAABE 2022

© DNY59/E+

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

<b>Klassenstufe:</b>	6–7
<b>Dauer:</b>	3 Bausteine (8–10 Unterrichtsstunden) + Lernerfolgskontrolle
<b>Kompetenzen:</b>	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
<b>Thematische Bereiche:</b>	sinnvolle Zeiteinteilung, Kirchenjahr, Sonntag, Medien, Bibel
<b>Medien:</b>	Märchen, Bibeltexte, Bilder, Achtsamkeitsübung
<b>Zusatzmaterial:</b>	Lied

---

## Warum behandeln wir das Thema?

Wie gehen junge Menschen heute mit ihrer Lebenszeit um? Wofür nehmen sie sich Zeit? Womit vergeuden sie sie? Wie oft verlieren sie sich in den sozialen Medien? Fühlen bereits sie sich gehetzt und großem Zeitdruck ausgesetzt? Diese Einheit hat nicht das Ziel, neue Inhalte zu vermitteln. Sie will die Schülerinnen und Schüler vielmehr sensibilisieren für die Kategorien „Raum“ und „Zeit“, für die Kostbarkeit des Augenblicks, ihre Zeiteinteilung in Bezug auf ihre Lebensplanung, für bewusst und unbewusst gesetzte Präferenzen. Im Idealfall lassen sich die Jugendlichen von den angebotenen Impulsen ansprechen und finden einen eigenen, gesunden Rhythmus für ihren Tagesablauf und ein Leben eingebunden in den Jahreszeitenzyklus. Dann können sie mit Meister Eckhart (1260–1328) sagen: „Die wichtigste Stunde ist immer die Gegenwart. Der bedeutendste Mensch ist immer derjenige, der dir gerade gegenübersteht. Das notwendigste Werk ist stets die Liebe.“<sup>1</sup>

## Fachliche Hinweise

### Was ist Zeit? – Ein schwer fassbares Phänomen

„Was ist also die Zeit? Wenn mich niemand darüber fragt, so weiß ich es; wenn ich es aber jemandem auf seine Frage erklären möchte, so weiß ich es nicht“, schrieb Augustinus von Hippo in seinen „Confessiones“. Eines jedoch erschien ihm sicher, „dass es keine vergangene Zeit gäbe, wenn nichts vorüberginge, keine zukünftige, wenn nichts da wäre.“<sup>2</sup> So ergeben sich die drei Zeitformen, die unser Leben prägen: die Vergangenheit, die nicht mehr und die Zukunft, die noch nicht ist. Beide gehen hervor aus der Gegenwart, dem Augenblick, dessen Dauer nur schwer zu bestimmen ist. Schwer zu fassen ist auch unser Zeitempfinden. Zeit kann als tot und öde oder erfüllt und glücklich empfunden werden. Sind wir eins mit unserer Beschäftigung, vergessen wir uns selbst und die Zeit, spricht die Psychologie vom „Flow-Erleben“. Als „zeitlos“ erweisen sich Modeartikel, Autos, Bilder, Lieder oder Häuser, die dauerhaft interessant bleiben, die sich ihre Einmaligkeit bewahren, auch wenn der Zahn der Zeit an ihnen zu nagen droht. Manche Dinge wiederum wirken auf uns wie aus der Zeit gefallen. Sie erscheinen uns anachronistisch, seltsam überholt und ewig gestrig.

### Der Mensch in der Zeit – Gefangen und getragen zugleich

Unsere Lebenszeit ist befristet und genau darum so wertvoll. Der Jahreskreis, strukturiert durch die immer wiederkehrenden Jahreszeiten, verleiht unserem Leben Struktur und Verlässlichkeit. Der kirchliche Festkreis gliedert das Jahr liturgisch und stiftet Sinn. Wir wissen uns eingebunden in ein übergeordnetes Heilsgeschehen. Unser Leben selbst ist oft eng getaktet. Nur selten tun wir nichts. Und doch geschieht so viel, wenn wir präsent sind, in reinem Gewahrsein. Dies Empfinden erinnert an den biblischen Sonntag, der es dem Menschen ausdrücklich gestattet, zur Ruhe zu kommen, wesentlich und absichtslos zu sein. Dann werden, mit Michael Ende gesprochen, Zeitdiebe wie die Gier, die Arbeit oder die ungeordneten Leidenschaften in ihre Schranken gewiesen. Der Alltag wird unterbrochen. Das Gebot, den Sonntag zu heiligen, schützt den Menschen vor Überlastung, Burn-out, Depression und leidvollem Suchtverhalten.

<sup>1</sup> <https://gutezitate.com/zitat/212702> [zuletzt geprüft am 07.04.2022]

<sup>2</sup> <https://www.grin.com/document/279641#:~:text=Meist%20wird%20die%20Zeit%20in,Zeit%2C%20wenn%20nichts%20seiend%20w%C3%A4re> [zuletzt geprüft am 07.04.2022]

## Christus als Anfang und Ende der Zeit

Jesus gilt Christen als das Alpha und das Omega, der Anfang und die Vollendung der Zeit. Wer in ihm wandelt, wer ihm nachfolgt, lebt in der „Fülle der Zeit“ (vgl. Mk 1,15). Er nützt seine Zeit und strebt danach, den Willen des Herrn zu tun (vgl. Jak 5,16). Dieser Weg führt dauerhaft dorthin, wo Freiheit ist, wo Freude waltet und wo das Leben lebendig und fruchtbar ist. Die Zeit als den uns geschenkten Lebensrahmen zu bejahen, den „Tag zu pflücken“ („carpe diem“), jeden Moment als Chance zu begreifen, als Einladung, das Leben aktiv und kreativ zu gestalten, im Augenblick zu verweilen, das erscheint als die einzig sinnvolle Antwort auf die Frage nach dem Wesen der Zeit.

## Didaktisch-methodische Hinweise

### Wie bettet sich die vorliegende Einheit in den Lehrplan?

Der bayerische LehrplanPLUS sieht die Thematisierung eines sinnvollen Umganges mit Zeit (ER 9.1.: „Arbeit und Freizeit“) und Medien (ER 7.4.: „Ich werde erwachsen“) vor. Eine reflektierte, kompetente Zeitgestaltung mit gut strukturierten Ritualen hilft den Lernenden, sich gesund zu entwickeln. Kirchliche Feste wie Ostern, Pfingsten, der Reformationstag und Feiern zu besonderen Anlässen (Geburtstage, Schulabschluss) bestärken Jugendliche in ihrem Entwicklungsprozess. Sie verstehen das Kirchenjahr (ER 6.4.: „Auszeiten und Feste“ und KR 6.6.: „Im Takt der Zeit – Seinen Rhythmus finden“) und seine Bedeutung. Sie erschließen sich die biblischen Bezüge einzelner Feste.

### Welche Zielsetzungen verfolgt diese Reihe?

Im Fokus dieser Reihe steht die Reflexion des eigenen Zeiterlebens. Dies erfordert seitens der Lehrkraft eine gewisse Offenheit für die Lebensgestaltung der Jugendlichen: Wie erleben sie ihren Tag? Wie teilen sie ihn sich ein? Was ist ihnen wichtig? Wie viele Stunden verbringen sie mit Handys und Spielekonsolen? Methodisch liegt das Gewicht auf dem wertfreien Austausch über das Empfinden der Zeit und den Umgang mit ihr. Inhaltlich wird der Ablauf des Jahres, die Abfolge der Jahreszeiten und des kirchlichen Festkreises in den Blick genommen. Besonderes Augenmerk liegt hier auf der Wahrnehmung des Sonntags als Ruhetag.

### Wie geht diese Einheit methodisch vor?

*Zugang zur Kunst in Form von Bild und Liedern*

Diese Einheit richtet sich vor allem an Lehrkräfte, die Zeit und Lust haben, sich auf methodisch neue Ansätze, auf die Arbeit mit Musik und Bildern einzulassen, Lehrerinnen und Lehrer, die offen für die Welt der Jugendlichen sind, die nicht am korrigierenden, leistungsoptimierenden Rotstift hängen. Corona-bedingt wird die Einheit im Klassenverband vermutlich eher frontal stattfinden, bei der Einhaltung der Abstandsregel ist aber auch das Arbeiten im Sitzkreis denkbar für die Bild- und Bibelarbeit.

„Die vier Jahreszeiten“ Vivaldis, Adventslieder und Bilder bieten Vertiefungsmöglichkeiten zum Thema. Der Zugang zu diesen Bereichen ist bewusst niedrigschwellig konzipiert. Es geht darum zu schauen, zu hören und um den Mut, die eigenen Empfindungen auszusprechen. Im Lied „Heilig sein ist kein Privileg“ sind nicht nur katholische Lernende angesprochen. Jede Christin, jeder Christ ist zur Heiligkeit berufen (vgl. Röm 16,2; 1 Kor 1,2; Eph 1,1.5,3; Hebr 3,1; Offb 18,20).

### *Bibel und Philosophie*

Die Bibel ist noch immer eine ökumenische Fundgrube für eine gelingende Lebensgestaltung. Vor allem in den Weisheitsbüchern (Sir; Koh; Ps 90 etc.) findet sich ein reichhaltiges Angebot für weiterführende Überlegungen und neue Lebensentwürfe. Auszugsweise lassen sich biblische Themen gut

in diese Einheit einbetten. Auch das Philosophieren mit Jugendlichen hat seinen Platz. Wichtig ist dabei, den Lernenden zu vermitteln, dass jeder sagen darf, was er will. Nichts ist falsch. Alles sollte unkommentiert gewürdigt werden, respektvolles Nachfragen ist erwünscht. Nach Möglichkeit fasst die Lehrkraft das Besprochene noch einmal abschließend zusammen, damit es nicht verloren geht.

### Wie ist die vorliegende Reihe aufgebaut?

#### *Zeit im Jahr*

Zu Beginn lenkt die Einheit den Blick, unterstützt durch Vivaldis „Vier Jahreszeiten“, auf die Struktur von Tag und Jahr. Vertiefend in den Blick genommen wird der kirchliche Festkreis. Eine Achtsamkeitsübung lädt ein, im Augenblick gegenwärtig zu sein. Das „Märchen von des Königs leerer Kammer“ verdeutlicht, dass die Fülle des Lebens aus der Leere, der Stille, der Selbstbescheidung kommt.

#### *Zeit in Bild und Ton*

Die Lernenden betrachten und deuten Bilder. Sie suchen und formulieren Begriffe und Assoziationen zum Thema „Zeit“. Sie setzen sich mit dem Lied „Heilig sein ist kein Privileg“ auseinander und holen so den Festtag Allerheiligen in ihr Leben, der zu einem Lebensprogramm werden könnte.

#### *Zeit in Bibel und Philosophie*

Die Lernenden setzen sich mit unterschiedlichen Bibelstellen zum Thema „Zeit“ auseinander (Sir 18,9-11; Koh 3,1ff u.a.). Sie analysieren einen verfremdeten Bibeltext über den blinden Bartimäus, der bis heute aktuell ist. Bekannt sind die Gedanken des Philosophen und Theologen Aurelius Augustinus zum Thema „Zeit“. Auch sie sollen in Baustein 3 nicht zu kurz kommen.

### Weiterführende Medien

- ▶ Ende, Michael: Momo oder Die seltsame Geschichte von den Zeit-Dieben und von dem Kind, das den Menschen die gestohlene Zeit zurückbrachte. Ein Märchen-Roman. Thienemann Verlag, Stuttgart 2013.  
Momo ist der literarische Klassiker zum Thema „Zeit“. Auszüge daraus können den Lernenden vorgelesen werden, z.B. von Beppo dem Straßenkehrer, der nie die ganze Straße auf einmal fegt, oder den Zeitdieben, die den Menschen ihre kostbare Zeit stehlen, oder von den Zeitblumen, die aufblühen, wenn wir uns Zeit füreinander nehmen und lieben.
- ▶ Unser Kirchenjahr (katholisch): <https://www.katholisch.de/glaube/unser-kirchenjahr>  
Diese Seite gibt einen kurzen Einblick in das katholische Kirchenjahr. Sie ist als Hinführung für Lehrkräfte hilfreich.
- ▶ Das Kirchenjahr (evangelisch): <https://www.kirchenjahr-evangelisch.de/kirchenjahr.php>  
Das evangelische Pendant zur Einführung ins katholische Kirchenjahr bietet diese sehr anschaulich aufgebaute Seite.

[Alle Links zuletzt geprüft am 05.04.2022.]

---

## 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 ihr 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 von des Königs leerer Kammer</b>
<b>M 5</b>	<b>Der Sonntag – Ein kleines Osterfest</b>
<b>Kompetenzen:</b>	Die Lernenden unterscheiden Tageszeiten und Jahresabschnitte. Sie geben die Struktur des kirchlichen Festkreises wieder. Sie wissen um die Bedeutung der einzelnen Feste und schulen ihre Aufmerksamkeit für den Augenblick. Sie begreifen Stille als Bereicherung für ihr Leben.
<b>Benötigt:</b>	das Buch „Momo“ in Auszügen; ein Wecker für den 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 Christen 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 (M 2: Das 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 – Bibelstellen 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 erörtern**

**Kompetenzen:** Die Lernenden deuten unterschiedliche Bibelsprüche in Bezug auf ihren Alltag; sie erkennen sich im Buch Kohelet 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; Blindenschleife 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**

# SCHOOL-SCOUT.DE



Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

**Auszug aus:**

*Im Takt der Zeit - den eigenen Rhythmus finden*

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](http://School-Scout.de)



1.22

Mensch und Mitgeschander

**Im Takt der Zeit – Den eigenen Rhythmus finden**

Christine Kuchler



Du bist ein besterles Gut. Schenke dir es, bleibe mit ihr ungeschuldet. Bewahre es sorgfältig wie ein Schatz, mach' es dir zu eigen, mach' es dir zu eigen, mach' es dir zu eigen. Sie vermag wie ein Flug, an dessen Spitze verweilt sie kaum. In ihrer Zerstreuung ist das Leben ihrer Zeit. Sie vermag sich mit dem Ablauf der Jahreszeiten und dem höchsten Feiern zu verbinden, anhand von Licht, Blau und Hohen über sie ist ein höchstes, markant und Bewusstheit. Plötzlich, „Zeit“, Sie ist ein Leben, sie ist die Sorge für ein Leben, sie ist ein Leben, sie ist ein Leben.

**KOMPETENZPROFIL**

**Klassische:** 6-7

**Dauer:** 3 Stunden (12 Unterrichtsstunden) + Lernfortschritte

**Kompetenzen:** mit Bildern und Texten die eigene Zeitstrahl reflektieren, den

Aufbau des Körperspieles verstehen, den Sonntag als Höhepunkt

des Wochenendes reflektieren, dass die Zeit physisches

sinvolle Zeitstrahl, Körper, Zeit, Sonntag, Medien, Bild

**Therapeutische Bereiche:** Malen, Zeichnen, Bild, Aufmerksamkeit

**Ziele:** Lust