

## Hoe moet ik bidden

## Bidden met je handen



**HOUVAST  
OP SCHOOL**

Serie B Thema 28

Bouwsteen: 'Bidden met je handen'

Focus binnen de Kennisbasis: Traditie

Focus binnen Burgerschap: Kerndoelen 1, 2, 3, 12, 38, 54, 56

*Groep: 1,2*

*Duur: 30 minuten*

### LESOPBOUW

- Het verhaal 'Hoe moet ik bidden'
- In het verhaal stappen door gesprek aan de hand van vragen.
- Op verhaal komen: 'Bidden met je handen'

### *Bijlagen:*

- Het verhaal 'Hoe moet ik bidden'
- Vertelplaat
- Afbeelding 'Handen die bidden'
- Afbeelding 'Het kruisteken'

### *Zelf toevoegen:*

- 

### ELEMENT

Jezus leert ze het gebed 'Onze Vader' dat nog steeds door alle christenen wordt gebeden. In de traditie zijn er gebaren bijgekomen.

### INTRODUCTIE

Het 'Onze Vader' is het gebed dat Jezus aan zijn leerlingen geleerd heeft. Het gebed wordt over de hele wereld in alle christelijke kerken gebeden. Het katholieke 'Onze Vader', zoals opgeschreven in het verhaal, verschilt in bewoording enigszins van de protestantse en oecumenische versie. Maar in elke vertaling is de strekking van de woorden nooit veranderd. Het 'Onze Vader' is er in alle talen.

Bidden gaat vaak gepaard met gebaren. Gelovigen maken een kruisteken, vouwen onze handen of maken een ontvangend gebaar. In alle godsdiensten zijn handen belangrijk bij het bidden maar ook hoort er soms knielen of staan bij.

Soms, bij voorbeeld bij sportwedstrijden, slaan mensen een kruisje. Zij richten hun aandacht even op de hemel. Zij bidden alleen al door het gebaar.

## HET VERHAAL 'HOE MOET IK BIDDEN'

Vertelling naar het Bijbelverhaal uit het Nieuwe Testament, het Evangelie van Matteüs, Hoofdstuk 6; 7-15 en het Evangelie van Lucas, Hoofdstuk 11; 1-10

Vertel het verhaal en bekijk samen de vertelplaat.

---

### IN HET VERHAAL STAPPEN

Om in het verhaal te kunnen stappen en het te verkennen, stel vragen aan je groep.

- Verhelderingsvragen om na te gaan of ze het goed hebben gehoord.
- Ervaringsvragen om hun eigen ervaring aan de ervaring van de personages in het verhaal te verbinden.
- Levensbeschouwelijke vragen om het verhaal meer filosofisch te onderzoeken, te pelgrimeren door de woorden en een beetje tussen de regels te kruipen.

#### Tip bij gesprek:

Dit is een mooie kans om leerlingen uit verschillende tradities uit te nodigen om over bidden te vertellen aan elkaar. De meeste leerlingen zullen het begrip hoogstwaarschijnlijk niet kennen. Deze bouwsteen geeft ruimte aan delen en elkaar beter leren kennen.

Stel de ervarings- en levensbeschouwelijke vragen bij de activiteit 'Op verhaal komen', stap 3.

#### **Verhelderingsvragen:**

- Hoe praat Jezus met God?
- Jezus zegt 'Onze Vader die in de hemel is'. Wie bedoelt hij dan?

#### **Ervaringsvragen:**

- Wie bidt er wel eens?
- Ken je iemand die wel eens bidt? Wat doen ze dan?
- Gebruik je je handen als je bidt? Kun je voordoen hoe jij of iemand die je kent bidt?

#### **Levensbeschouwelijke vragen:**

- Denk je dat het fijn is om met God, Jezus of Maria te praten? Waarom? Wat zou je dan kunnen zeggen?
  - Jezus zegt dat God altijd weet wat je wilt zeggen, ook al gebruik je geen woorden. Hoe kan God dat?
  - Kun je praten zonder woorden te zeggen?
- 

### OP VERHAAL KOMEN 'BIDDEN MET JE HANDEN'

#### Tip bij uitvoering

Houd rekening met leerlingen uit andere tradities, godsdiensten, die hieraan misschien niet mee mogen/willen doen. Dit kunnen ook sommige christelijke stromingen zijn. Laat hen gewoon kijken en meepraten.

#### **Stap 1**

Vertel dat jullie met je handen bewegingen gaan verzinnen bij het gebed. Voor deze bouwsteen omgezet naar kindertaal.



*Lieve God,  
U bent in de hemel  
We zijn heel blij dat u er bent  
We hopen dat het leven van iedereen op aarde goed wordt,  
precies zoals u het wilt.  
We vragen u of u goed voor ons wilt zorgen  
En wees niet boos op ons als we iets verkeerd doen.  
Wij zullen ook niet boos blijven op andere mensen die iets doen dat naar is voor ons.  
Wil u ons helpen het goed te doen?*

### **Stap 2**

- Laat de afbeeldingen met de drie verschillende gebaren zien. Handen vouwen met platte hand en in elkaar gevlochten, handen openen. Deze handelingen worden allemaal gebruikt in de christelijke kerken. Misschien herkennen ze een beweging. Vraag daarnaar.
- Maar de leerlingen gaan nu zelf bewegingen bedenken.
- Spreek de zinnen stuk voor stuk langzaam uit.
- Vraag de leerlingen per zin welke beweging ze zouden willen maken om deze zin met hun handen te zeggen.
- Kies een beweging, herhaal deze en laat de leerlingen met je mee doen.
- Ga zo het hele gebed door.

### **Stap 3**

- Stel de vraag: “Welk gebaar maken mensen met hun handen als ze gaan bidden?” Misschien dat een leerling het weet en het voor kan doen. Zo niet, doe dan het kruisteken voor.  
Het begint met de rechterhand op het voorhoofd, gaat dan met de hand naar het hart, dan naar de linkerschouder en eindigt bij de rechterschouder. Daarbij wordt resp. gezegd ‘In de naam van de Vader, de Zoon, en de heilige Geest, Amen.  
Je kunt het ook met de afbeelding laten zien. Het jongetje is gespiegeld zodat het makkelijker is voor de kleuters om de zien wat de bedoeling is.
- De mensen in de kerk knielen soms ook, of ze gaan staan als ze bidden.  
Vraag wie dat wel eens heeft gezien of zelf heeft gedaan? Hoe voelt dat?
- Als er leerlingen uit andere godsdiensten zijn in de groep, kunnen zij misschien ook laten zien hoe dat bij hen thuis, in de synagoge, de moskee of de tempel gaat.
- Stel nu de ervarings- en levensbeschouwelijke vragen.

