

Ritme in het gezin
-Gezinsmoment
voor het begin van een nieuw schooljaar-

God is een God van orde.
Dat merk je meteen als Hij gaat scheppen.
Dat merk je aan het ritme dat Hij heeft gelegd in alles wat Hij geschapen heeft. Zoek met je kinderen naar ritme in de schepping en leer over het belang van ritme in je leven.

Binnenkomer

Zoek met je kinderen naar ritme in de schepping. Dat kun je doen door goed naar een bepaald onderdeel van de schepping te kijken of aan de hand van een prentenboek over deze thematiek.

Denk aan:

- De orde in de tijd (het ritme van het jaar: lente-zomer-herfst-winter, het ritme van de week: de dagen, het ritme van dag en nacht: de uren-minuten-seconden, het ritme van eb en vloed, van de zon en de maan en dergelijke)
- De orde in je lichaam (de ritme van je ademhaling, je hartslag of de symmetrie van je lichaamsbouw)
- De orde van de bloemen- en plantenwereld (de regelmaat van blaadjes, in het hart van madelief of zonnebloem, het proces van groeien, bloeien, zaad verspreiden en vergaan en dergelijke)

Bespreken

1. Hoe komt het dat er zoveel ritme is in de tijd / je lichaam / de natuur? *(God heeft alle dingen ordelijk gemaakt – Prediker 3:11a)*
2. Wat betekent dat voor ons leven? *(Dat het belangrijk is om te leven in Gods ritme. Dat kun je doen door rekening te houden met de orde die God geeft. Op tijd gaan slapen, op tijd opstaan, rustig ontbijten en naar school gaan is goed voor je ritme. Geen rekening houden met Gods ritme (te weinig slapen of overdag slapen en 's nachts bezig zijn, of niet regelmatig eten bijvoorbeeld) is slecht voor je.*

Bijbel erbij

Lees **Prediker 3 vers 1-11** en bespreek dit gedeelte aan de hand van de volgende vragen:

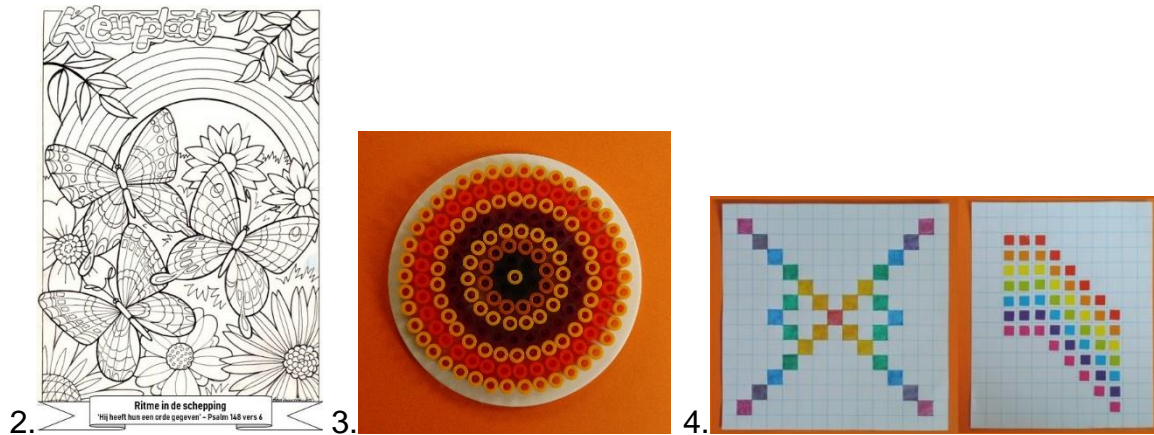
1. Wie zegt deze woorden? *(Salomo. Hij heeft dit Bijbelboek geschreven)*
2. Wat weet je van Salomo? *(Dat hij heel verstandig was. De Heere had hem een verstandig hart gegeven)*
3. Wat raadt Salomo je in dit gedeelte aan? *(Om te leven in het ritme dat God geeft)*
4. Hoe kun je dat doen? *(Door je niet te verzetten tegen 'de bestemde tijd', maar je daaraan over te geven: op tijd naar bed, op tijd eten, op tijd bewegen, op tijd naar school, op tijd...)*

Bezig

Kies uit één van de onderstaande bezigheden om kinderen het onderwerp te laten verwerken of bedenk zelf een bijpassende activiteit.

Jongere kinderen:

1. Rijk een ketting met kralen in volgorde
2. Kleur de kleurplaat over 'Ritme in de schepping' die je vindt op www.bijbelsopvoeden.nl
3. Maak van strijkkralen een ordelijke onderzetter of iets dergelijks
4. Maak van plakkers een ordelijk figuur of teken dit op ruitjespapier



Laat de kinderen bewust voelen hoe rustig ze van deze werkjes worden. Praat daarover en leg uit: orde geeft rust.

Oudere kinderen:

1. Maak een weekplanner om ritme te bevorderen (handreiking daarbij kun je vinden op www.bijbelsopvoeden.nl)
2. Maak een Bijbelse kijktafel met Spreuken 3 vers 11a als uitgangspunt (een voorbeeld kun je vinden op www.bijbelsopvoeden.nl)



Besluiten

Besluit dit gezinsmoment door het belang van orde en ritme te benadrukken. Verwijs daarbij nogmaals naar de Schepper als de Gever van orde en ritme.

Vraag elk van de gezinsleden aan te geven wat er in zijn of haar leven op dit gebied kan verbeteren en help elkaar hoe je dit concreet kunt doen.