

Programma 4: De heilige Geest in jou

Bijeenkomst voor de KerstChallenge bij het jaarthema 2025-2026: Kijk! Laat je verrassen door het werk van Gods Geest.

Algemene informatie

Dit programma is onderdeel van het spellenpakket 2025 dat is opgebouwd uit tien bijeenkomsten. Daarbij werken jullie aan vier overkoepelende doelen: VIEREN, DIENEN, ZORG VOOR ELKAAR en LEREN.

Doel

- De kinderen en tieners ontdekken hoe je de heilige Geest kunt zien in jouw eigen leven:
 - Ze ontdekken dat Gods Geest ook in henzelf woont, tastbaar, kwetsbaar en verrassend.

Tips

- Bestaat je groep uit kinderen van 9-12 jaar? Gebruik de **KIDSTIPS**.
- Pas het programma aan je groep aan. Kijk goed naar wie er in je groep zitten: hebben ze veel of weinig bijbelkennis? Praten ze graag of doen ze liever iets actiefs? Kies de onderdelen die passen bij hun stijl én bij jou, en voel je vrij om aan te passen wat nodig is.

Uit de Bijbel

- Genesis 2:4-7 (NBV21)

Nodig

- Introductie: kaars, lucifer/aansteker, creatief materiaal voor een complimentenkaart (stevig papier, pennen, stiften, potloden)
- Spelronde: eigen invulling, zie uitleg
- Bijbel & gesprek: een bijbel, creatief materiaal (stickers, stiften en papier), spiegeltjes, of groot vel papier voor een collage.
- Afsluiting: drinken en lekkers



Introductie (10 min.)

1. Heet iedereen welkom en start de bijeenkomst met een gebed of gedicht. Steek een kaars aan.
2. Benoem het doel van deze bijeenkomst: ontdekken hoe de heilige Geest in jou leeft.
3. Vertel: God is dichtbij: in jou en in mij. Vraag: Wat maakt jou uniek? Wat heb jij dat niemand anders heeft?
4. Laat de kinderen/tieners in duo's benoemen wat ze goed vinden aan elkaar. Laat ze dit kort uitspreken naar elkaar. Gebruik eventueel een complimentenkaart. Bijvoorbeeld een zon met stralen waarin ze eigenschappen schrijven, of een boom met bladeren waarop talenten staan.
5. KIDSTIP: Laat ze een gebaar of kleine tekening maken van iets wat past bij die persoon, zoals een voetbal, boek of hartje. Of een duim omhoog, een hartje met handen, een dansbeweging.

Let op: het visueel verwerken van talenten en eigenschappen komt later terug bij de verwerking in Bijbel & gesprek.

Spelronde (20 min.)

6. Kies één of meer actieve spelvormen.
 - **Ademrace**
Maak een parcours op tafel of op de grond met tape. Gebruik pingpongballetjes en rietjes. Blaas met je rietje tegen het balletje om het balletje over het parcours te laten bewegen, zonder het met je handen of het rietje aan te raken. Je kunt het spel in estafettevorm doen of als individuele race.
 - **Ademspel**
Laat de groep bewegen op verschillende tempo's en reflecteren op hun ademhaling. Sluit af met een ademmeditatie. Zo ervaren ze dat adem (Geest) invloed heeft op hoe je je voelt.
Maak de ruimte leeg van tafels en stoelen. Laat iedereen een plek in de ruimte innemen.
Vertel: *'Jullie mogen in stilte rustig rondlopen, op je eigen tempo. Welk tempo voelt rustig en ontspannen voor jou? Dat mag zo langzaam als je wilt.'*
'Luister naar je ademhaling. Is je ademhaling snel of langzaam? Diep of oppervlakkig?'



‘Doe nu net of je haast hebt. Je moet een trein halen, je bent te laat voor school. Opschieten!’

Laat iedereen een paar minuten rondrennen. En daarna weer rustig lopen.

‘Hoe voelt je adem nu? Snel of langzaam? Diep of oppervlakkig?’

‘Doet dat ook iets met hoe jij je voelt?’

‘Ga nu rustig zitten. Doe je ogen dicht. Haal vijf keer diep adem. Tel steeds tot 4 bij het inademen, en tot 5 bij het uitademen. Maak bij het ademen je buik bol, zo haal je diep adem.’

‘Hoe voelt dat? Voel je je nu anders dan net?’

- **Ademritme**

Maak samen of in groepjes een ritme met ademgeluiden of zachte instrumenten. Creëer samen iets wat rust en verbinding uitdrukt.

- **Talententikkertje**

Speel dit spel met mooi weer buiten. Ontdek dat God werkt door wie jij bent zoals je bent, met jouw talenten.

Maak vooraf kaartjes met verschillende talenten (bijvoorbeeld: luisteren, helpen, creatief zijn, sportief, rustig, zorgzaam, enthousiast, eerlijk, dapper). Geef iedereen een kaartje met een talent (eventueel op de rug geplakt). Kies twee ‘ontdekkers’ (tikers) die proberen te ontdekken welk talent iemand heeft.

Iedereen rent vrij rond. Getikt? Dan moet je stilstaan en een korte opdracht doen die past bij jouw talent. Voorbeeld: Je bent zorgzaam. Geef iemand een compliment. Of je bent creatief. Bedenk dan een dansbeweging. Na de opdracht doe je weer mee. De ontdekkers proberen zoveel mogelijk talenten te ontdekken en opdrachten te laten uitvoeren.

KIDSTIP: gebruik pictogrammen of kleuren voor talenten. En laat hen zelf een talent kiezen dat ze bij zichzelf vinden passen.

Vraag na afloop: welk talent past echt bij jou? Hoe zou God dat talent gebruiken in jouw leven?

- **Natuurwandeling**

Ga naar buiten en laat iedereen iets zoeken dat symbool staat voor leven, adem of Geest. Hiermee leren de kinderen en tieners Gods Geest herkennen in de schepping. Maak een collage van de gevonden symbolen.



Bijbel & gesprek (20 min.)

7. *Als je aan God denkt, waar is Hij dan volgens jou? Verken deze vraag met elkaar. Vraag dan: Kun je je voorstellen dat God zo dichtbij is als jouw eigen adem? Wat stel je je daarbij voor?*
8. Lees Genesis 2:4-7 (NBV21). *God is leven, al het leven komt van Hem. Hij blies de mens zijn eigen adem in.*
9. *In de taal van het Oude Testament, het Hebreeuws, is het woord voor 'adem' hetzelfde als voor 'Geest'. Als God ons de adem inblaast, blaast Hij dus eigenlijk ook zijn eigen Geest in ons, zijn eigen leven. God leeft in ons! Geest en adem zijn namelijk een teken van leven. Iets wat dood is, ademt niet meer. Iedere keer dat je ademt, voel je dat je leeft. En dan kan je dus ook voelen dat God in jou leeft!*
 - Hoe vind je dat? Bizar, mooi, eng, lastig, bijzonder, hoopvol?
 - Merk jij weleens dat God in je leeft? Waar merk je dat aan?
 - Kun je dat ook bij iemand anders merken?
10. *Als God zo dichtbij is, is Hij dus ook heel persoonlijk. Hij werkt door jou heen. Door wat jij goed kunt, waar jij enthousiast van wordt. Maar tegelijk ook door wat je juist moeilijk vindt, waar je niet zo goed in bent en misschien anderen bij nodig hebt. Is er iets dat jij goed kunt en waar je iets van God in kunt zien? Is er iets wat je lastig vindt en waardoor je juist ook iets over God kunt leren?*
 - Bespreek dat in tweetallen. Bedenk voor de ander wat jij ziet dat die ander goed kan (pak eventueel de opdracht uit de introductie er weer bij). Je mag voor jezelf bedenken wat jijzelf juist lastig vindt. Deel dat met elkaar.
 - Bespreek dan samen: hoe kun je door deze dingen iets van God zien? Hoe zou God hier doorheen kunnen werken?
11. Kies een verwerking:
 - Wat zie jij als je naar jezelf kijkt? Wat zou God daarin zien? Laat iedereen een spiegel versieren met woorden of symbolen die passen bij hun talenten. Gebruik stickers, stiften en papier.
Tip: deze verwerking kun je ook doen tijdens de KerstChallenge, of tijdens de KerstChallenge verwijzen naar deze werkvorm: 'Weten jullie nog ...?'
 - Maak een gezamenlijke collage met foto's, tekeningen of woorden die laten zien hoe de heilige Geest in hen werkt. Bijvoorbeeld: ik help mijn broertje, ik ben goed in luisteren, of ik durf iets nieuws te proberen.



Afsluiting (20 min.)

12. Wat heb jij vandaag ontdekt over jezelf en Gods Geest?

13. Sluit de bijeenkomst af met een gebed.

*Lieve God,
Dank U dat U zo dichtbij bent,
dat U ons adem geeft en met uw Geest in ons leeft.
Soms voelen we dat heel duidelijk,
en soms is het nog een beetje zoeken.
Help ons om te ontdekken wie we zijn,
en om te zien wat U in ons hebt gelegd.
Geef ons moed om onze talenten te gebruiken,
ook als we het spannend vinden.
Laat ons groeien in vertrouwen,
en leer ons om uw liefde door te geven aan anderen.
Amen*

14. Drink met elkaar nog wat om na te praten over de bijeenkomst.

- Wat heb je ontdekt tijdens deze bijeenkomst?
- Welke activiteit of vraag vond je mooi of juist vervelend? En waarom?
- KIDSTIP: Wat vond je leuk?
- KIDSTIP: Wat vond je moeilijk?