

## De tien geboden

## Tien leefregels



**HOUVAST  
OP SCHOOL**

Serie C Thema 7

Bouwsteen: Tien leefregels

Focus binnen de kennisbasis: Traditie

Focus binnen Burgerschap: Kerndoelen 1, 2, 3, 4, 35, 37, 38, 54, 55

*Groep: 7/8*

*Duur: 45 min*

### LESOPBOUW

- Verhaal 'De tien geboden'
- In het verhaal stappen door een gesprek aan de hand van vragen.
- Op verhaal komen: 'Tien leefregels'

### *Bijlagen:*

- Verhaal 'De tien geboden'
- Vertelplaat
- Werkblad

### *Zelf toevoegen:*

### ELEMENT

Mozes krijgt de tien geboden van God.

### INTRODUCTIE

In onze samenleving leven we volgens waarden en normen. Hierop zijn veel regels gebaseerd. Onze wetten beschermen ons en zorgen voor duidelijkheid over wat kan en mag. Wij hebben deze regels geleerd en merken soms niet eens dat ze er zijn. Kinderen moeten de regels leren. Het ene kind ervaart dit sterker en bewuster zo dan het andere kind. Ouders en docenten bepalen regels. Sommige regels gaan over specifieke zaken. Regels geven het leven structuur. Dat is voor kinderen een gevoel van veiligheid en rust, maar soms ervaren ze dat regels hen beperken. De regels die Mozes in dit verhaal van God krijgt, zijn regels om naar te leven en kunnen helpen om bepaalde neigingen van de mens in goede banen te leiden. Met deze regels is niet alleen het individuele, maar ook het gemeenschappelijke leven goed geregeld. Sommige regels zijn misschien lastig concreet te maken, zeker voor kinderen. De uitdaging zit hem er dus in situaties te vinden waarin deze regels voor ons tastbaar worden. Hoe kunnen we de tien geboden zelf in ons leven in de praktijk brengen?

---

## HET VERHAAL

Vertelling naar het Bijbelverhaal uit het Oude Testament, het boek Exodus, Hoofdstukken 19, 20 en 32.

Vertel het verhaal en bekijk samen de vertelplaat.

---

## IN HET VERHAAL STAPPEN:

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

### Verhelderingsvragen:

- Hoe heet de woestijn waar het volk doorheen trekt?
- Waarom heet die woestijn zo?
- Waar gaat Mozes naartoe om te bidden?
- Hoe weten de mensen dat God op de berg is?
- Welke regels uit het verhaal heb je onthouden?
- Hoeveel regels geeft God aan Mozes?

### Ervaringsvragen:

- Zijn er regels die jij moet volgen? Welke zijn dat?
- Heb je wel eens regel overtreden? Welke regel was dat? Wat gebeurde er toen?
- Wat vind jij een heel belangrijke leefregel?
- Welke regel zou jij willen introduceren?

### Levensbeschouwelijke vragen:

- In de grondwet is vastgelegd dat ieder mens rechten heeft, niet alleen een klein groepje mensen. Wordt deze regel goed nageleefd? Waarom?
- In de grondwet staat dat er godsdienstvrijheid is. Wat betekent dat en wat zie je daarvan terug? Wat vind je daar van?
- Wat zou er gebeuren als er geen regels waren?
- Welk gebod is volgens jou de belangrijkste?

Bij stap 1 van 'Op verhaal komen' staan nog een aantal levensbeschouwelijke vragen.

---

## OP VERHAAL KOMEN 'TIEN LEEFREGELS'

### Tip bij uitvoering:

- Houd rekening met leerlingen die binnen een religie worden opgevoed waar wordt geloofd dat zij de enige zijn die het bij het rechte eind hebben. Zorg voor veiligheid en houd de toon respectvol. Het gaat om de uitwisseling en niet om een debat. Geloof is waarheid voor de persoon zelf maar mag niet als enige worden gepresenteerd. Maar het mag ook niet als onzin worden afgedaan. Het maakt deel uit van iemand identiteit.
- In Jodendom, Christendom en Islam is het verhaal over Moes bekend. Zij delen de eerste vijf boeken van wat Christenen het Oude Testament noemen. Geef ruimte aan leerlingen om hun versie van het verhaal te delen.



### Stap 1

- Vraag de leerlingen de geboden die ze gehoord hebben op te noemen. Schrijf deze op het digibord. Weten ze ze nog allemaal?
- Ga alle geboden langs. Bespreek samen hoe ze de regel in hun eigen leven zouden kunnen toepassen. Geef ruim de tijd om samen na te denken over de geboden die over God gaan (1, 2 en 3).
- Nodig de leerlingen uit deze regels op een manier te begrijpen die voor hen relevant is.
  - Kun je God vervangen door bijvoorbeeld Liefde? Benadruk dan dat Liefde gaat over liefde voor je medemens, je ouders, je vrienden. Niet over seks en eigenliefde.
  - Bij gebod 2 'Geen andere goden aanbidden' kun je ingaan op verslaving of geld of macht als belangrijkste in je leven.
  - Bij gebod 3 kun je ingaan op groepen die zeggen dat God aan hun kant staat. Zij zullen winnen in de oorlog want God wil dat.

### Stap 2

- Verdeel de groep in duo's of drietallen. Geef ieder groepje het werkblad.
- Vertel dat de geboden *leefregels* zijn. Niet zo maar regeltjes alleen voor thuis of op school. Het zijn regels die je op ieder terrein van het leven kunt toepassen, en die helpen het leven juist beter te maken voor iedereen.
- Vraag de leerlingen na te denken over hoe ze zelf iedere regel in de praktijk kunnen brengen.
- Ze schrijven bij iedere regel een situatie op waarin zij die regel zelf kunnen toepassen in hun leven.

### Stap 3

- Geef ieder groepje een beurt en vraag ze een of twee situaties te noemen en de regel die er bij hoort.
- Geef anderen de gelegenheid om er op te reageren. Herkennen ze de situatie? Zouden ze het ook zo hebben gecombineerd?

### Eventueel Extra 'Tien geboden in gebaren'

- Vertel de leerlingen: "Er zijn tien geboden en wij hebben tien vingers. We kunnen dus onze vingers gebruiken om de tien geboden te onthouden. Bij ieder gebod hoort een gebaar met onze handen.
  - Oefen de gebaren totdat iedereen het redelijk onder de knie heeft.
  - Geef een leerling de beurt. Noem het nummer en laat die leerling dan de regel van dat nummer uitbeelden. Weten de anderen om welk gebod het gaat?
  - Vraag de leerling het gebod uit te leggen.
  - Ga zo door tot alle tien geboden aan bod gekomen zijn.
1. Hou één vinger omhoog. "Er is één God."
  2. Hou beide wijsvingers omhoog. Laat de ene wijsvinger 'buigen' voor de andere. "Je mag niet buigen voor andere goden."
  3. Hou de middelste drie vingers van één hand omhoog. Zo maak je een W-vorm, de W van woorden. Leg deze eventueel tegen de mond. "Let op wat je zegt over God."
  4. Hou de vier vingers van één hand omhoog en leg deze tegen je wang, als een kussentje. "Op de rustdag moeten we rusten en niet werken."
  5. Hou de rechterhand omhoog en doe een high five in de lucht. De high five staat symbool voor het respect voor je ouders.
  6. Hou alle vingers van één hand omhoog en steek of schiet met de wijsvinger van de andere hand richting die hand. "We mogen niet doden."
  7. Hou alle vingers van één hand omhoog. Steek twee vingers van de andere hand omhoog en houd deze stevig tegen elkaar. De ene hand beeldt alle mensen uit en de twee vingers van de andere hand beeldt een relatie uit. "We blijven trouw."



8. Hou van beide handen de vingers omhoog. “We mogen niet stelen.”
9. Steek de wijs- en middenvinger van je rechterhand omhoog. Druk de duim op de ringvinger en pink. Zo zweer je een eed: een belofte waarbij je de waarheid spreekt. “We mogen niet liegen.”
10. Hou beide handen met vier vingers en de duimen omhoog. Maak met beide handen een klauw als een symbool van hebberigheid. “We mogen niet jaloers zijn.”

