

rpi-praktisch

4 | 26

Ideen und Impulse für einen guten Religionsunterricht
aus EKKW und EKHN

Im Herzen eins – und ihr seid dabei!

Schnapp dir deine Klasse, Gruppe oder deinen Chor und lasst das Motto lebendig werden. Ob Musik, Bewegung oder kreative Aktionen – zeigt euer „Wir“ und werdet Teil eines großen Hessentags-Moments!



IM HERZEN EINS

**Impulse und Ideen zum Hessentagsmotto 2026 –
für Schule, Kita, Chor und Kindergruppen**

Anne Langenbach, Bianca Lauer, Elena Otto und Dr. Julia Gerth



LIEBE LESER:INNEN,

der Hessestag 2026 in Fulda steht vor der Tür – ein Ereignis, das Menschen aus ganz Hessen vereinen wird. Die Stadt ist voller Geschäftigkeit und Vorfreude und wir in der Evangelischen Kirche von Kurhessen-Waldeck, der Evangelischen Kirche in Hessen-Nassau und im Bistum Fulda sind ebenfalls mitten in den Vorbereitungen für viele ökumenische Aktionen auf dem Hessestag - rund um unser gemeinsames Motto: Im Herzen eins!

Katja und Dr. Björn Simon haben sich in einem landesweiten Wettbewerb durchgesetzt und ein Hessestagslied komponiert, welches Sie in dieser Ausgabe abgedruckt finden (M15, S. 49). Die eingängige Melodie und der ansprechende Text laden zum Mitsingen und Tanzen ein.

Mit diesem Heft möchten wir alle Religions- und Musiklehrkräfte, Chorleitungen, Klassen- oder Kitaleitungen in Hessen einladen, unser Motto mit Kreativität, buntem Leben, fröhlichen Aktionen und Gesang zu feiern und zum Leben zu erwecken.

„Wir sind zusammen unterwegs, wir sind Gemeinschaft, Hand in Hand“, heißt es im Refrain des Liedes, und so würden wir uns freuen, über zahlreiche Projekte, einfach mal ruck-zuck zwischendurch oder über eine längere Zeit, in denen unsere Vielfalt in Hessen und unser „Wir“ zum Ausdruck kommen können. Denn, so heißt es weiter im Lied „Es ist das Herz und auch der Mut, es ist das „Wir“, das Wunder tut“.

Mit unserer Aktion können wir unser „Wir“ in Hessen in religiöser Vielfalt, Herzensfreude und Optimismus erlebbar machen und uns selbst als Teil einer starken Lebens- und Wertegemeinschaft in Hessen erfahren. Und das Beste daran: Es sind keine Vorkenntnisse notwendig – jeder kann mitmachen, jeder kann mitsingen, jeder kann mitgestalten!

Mitmachen ist einfach.

Führen Sie mit Ihrer Klasse, Kitagruppe, Ihrem Chor, Ihrer Jugendgruppe, eine der Aktionen aus unserem Ideenheft durch oder seien Sie selbst kreativ mit Lied und Motto. Fotografieren Sie die Aktion oder drehen Sie einen kurzen Film und senden Sie uns die Ergebnisse zu. Wir erstellen aus Ihren Einsendungen ein Musikvideo, das bei den Kirchenaktionen am Hessestag und beim Eröffnungsgottesdienst zu sehen sein wird.

Alle Einsendungen erhalten von uns eine Urkunde und ein kleines Dankeschön-Paket zum Motto „Im Herzen eins“ für Ihre Klasse/Gruppe/Schule. Auf unserer Hessestags-Webseite werden alle teilnehmenden Schulen und Gruppen namentlich genannt.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Einsendungen an:
Haus der Kirche – Lioba Munz
Schulstraße 1, 36037 Fulda
Oder hessestag@bistum-fulda.de
Einsendeschluss: 31. Mai 2026

Bitte beachten Sie, dass für die Veröffentlichung von Videos/Fotos eine Einverständniserklärung erforderlich ist!

Einverständniserklärung – damit ihr dabei sein könnt

Damit Fotos oder Videos gezeigt werden können, braucht es die Zustimmung der Erziehungsberechtigten. Die gute Nachricht: Die Aufnahmen werden ausschließlich im Rahmen des Hessestags gezeigt – nicht im Internet. Alles ist klar geregelt, freiwillig und transparent. Alle Details stehen übersichtlich in der Einverständniserklärung (M18 auf Seite 55/56).

Die Einverständniserklärungen müssen nicht mit eingesendet werden. Wir gehen davon aus, dass sie bei den Einsendenden vorliegen und bei Bedarf vorgezeigt werden können.

Zur besseren Orientierung sind alle Materialien mit leicht verständlichen Symbolen gekennzeichnet. Die Icons zeigen auf einen Blick, welche Art von Aktivität im Mittelpunkt steht – ob Austausch, Sinneserfahrung, Kreativität, Musik oder Geschmack. Ebenso werden Materialbedarf und Zeitaufwand übersichtlich dargestellt. Die Symbolübersicht erleichtert die Auswahl passender Impulse und unterstützt eine flexible Planung.

	Austauschen	Hier geht's ums Miteinander: reden, zuhören, Gedanken teilen. Die Kinder kommen leicht ins Gespräch und entdecken, was sie verbindet.
	Fühlen	Impulse zum Spüren und Entdecken: Gefühle wahrnehmen, zur Ruhe kommen und die eigene innere Welt kennenlernen.
	Gestalten	Kreativ werden und loslegen: malen, basteln, knüpfen, schneiden – hier entstehen bunte Ideen und persönliche Kunstwerke.
	Hören	Geschichten regen die Vorstellungskraft an und laden zum bewussten Zuhören ein.
	Schmecken	Backen, probieren, genießen – Aktionen rund um Geschmackserlebnisse, die Gemeinschaft schaffen.
	Singen & Bewegen	Musik spüren, Rhythmus erleben, gemeinsam singen, rappen oder tanzen – hier kommt Bewegung ins Miteinander.
	Material	Für diese Aktionen wird zusätzliches Material benötigt.
	Wiederholungen	Rituale, Texte oder Abläufe, die regelmäßig wiederholt werden können und schnell zur vertrauten Routine werden.
	Zeit: kurz	Schnelle Impulse, die wenig Zeit brauchen und sofort einsetzbar sind.
	Zeit: mittel	Angebote, die etwas mehr Zeit brauchen, aber gut in Gruppenstunden oder Unterrichtsphasen passen.
	Zeit: lang	Aktionen mit mehreren Schritten oder längeren Phasen für intensives Arbeiten und Vertiefen.

AUTORINNEN



Anne Langenbach,
Kirchenmusikdirektorin und
Fachbereichsleiterin für das
Kinder- und Jugendkantorat
in der Evangelischen Kirche
von Kurhessen-Waldeck.

anne.langenbach@ekkw.de



Bianca Lauer,
Referentin für
Religionsunterricht an
Grund- und Förderschulen im
Dezernat Religionsunterricht
des Bistums Fulda.

bianca.lauer@bistum-fulda.de



Elena Otto,
Pastoralreferentin für Kinder-
und Jugendpastoral in der
Region Fulda und Mitglied
der Steuerungsgruppe der
Kirchen auf dem Hessentag.

elena.otto@bistum-fulda.de



Dr. Julia Gerth,
Studienleitung für
Grundschulen im
religionspädagogischen
Institut der EKKW und EKHN.

Julia.gerth@rpi-ekkw-ekhn.de

Im Herzen eins – macht mit und zeigt euer WIR!

Ob Schule, Kita, Chor oder Jugendgruppe: Macht das Motto zu eurem Projekt. Singen, tanzen, basteln, backen oder filmen – erlaubt ist, was Spaß macht. Entwickelt eure eigene Aktion, probiert euch aus und legt einfach los. Ohne Vorkenntnisse, ohne Druck – aber mit viel Freude. Schickt uns eure Ergebnisse und werdet Teil eines großen Musikvideos zum Hessestag!

- Einsendungen an:
hessentag@bistum-fulda.de oder an
Haus der Kirche – Lioba Munz,
Schulstraße 1, 36037 Fulda
- Einsendeschluss: 31. Mai 2026

Als Dankeschön erhalten alle teilnehmenden Gruppen ein kleines Herzens-Paket.



Impressum

Herausgeber: Religionspädagogisches Institut der EKKW und der EKHN
Rudolf-Bultmann-Straße 4, 35039 Marburg
Layout: Ralf Kopp, Darmstadt · www.ralfkopp.biz
v.i.S.d.P.: Anke Kaloudis, Direktorin

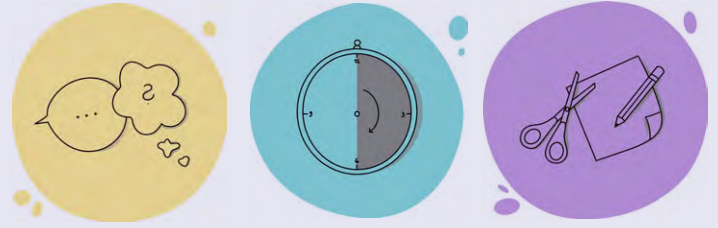
Das RPI der EKKW und der EKHN veröffentlicht dieses Material als „Open Educational Resources“ unter der Creative-Commons-Lizenzierung CC BY NC ND (Namensnennung-NichtKommerziell-KeineBearbeitung) veröffentlicht:
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.de>



M1 BRETTSPIEL HERZENSDINGE

Das Brettspiel *Herzensdinge* lädt Kinder dazu ein, sich spielerisch und ohne Leistungsdruck mit dem Thema Herz zu beschäftigen. In kleinen Gruppen tauschen sie sich über Fragen rund um Gefühle, Mut, Freude oder Sorgen aus und teilen ihre eigenen Erfahrungen. So entsteht ein offener Raum, in dem Kinder einander zuhören, Gemeinsamkeiten entdecken und ihre Gedanken frei äußern können. Das Spiel ist leicht vorzubereiten und eignet sich ideal für Schule, Kita oder Kinderchor – kurz erklärt, schnell gespielt und sofort einsetzbar.

Man braucht: Die Spielvorlage aus M1, eine Münze, Spielfiguren.

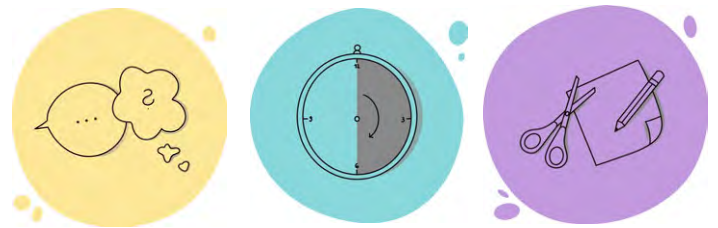


M2 POSTKARTENAKTION – HERZENSWÜNSCHE, DIE WIR TEILEN

Jeder Mensch hat Herzenswünsche. Manche sind sehr persönlich, andere teilen wir mit vielen Menschen. Die Postkartenaktion lädt Kinder dazu ein, ihre Wünsche sichtbar zu machen – gemalt oder geschrieben. In einer großen Box werden die Karten (ggf. anonym) gesammelt und zeigen, was uns verbindet: Wünsche nach Frieden, Geborgenheit, Gesundheit, Anerkennung oder einem Zuhause.

Gemeinsam betrachten wir die gesammelten Karten: Welche Wünsche teilen viele? Welche sind ganz individuell? Wer möchte, kann seinen Wunsch vorstellen und andere daran teilhaben lassen. So entsteht ein wertvoller Austausch – denn Wünsche werden eher

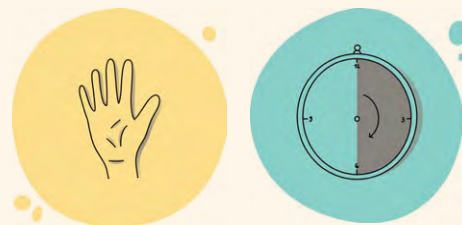
wahr, wenn wir sie miteinander teilen und voneinander wissen.
Man braucht: Herzpostkarten (M2), Stifte, ggf. eine Box.



M3 FANTASIEREISE

Manchmal sind weder Geld noch ein Bus für eine kleine Reise nötig – es reicht die Fantasie. Diese Fantasiereise lädt Kinder dazu ein, das Motto „Im Herzen eins“ auf ruhige und zugleich fantasievolle Weise zu erleben. Sie führt gedanklich zum Hestentag und öffnet einen Raum, in dem Kinder eigene Bilder im Kopf entstehen lassen und sich selbst besser spüren. Dabei können die Kinder ihre Vorstellungskraft stärken, Momente der Ruhe finden und ihre eigene innere Erlebniswelt bewusster wahrnehmen. Im Materialanhang finden Sie den Text sowie eine Audio-Version, die sofort genutzt werden kann. So entsteht ein kleines Stück Entspannung – mitten im Alltag.

Man braucht: Fantasiereise (M3), ggf. Audioversion und Abspielgerät.

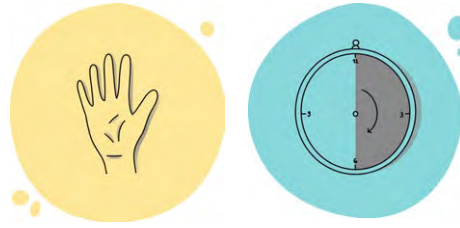


M4 HERZMEDITATION

Hörst du dein Herz schlagen? Diese Herzmeditation lädt Kinder ein, einen Moment zur Ruhe zu kommen, ihr Herz bewusst wahrzunehmen und es als kleine Schatzkiste voller Kraft, schöner Erinnerungen und guter Gefühle zu entdecken. Dabei üben sie, ihren Körper besser wahrzunehmen, auf ihre Gefühle zu achten und positive Erlebnisse bewusst als Ressource zu nutzen.

Hinweis: Bitte schaffen Sie vor Beginn der Meditation eine entspannte Atmosphäre im Raum und lesen Sie den Text langsam vor, damit die Kinder Ihnen gut folgen können.

Man braucht: Meditationstext (M4), ggf. passender Raum/Atmosphäre.

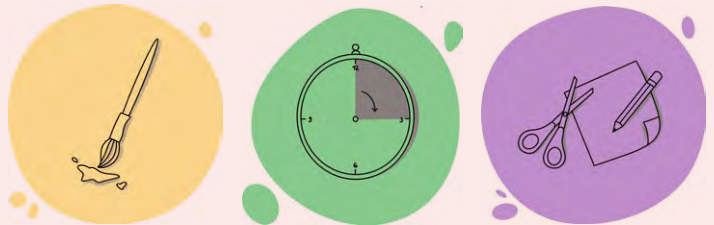


M5 AUSMALBILD

Mit diesem Ausmalbild können Kinder kreativ in das Motto „Im Herzen eins“ eintauchen. Die vorgegebenen Flächen bieten Orientierung, gleichzeitig bleibt genug Raum für eigene Ideen. Das Maskottchen kann in eine selbst erfundene Szene gesetzt werden – fröhlich, bunt oder ganz schlicht.

So entstehen individuelle Bilder, die zeigen: Jeder gestaltet anders, und doch gehören alle Werke zusammen.

Man braucht: Malvorlagen (M5), bunte Stifte.

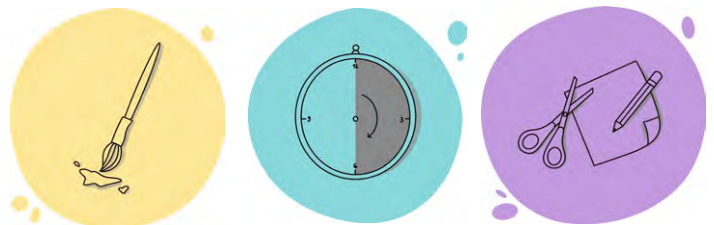


M6 COLLAGE

Das Motto „Im Herzen eins“ lädt dazu ein, Verbundenheit sichtbar zu machen – bunt, frei und voller kreativer Möglichkeiten. Die Collagen können als Einzel- oder Gemeinschaftswerk entstehen.

Eine gute Einstiegsidee ist ein Herz aus Zeitungsschnipseln, gefüllt mit Bildern von Menschen, Händen, Tieren oder Naturmotiven. Auch eine Weltkugel in der Mitte, umgeben von einem bunten Herz aus Schnipseln, eignet sich gut. Wort-Bild-Collagen sind ebenfalls beliebt: Begriffe wie „wir“, „zusammen“, „Freundschaft“, „teilen“ werden gesammelt und zu einem Herz gelegt.

Man braucht: alte Zeitschriften/Zeitungen, Kleber, Schere, Stifte und buntes Papier.

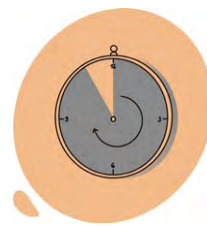


M7 FREUNDSCHAFTSARMBÄNDER MIT HERZ

Freundschaftsarmbänder sind ein schönes Zeichen für Verbundenheit – und zeigen das Motto „Im Herzen eins“ ganz praktisch. Für die einfache Variante (M7a) wird eine Herzperle aus Holz auf bunte Fäden gefädelt, alternativ können ausgestanzte Filz- oder Moosgummiherzen aufgefädelt werden. Die anspruchsvollere Variante (M7b) ist ein geknüpftes Armband mit klaren Schrittfolgen, bei dem nach und nach kleine Herzmuster entstehen. Das Knüpfen fördert Konzentration und Feinmotorik und eignet sich besonders für ältere Kinder.

Am Ende entsteht ein Armband, das Kinder behalten oder verschenken können – ein kleines Herz für die Freundschaft.

Man braucht: Wolle oder Stick-Garn, ggf. Holzperlen, Filz oder Moosgummi.



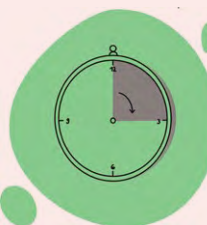
M8 KRITZELWAND HERZ

Eine Schul-/Klassenaktion für die 5-Minuten Pause oder die Freiarbeit ist die Kritzelwand zum Themenfeld „Herz“. Kreativ und spontan schreibt und malt die Schul- oder Klassengemeinschaft, was einem jeden zum Wort HERZ einfällt. Je bunter die Wand am Ende ist, desto schöner ist es.

Einfach die Vorlage auf Großformat kopieren und im Flur oder Klassenraum aufhängen. Wer möchte, kann die Aktion kurz erklären und das Hessestagslied dazu einspielen, oder einfach den kleinen Infokasten dazukleben!

So wird die Kritzelwand zu einem Ort, an dem Kreativität, Gemeinschaft und Herz sichtbar werden.

Man braucht: Vorlage Kritzelwand (M8), Infokasten, Stifte.

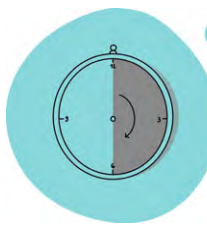


M9 ORIGAMI-HERZ FALTEN

Herzen lassen sich in Papierform besonders gut verschenken. Mit einer einfachen Falanleitung ist dies selbst für die jüngeren Kinder gut umzusetzen. Die Papierherzen können in unterschiedlichen Größen gefaltet werden. Anschließend können die Kinder das Herz frei bemalen oder ihre Wünsche für sich oder andere darauf malen oder schreiben. Die Herzen lassen sich auch gut auf eine Schnur aufhängeln oder an eine Wäscheleine hängen.

Ob als Dekoration, Geschenk oder Teil einer Girlande – jedes Herz zeigt: Ein kleines Stück Papier kann viel Freude schenken.

Man braucht: quadratisches farbiges Papier (mind. 15 x 15 cm empfohlen).



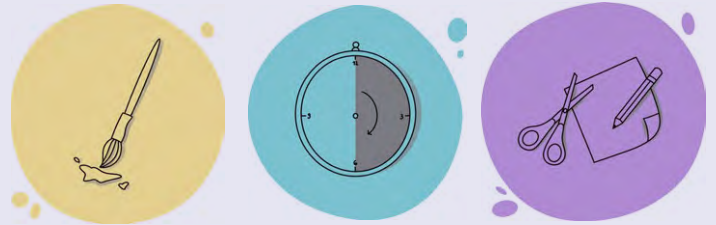
M10 STICKBILDER – PUNKT FÜR PUNKT IM HERZEN EINS

Mit Nadel und Faden entsteht hier ein Bild, das mehr ist als nur eine Form: Die Stickvorlagen laden Kinder ein, Herzformen, Symbole oder Schriftzüge Schritt für Schritt nachzusticken und dabei Geduld, Konzentration und Feinmotorik zu üben.

Die Vorlagen gibt es in verschiedenen Schwierigkeitsstufen, sodass alle Kinder passend einsteigen können. Gleichzeitig bleibt Raum für eigene Farbwünsche, sodass individuelle kleine Kunstwerke entstehen. Gedruckt werden die Vorlagen am besten auf stärkeres Papier (mind. 200 g). Die Löcher können mit einer Prickelnadel vorgestochen werden, bevor mit bunter Wolle gestickt wird.

So entsteht Punkt für Punkt ein Bild, das zeigt: Viele kleine Stiche ergeben etwas Ganzes.

Man braucht: Stick-Vorlagen (M10) (200g-Papier), bunte Wolle, Nadeln, ggf. Prickelnadel.

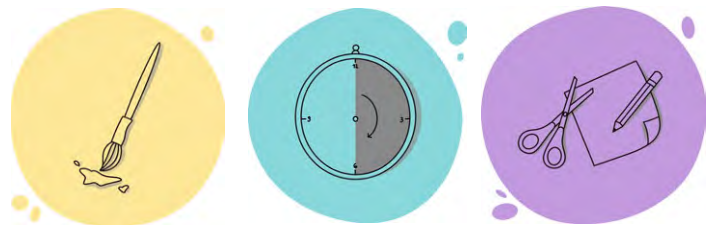


M11 KREATIVE IDEEN ZUM THEMA „IM HERZEN EINS“

Diese Kreativideen machen sichtbar, wie Gemeinschaft entsteht: Ein großes Herz, das sich aus vielen kleinen Einzelbeiträgen zusammensetzt, ein Herzpuzzle oder farbige Fingerabdruckbilder – jeder gestaltet einen eigenen Teil.

Im Zusammensetzen zeigt sich, dass alle wichtig sind und Vielfalt etwas Schönes ist. Die Projekte eignen sich gut für Gruppen aller Größen und fördern Austausch, Beteiligung und Zusammenhalt.

Man braucht: Wasserfarben oder abwaschbare Stempelfarbe, Plakat, ggf. Bastelmaterialien (Herzen, vorbereitetes Puzzle).



M12 DER BARMHERZIGE SAMARITER (LK 10, 25-37)

Die Erzählung vom barmherzigen Samariter zeigt auf eindrucksvolle Weise, was Nächstenliebe, Empathie und Mut bedeuten. Die Kinder erleben, wie ein Mensch nach einem Überfall verletzt liegen bleibt und mehrere Personen achtlos vorbeigehen. Das wirkt ungerecht und weckt Betroffenheit – hier muss doch jemand helfen! Umso überraschender ist es, dass ausgerechnet der Samariter, der damals oft ausgegrenzt und verachtet wurde, stehen bleibt, hilft und Verantwortung übernimmt.

Die Geschichte lädt dazu ein, darüber zu sprechen, was es heißt, anderen beizustehen, Vorurteile zu hinterfragen und das Herz sprechen zu lassen. Sie zeigt: Menschlichkeit ist stärker als Angst oder Gleichgültigkeit.

Man braucht: Legematerialien, kindgerechter Bibeltext von LK 10,25-37, Karten aus M 12, ggf. Labyrinthbild.



M13 IM HERZEN EINS, AUCH WENN WIR UNS MAL STREITEN

Streit auf dem Schulhof kennen alle. In dieser Geschichte geraten Mia, Leo und Sam aneinander, weil jede:r etwas anderes möchte – Fußball, Klettern oder Sandkasten. Es wird laut, es knallt kurz, und trotzdem finden sie einen Weg, fair zu bleiben und wieder zuzusammenfinden. Denn „im Herzen eins“ bedeutet nicht, immer gleicher Meinung zu sein – sondern auch dann verbunden zu bleiben, wenn's mal kracht.

Die Materialseiten im Anhang bieten Standbilder, Gesprächsimpulse, kreative Aufgaben und eine Sound Story, in der die Kinder die Geschichte nur mit Geräuschen erzählen. Alles ist niedrigschwellig und direkt einsetzbar. So lernen Kinder, Gefühle zu benennen,

Konflikte auszuhalten und Versöhnung als wichtigen Teil von Gemeinschaft zu erleben.

Man braucht: Geschichte (M13), ggf. weiteres Material für die Aktionen zur Geschichte.



M14 HERZWAFFELN/HERZKEKSE BACKEN

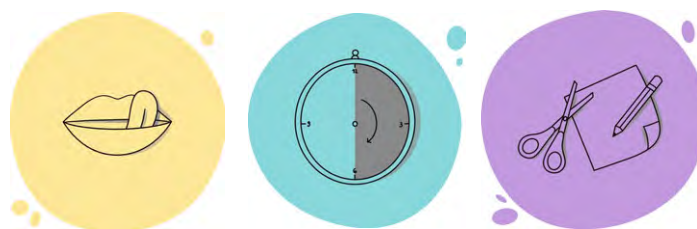
Beim gemeinsamen Backen von Herzwaffeln/-kekse ist Teamgeist gefragt. Wer liest das Rezept? Wer fügt die Zutaten in die Schüssel? Wer kann gut wiegen? Und wer rührt den Teig?

Hier können viele Kinder ihre Begabungen und Stärken einbringen. Wenn die Herzwaffeln/-kekse verteilt sind, kann die Gruppe ein gemeinsames Tischgebet sprechen und anschließend miteinander essen. Oder die Herzwaffeln/-kekse werden nochmal untereinander getauscht, so dass sowohl der Aspekt des Teilens, als auch des Schenkens und Empfangens zum Tragen kommen kann.

Da meist nicht alle Kinder gleichzeitig backen können, kann es eine Gruppe geben, die für eine „herzliche“ Tischdekoration verant-

wortlich ist. Basteln, Schneiden, Kleben, Tischkärtchen schreiben, damit sich am Ende alle wohl fühlen.

Man braucht: Rezept und Zutaten (M14), Backofen oder Waffeleisen.



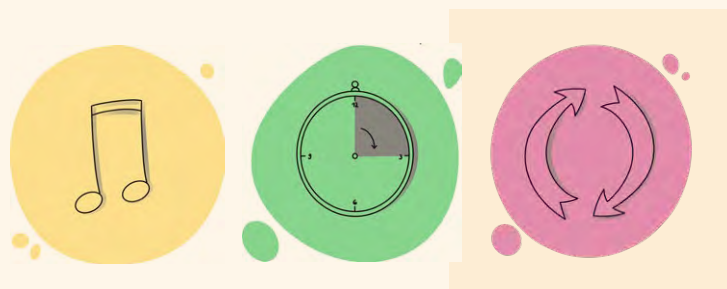
M15 LIED „IM HERZEN EINS“

Das Lied zum Motto „Im Herzen eins“ ist ein richtiger Ohrwurm! Mit Bewegung geht das Singen gleich noch viel besser, deshalb haben wir ein Video gemacht, das zeigt, wie das Lied mitgestaltet und mitgetanzt werden kann. Wir freuen uns schon, das Lied mit allen gemeinsam in Fulda zu performen!

Alle Schulklassen, Kitagruppen und Kinderchöre sind eingeladen, ein eigenes Video einzusenden – gerne kreativ, fröhlich und so, wie es zur Gruppe passt. Wir sind gespannt!

Hinweis: Der Link und der QRCode zum Video befinden sich auf der Materialseite.

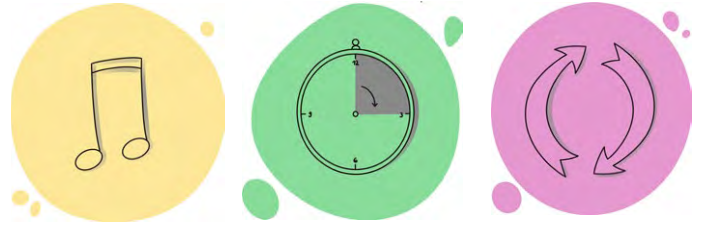
Man braucht: Liedtext (M15) mit Ideen für Bewegungen, Audiodatei oder Video und Abspielgerät.



M16 SPRUCH FÜR DEN MORGENKREIS

Wie wäre es mit einem gemeinsamen Start in den Tag? Dieser Spruch für den Morgenkreis verbindet Sprache, Bewegung und gemeinsames Erleben auf spielerische Weise. Die Kinder erleben das Motto „Im Herzen eins“, indem sie zusammen sprechen und sich bewegen. Dabei trainieren sie ihr Rhythmusgefühl, spüren ihren Körper bewusster und stärken das Miteinander.

Man braucht: Spruch (M16).

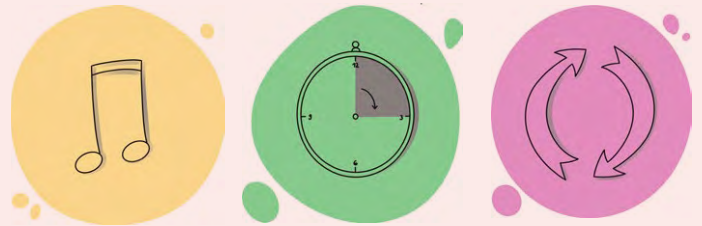


M17 RAP

Einen Rap einzuüben macht viel Spaß! Beim „Im Herzen eins“-Rap können schon jüngere Kinder mitmachen, zum Beispiel indem sie die erste Zeile mitsprechen. Diese kann auch als wiederholte Begleitung (Ostinato) genutzt werden. Wichtig ist, die Lautstärke in den Strophen anzupassen, damit der gesprochene Text gut verständlich bleibt.

Die Strophen können allein oder in der Gruppe gesprochen werden. Es ist auch möglich, eigene Strophen zu erfinden. Wenn einzelne Personen die Strophen sprechen, können alle anderen ab „Wir sind verschieden...“ wieder gemeinsam einsetzen. Der Rap kann durch Bodypercussion oder Rhythmusinstrumente begleitet werden.

Ein kurzes Video zeigt die passenden Bewegungen und hilft beim Einüben. Den Link dazu findet man auf der Materialseite.
Man braucht: Rap (M1), ggf. Rhythmusinstrumente.



Eröffnungsgottesdienst: Bühne frei für eure Beiträge

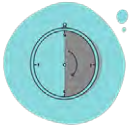
Eure Ideen kommen groß raus: Beim **Eröffnungsgottesdienst am 14. Juni um 10 Uhr auf dem Domplatz in Fulda** singen wir gemeinsam das Mottolied und zeigen das Musikvideo mit euren Einsendungen. Seid live dabei und feiert diesen besonderen Moment gemeinsam!

Sonntag, 14. Juni 2026, 10 Uhr, Domplatz Fulda

Macht mit – wir bringen gemeinsam den Domplatz zum Klingen!

Herzliche Einladung zur Probe des Hessentagsliedes am **Donnerstag, 11. Juni 2026 von 15:30-16:15 Uhr**, Eduard-Schick-Platz 3 in Fulda – mit dem JugendKathedralChor.

Nähere Infos über choere-am-dom@bistum-fulda.de



Hinweise zum Spiel

Material

Spielbrett, Spielfiguren, eine Münze

Anleitung

- Die Mitspielenden setzen ihre Spielfiguren auf das Startfeld!
- Der erste Spieler dreht die Münze.
Kopf = Rücke 1 Feld nach vorne!
Zahl = Rücke 2 Felder nach vorne!
- Der Mitspielende liest die Aufgabe und beantwortet die Frage bzw. erledigt die geforderte Aufgabe!
- Dann ist der oder die Nächste an der Reihe!
- Gewonnen hat, wer zuerst das Ziel-Feld erreicht!



Würfelspiel

Herzensdinge



Warum malen Menschen Herzen auf Liebesbriefe?

Zeige mit dem Finger, wo du in deinem Körper dein Herz vermutest!

"Herzlich sein", was bedeutet das für dich?

START

Was bedeutet es, wenn man "auf sein Herz hört"?

Was passiert mit dem Herzschlag, wenn du die Treppe steigst?

Nenne drei Dinge, die dein Herz stärken können.

Warum brauchen alle Lebewesen ein Herz?

Was wolltest du schon immer über das Herz wissen?

"Wo dein Schatz ist, da ist auch dein Herz." (Mt 6,21) Was bedeutet das für dich?

Male einem Mitspielenden mit dem Zeigefinger ein Herz auf den Rücken!

Was braucht dein Herz, damit es fröhlich ist?

"Das Herz ist wie ein Raum, in dem meine Gedanken und Gefühle sind." Stimmt der Satz für dich?

Kannst du deine Gefühle im Herzen spüren? Wie fühlt sich Liebe an?

Wer in deiner Familie hat das größte Herz? Warum?

Forme mit deinen Fingern ein Herz!

ZIEL

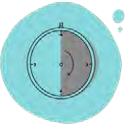
Erzähle von einem Erlebnis, bei dem dein Herz ganz schnell geklopft hat!

- REGELN:**
- Nehmt je eine Spielfigur pro Mitspielendem und eine Geldmünze.
 - Dreht reihum die Münze. Bleibt sie auf "Kopf" liegen, darfst du 1 Feld nach vorne rücken. Bleibt sie auf "Zahl" liegen, darfst du 2 Felder nach vorne rücken.
 - Beantworte die Frage auf deinem Spielfeld.



M2 | HERZENSWÜNSCHE POSTKARTEN

„Im Herzen eins“ Materialheft zum Hesttag 2026 für Kita, Schule und Gemeinde | Elena Otto





Im Herzen eins – Material zum Hessestog 2026

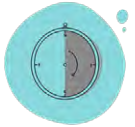
An:



Im Herzen eins – Material zum Hessestog 2026

An:





„Im Herzen eins – unterwegs auf dem Hessestag“

Hallo, schön, dass du da bist.

Mach es dir gemütlich, sodass du mir ein paar Minuten gut zuhören kannst.

Denn ich würde dich gerne zu einem kleinen Ausflug einladen.

Alles, was du dafür brauchst, ist deine Fantasie.

Komm mit auf eine Reise auf den Hessestag nach Fulda.

Atme tief ein ... und langsam wieder aus.

Noch einmal ein ... und aus.

Wenn du möchtest, schließe deine Augen.

Stell dir vor, du stehst auf einem großen Fest.

Viele Menschen sind da.

Große und Kleine.

Du hörst ihr Lachen und fröhliche Musik.

Wenn Menschen an dir vorbeigehen, lächeln sie dich an.

Du läufst langsam los, neugierig auf alles, was es hier zu entdecken gibt.

Es riecht nach Popcorn und Zuckerwatte.

Die Sonne scheint warm auf dein Gesicht.

Mitten im Trubel siehst du eine Kirche.

Ihre Tür ist geöffnet, und darüber steht: „Im Herzen eins“.

Du gehst hinein und hörst, wie dir jemand sagt: „Schön, dass du da bist!“

Draußen ist es angenehm kühl.

Um dich herum funkeln viele bunte Lichter.

Du setzt dich einen Moment.

Vielleicht schickst du einen guten Gedanken los

– für dich oder für jemanden, den du magst.

Du gehst wieder hinaus.

Du hörst eine Melodie und folgst ihr bis zu einer Bühne.

Dort wird gesungen, geklatscht und getanzt.

Die gute Laune an diesem Ort ist richtig ansteckend.

Vielleicht tanzt du ein bisschen mit oder schaust einfach zu

– so, wie es gerade für dich passt.



Du machst dich weiter auf den Weg.

Nach einer Weile entdeckst du ein großes Riesenrad.

Ein Platz darin ist gerade frei geworden.

Du steigst ein und fährst langsam nach oben.

Von hier oben kannst du das ganze Fest sehen:

die bunten Stände, die Bühnen, die Kirchen und die vielen feiernden Menschen.

Oben auf dem Riesenrad fällt dir der Satz, der an der Kirchentür stand, wieder ein
– „Im Herzen eins“.

Stell dir vor, in jedem Menschen, den du gerade siehst, schlägt ein wundervolles Herz.

Und heute schlagen die vielen Herzen hier gemeinsam.

Du legst deine Hand auf dein Herz, um deinen Herzschlag zu spüren.

Du spürst: Ich gehöre dazu.

Ich bin willkommen.

Ich bin nicht allein.

Ein warmes Gefühl macht sich in deinem Herzen breit.

Dieses Gefühl darfst du von dieser Reise mitnehmen.

Es wird Zeit, sich zu verabschieden.

Atme noch einmal tief ein ... und langsam aus.

Bewege deine Finger.

Bewege deine Füße.

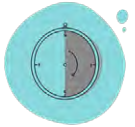
Und wenn du bereit bist, öffne deine Augen.

Schön, dass du bei diesem Ausflug dabei warst.

Hier könnt ihr euch die Fantasiereise
vorlesen lassen:

Link: https://t1p.de/imherzeneins_fantasiereise





Suche dir einen Platz,
an dem du dich wohlfühlst.

Setze dich bequem hin
oder lege dich gemütlich auf den
Rücken.

Wenn du magst,
schließe deine Augen.

Atme tief ein ...
und langsam wieder aus.

Vielleicht kitzelt dein Atem deine
Nase ein kleines bisschen.

Atme noch einmal ruhig ein ...
und wieder aus.

Stell dir vor,
dass die frische Luft beim Einat-
men durch deinen ganzen Kör-
per bis zu deinem Herzen fließt.

Lege jetzt deine Hände
auf deinen Brustkorb,
dorthin,
wo dein Herz schlägt.

Kannst du fühlen,
wie dein Herz klopft?

Das ist dein Herzschlag.
Er ist immer bei dir.

In jedem Moment
deines Lebens.

Dein Herz ist
etwas ganz Besonderes.

Stell dir vor,
es ist wie eine wertvolle
Schatztruhe.

In dieser Schatztruhe
bewahrst du all die schönen und
wichtigen Momente deines Lebens
auf.

In deiner Fantasie
darfst du diese Schatztruhe jetzt
ganz vorsichtig öffnen.

Viele kleine und große
kostbare Erinnerungen
und Wünsche warten dort auf dich.

Suche dir einen
besonders schönen Moment aus.

Vielleicht
ein lustiger Moment
mit deinen Freunden.

Ein Ausflug
mit deiner Familie.

Oder etwas,
auf das du stolz bist.

Was macht diesen Moment
so besonders für dich?

Während du daran denkst,
spüre,
wie es in deinem Herzen
warm wird.

Vielleicht fühlst du dich leicht
oder einfach richtig gut.

Bleibe noch einen
kleinen Augenblick
bei diesem Gefühl.

Stell dir vor,
dass sich diese Wärme
von deinem Herzen aus



in deinem ganzen Körper
ausbreitet.

Sie fließt in deinen Brustkorb.

In deine Schultern.

In deine Arme
und bis in deine Hände.

Sie wandert in deinen Bauch.

In deinen Rücken.

In deine Beine
und bis in deine Füße.

Vielleicht spürst du
ein angenehmes Kribbeln.

Vielleicht fühlst du dich
ruhig.

Oder stark.

Atme noch einmal
tief ein ...
und langsam
wieder aus.

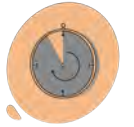
Wenn du so weit bist,
bewege langsam
deine Finger
und deine Zehen.

Und öffne
deine Augen.









Ideen für kreative Collagen zum Thema im Herzen eins

Hier kann entweder jeder eine eigene Collage erstellen, oder man arbeitet an einem Gemeinschaftsbild.

Ein buntes Herz

Idee: Ein großes Herz, zusammengesetzt aus Zeitungsbildern.

Umsetzung:

- Ein großes Herz auf Tonpapier vorzeichnen.
- Kinder reißen oder schneiden Bilder aus, die sie mit dem Motto verbinden Menschen, Hände, Gesichter, Natur, Tiere...
- Alles wird chaotisch, bunt, durcheinander ins Herz geklebt.



erstellt mit ChatGPT

Variante: Die Welt in der Mitte, das Herz darum.

Idee: Die Welt wird in die Mitte geklebt die Bilder herzförmig darum

Umsetzung:

- Zeitungsschnipsel von Ländern, Menschen, Landschaften.
- In der Mitte eine Erde (gemalt oder als Bild).
- Darüber / darum ein Herz aus den bunten Schnipseln.

Wort- Bild- Collage

Idee: Eine Wort-Bild-Collage aus Zeitungsschnipseln.

Umsetzung:

- Kinder suchen Wörter aus der Zeitung wie z.B. wir, zusammen, teilen, Freund, helfen, Herz... oder schreiben die Wörter selbst möglichst bunt und in unterschiedlichen Größen auf kleine Kärtchen.
- Wörter werden zu einem Herz gelegt oder rund um ein Herz geklebt.



erstellt mit ChatGPT



M7a | FREUNDSCHAFTSARM BAND MIT HERZ – LEICHT

„Im Herzen eins“ Materialheft zum Hessentag 2026 für Kita, Schule und Gemeinde | Julia Gerth



Ein kleines Herz am Handgelenk – und eine große Botschaft dahinter: Mit diesen einfachen Freundschaftsarmbändern gestalten Kinder ein sichtbares Zeichen für Zusammenhalt. Die Varianten sind bewusst niedrigschwellig gehalten, sodass auch jüngere Kinder mitmachen können.

Variante 1: Perlenarmband mit Herz

Material: Gummiband, Schere, bunte Perlen, Herzperle aus Holz z.B. zu bestellen über glasperlen.shop [HIER](#)

So geht es:

- Perlen auf das Gummiband fädeln.
- In die Mitte eine Herzperle setzen.
- Band verknoten – fertig!



erstellt mit ChatGPT

Variante 2: Filz- oder Moosgummi-Herz

Material: bunte Wolle oder dickes Garn, Filz- oder Moosgummi, Schere, Prickelnadel

So geht es:

- kleine Herzen aus Filz oder Moosgummi ausschneiden und rechts und links zwei kleine Löcher in das Herz stechen, z.B. mit einer Prickelnadel.
- Herz auffädeln.
- Band verknoten oder flechten.



erstellt mit ChatGPT

Besonders schön: Kinder gestalten ihr Herz selbst mit Mustern oder Punkten und kneten zusätzliche Fäden an das Band. Man kann auch mehrere Herzen nebeneinander auffädeln.

Variante 3: Geflochtenes Band mit Herz-Anhänger

Material: Drei Woll- oder Stickfäden, kleiner Herz-Anhänger

So geht es:

- Drei Fäden zusammenknuten und flechten.
- In der Mitte einen Herz-Anhänger befestigen.
- Mit Knoten verschließen.



erstellt mit ChatGPT





Verschluss herstellen:

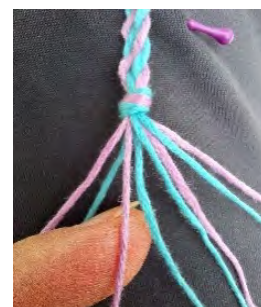
- Du brauchst jeweils 2 Fäden pro Farbe von ca. 120 cm Länge
- Die Fäden in der Mitte flechten oder als Kordel drehen (das Mittelstück ist ca. 3 cm lang). Den Verschluss verknoten.
- Die Fäden liegen
pink – blau – pink – blau – blau – pink – blau – pink
p – b – p – b – b – p – b – p



Den Anfang knüpfen:

- Wir starten jeweils mit dem dritten Faden von außen rechts und links (pinker Faden) und knoten ihn jeweils zur Mitte um den blauen Faden und zurück. Das heißt, du machst erst einen Knoten in die eine Richtung und dann einen in die andere Richtung. Mit diesem Wendeknoten behalten beide Fäden ihre Position.

p – b – **p** – b – b – **p** – b – p
 $\begin{matrix} \rightarrow & & \leftarrow \\ \leftarrow & & \rightarrow \end{matrix}$



- Nun knotest du spiegelgleich denselben Faden mit Doppelknoten ohne Richtungswechsel um den blauen Faden zur Mitte. Es liegen nun jeweils zwei pinke Knoten nebeneinander und die Fäden haben die Reihenfolge:
p – b – b – p – p – b – b – p



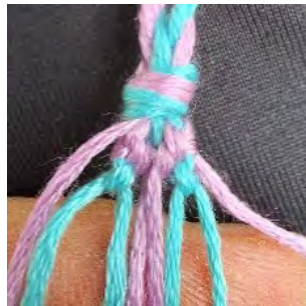
- Nun hast du die Vorbereitungen geschafft und kannst mit dem ersten Herz loslegen!
- Ab jetzt werden nur noch einfache Knoten geknüpft, das heißt du knüpft immer zweimal in dieselbe Richtung entweder links/links oder rechts/rechts.
- Das Muster entsteht immer von außen nach innen, das heißt du arbeitest immer alle Schritte jeweils einmal rechts und einmal links spiegelgleich.



Das Herz knüpfen:

- Die beiden blauen Fäden jeweils miteinander verknoten und dann jeweils um den danebenliegenden pinken Faden zur Mitte knoten. Zum Abschluss beide blauen Fäden miteinander verknoten. Es entsteht ein blaues v aus insgesamt 5 Knoten und die Fäden liegen nun:

p – b – p – b – b – p – b – p



- Nun knüpfst du jeweils den zweiten Faden von außen (blau) nach außen um den pinken Faden, der bisher noch gar nicht verwendet wurde. Achtung, hier nicht zu straff ziehen! Die Fäden liegen nun so:

b – p – p – b – b – p – p – b



Jetzt kommt die „**Füllung**“ im Inneren des Herzens dran.

- Jeweils die beiden pinken Fäden miteinander verknoten und dann zur Mitte zu einem kleinen v mit insgesamt 5 Doppelknoten schließen. Am Ende liegen die Fäden: b – p – b – p – p – b – p – b



Nun wird das **Herz** fertig geknüpft:

- Jeweils den blauen Faden außen in einem großen V von außen zur Mitte führen und in der Mitte beide blauen Fäden miteinander verknüpfen. Das Herz ist nun fertig und die Fäden liegen:

p – b – p – b – b – p – b – p



Spitze: Du hast das erste Herz geschafft!

Den Zwischenteil knüpfen

Nun muss noch der **Zwischenteil** geknüpft werden. Das geht so:

- Knüpfe jeweils die beiden äußeren pinken Fäden zu einem V nach innen, so wie du es gerade mit dem blauen Faden gemacht hast. Die Fäden liegen nun: b – p – b – p – p – b – p – b



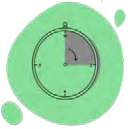
- Nun nimmst du die beiden pinken Fäden, die als zweite von außen liegen und knüpfst sie nach außen um den blauen Faden, so dass die Fäden nun so liegen: p – b – b – p – p – b – b – p



- Jetzt hast du die Ausgangsposition erreicht und kannst mit dem nächsten Herz weitermachen, indem du jeweils die beiden blauen Fäden miteinander verknüpfst und sie in einem kleinen v nach innen führst. Springe dazu in der Anleitung bis zu dem Schritt „Das Herz knüpfen“.
- Wiederhole das Muster so oft du magst. Du beendest das Muster mit dem Zwischenteil. Nun kannst du die Bänder verknöten und jeweils 4 Fäden zu einer Kordel drehen oder flechten. Mit den beiden Kordeln wird später das Band durch den Verschluss zusammengebunden.



Fertig ♥



Infokasten zum Aushang beim Plakat

Kritzeltwand HERZ

Hier darf nach Herzenslust geschrieben, gemalt und gestaltet werden.

Was fällt dir spontan ein, wenn du das Wort HERZ liest?

Hilf mit, damit unser Plakat fröhlich, lebendig und bunt wird.

An die Stifte, fertig, los! 😊

Wir senden ein Foto dieses Plakates am Ende an die Kirchenaktion des Hessianstags in Fulda und nehmen damit an einem Wettbewerb teil.

Das Motto der Kirchenaktion auf dem Hessianstag lautet:

Im Herzen eins!



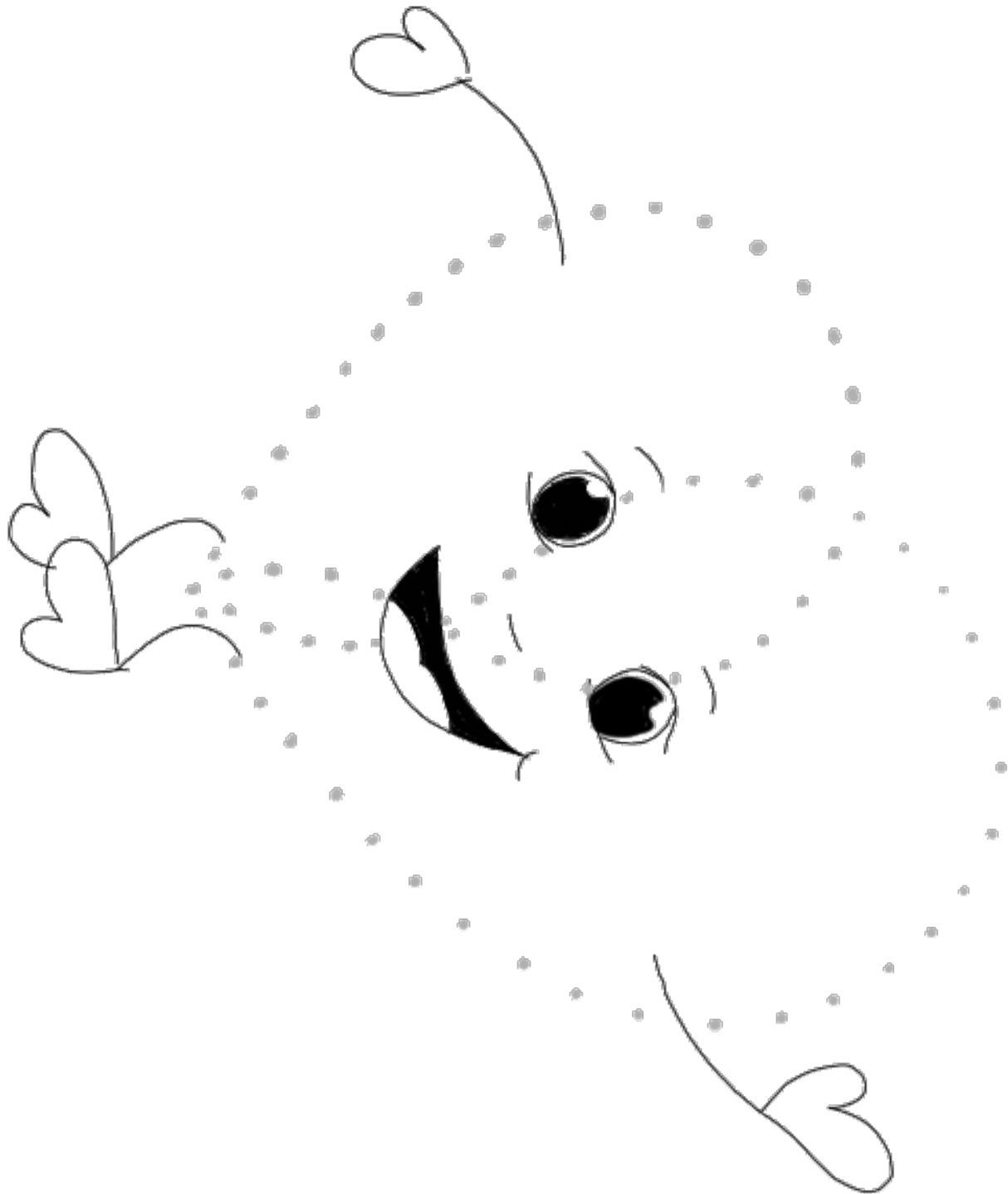


Faltanleitung

1. Du brauchst ein quadratisches Papier. Lege es vor dich hin mit einer Spitze nach oben.
2. Dann wird das Papier einmal mittig gefaltet. Die Ecken treffen aufeinander.
3. Falte das Papier wieder auseinander und klappe die obere Spitze zur Mittellinie nach unten.
4. Die untere Papierspitze nach oben falten. Die Spitze der unteren Ecke trifft auf die obere Außenkante.
5. Für die Herz-Seiten falte die äußere rechte Spitze genau in der Mitte nach oben. Die Kante unten bildet eine senkrechte Linie.
6. Anschließend das gleich auf der linken Seite wiederholen. Die beiden Seiten treffen sich, überlappen sich aber nicht. Jetzt erkennst du schon sehr gut die Herzform.
7. Drehe das Herz einmal um. Du siehst oben zwei kleine Dreiecke. Knicke diese nach unten.
8. Die Ecken der Außenseiten werden ebenfalls nach innen gefaltet. Wähle die gleiche Größe wie die oberen kleinen Dreiecke aus Schritt 7.
9. Umdrehen und fertig!





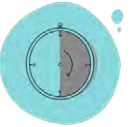












Beispielbild erstellt mit ChatGPT

Ein großes Herz, viele kleine Teile

Idee: Ein großes Herz aus ganz vielen kleinen Herzen.

Umsetzung:

- Jedes Kind gestaltet ein eigenes kleines Herz (malen, bekleben, Fingerabdruck, Fotos, Stoffreste).
- Alle Herzen werden zu einem großen Herz zusammengesetzt.
- Drumherum oder in die Mitte steht das Motto „Im Herzen eins“

Herz aus Fingerabdrücken

Idee: Ein buntes Herz aus **Fingerabdrücken** stempeln.

Umsetzung:

- Einen Herzumriss auf A3 zeichnen.
- Die Kinder stempeln mit ihren Fingerabdrücken das Herz aus
- Man kann auch mit zwei überlappenden Fingerabdrücken viele kleine Herzen stempeln. Dazu finden sich immer zwei Kinder zusammen.

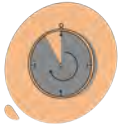
Puzzle-Herz: Jeder gehört dazu

Idee: Ein Herz als Puzzle.

Umsetzung:

- Herz auf Karton vorzeichnen, in Puzzleteile schneiden.
- Jedes Kind gestaltet ein Teil.
- Zusammensetzen → fertig!





Beschreibung des Bodenbildes

Während die Bibelgeschichte im Sitzkreis erzählt wird, legen Lehrperson und Schüler:innen ein Bodenbild, in dem der Weg, auf dem sich die Handlung abspielt, als auch die Protagonisten visualisiert werden.

In der Erarbeitungsphase der Bibelerzählung kann mit den Schüler:innen überlegt werden, welche der Personen (Priester, Levit, Samariter) für ihr Handeln ein Filzherz verdient hätte, das man ihr zur Seite legt. Die Schüler:innen begründen, welches Verhalten sie durch die Vergabe des Herzens wertschätzen.



Anhand verschiedener Karten kann die Bibelerzählung komplexer und differenzierter erarbeitet werden.

4 Kartenstapel werden im Bodenbild platziert.

Die **Hinweiskarten (weiß)** beschriften Orte und Personen und werden möglicherweise von Schüler:innen gewählt und gelegt, die sich nicht gerne verbal beteiligen.

Die **grünen Karten** beinhalten Informationen, die vorgelesen werden, um Hintergründe der Geschichte zu verdeutlichen.

Die **Fragen- (blau)** und **Erzählkarten (rot)** laden zur eigenen Meinungsbildung, zur Perspektivübernahme oder zum wiederholenden Erzählen ein.



Zum Abschluss der Unterrichtsstunde (oder aber auch als Einstieg ins Thema) können die Schüler:innen das Suchbild bearbeiten und durch Nachspuren der verschiedenen Wege herausfinden: Wer kommt beim Verletzten an?



Jericho

Samariter

Verletzter

Levit

Priester

Jerusalem



Levit

Levitener haben im Heiligtum ihren Dienst getan. Sie waren Vorsänger, Wächter und Lehrer. Sie waren dafür zuständig, dass die Gesetze eingehalten wurden. Viele sagten, dass Leviten sehr fromm waren.

Samariter

Die Samariter waren die Bewohner von Samarien. Die Juden wollten nichts mit den Samaritern zu tun haben, denn sie hatten einen eigenen Tempel und lebten ihren Glauben anders. Sie waren sehr unbeliebt.

Barmherzig sein

„Barmherzig sein“ bedeutet, dass man das Herz bei den Armen und Notleidenden hat und ihnen tatkräftig hilft.



Der Nächste

Jesus sagt: Der Nächste ist nicht nur dein Nachbar, Familienmitglied oder Freund – also jemand, der dir „nahe steht“. „Der Nächste“ ist immer derjenige, der deine Hilfe und Unterstützung braucht.

Öl und Wein

Öl und Wein wurden früher in Wunden gegossen.
Eine Erste-Hilfe-Maßnahme.
Wein desinfizierte die Wunde. Öl pflegte und half bei der Heilung.

Was war los auf dem Weg zwischen
Jerusalem und Jericho?



Vermute:
Warum ist der Priester an dem Verletzten
vorbeigegangen?

Was hättest du getan, wenn du einen
Verletzten gefunden hättest?

Stell dir vor, du bist der Verletzte. Du bist gesund
geworden und wieder zu Hause angekommen.
Du berichtest deiner Frau, was du erlebt hast.

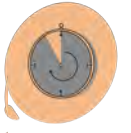


Der Samariter war sehr hilfsbereit. Denke dir eine andere Geschichte aus, in der jemand hilfsbereit gehandelt hat.
Erzähle die Geschichte.

Erkläre einem Außerirdischen, was „Nächstenliebe“ bedeutet.

Im Wort „BarmHERZigkeit“ steckt das Wort Herz. Finde andere Wörter in denen das Wort HERZ steckt.
Erkläre diese Wörter.





Geschichte zum Vorlesen

In der großen Pause rennt Mia als Erste auf den Schulhof. „Heute spielen wir Fußball!“, ruft sie laut und schnappt sich den Ball. Fußball ist für Mia das beste Spiel der Welt. Wenn sie den Ball am Fuß hat, fühlt sie sich wie eine richtige Fußballheldin.

„Auf keinen Fall!“, ruft Leo und stellt sich breitbeinig vor sie. „Wir spielen immer Fußball. Heute spielen wir mal, was ich will. Heute klettern wir. Fußball ist doch total langweilig!“ Er wedelt mit den Armen, als müsste er das gleich beweisen.

Sam bleibt ein paar Schritte zurück und schaut zum Sandkasten. Die Sonne scheint auf den Sand, und dort liegen Eimer und Förmchen. Die Schaufel hat er schon in der Hand. „Ich möchte lieber im Sandkasten spielen“, sagt er vorsichtig. „Ich will eine große Ritterburg bauen, mit Graben und Tor.“

Mia schnaubt. „Immer willst du was anderes!“, sagt sie zu Leo. „Du hörst nie zu!“, ruft Leo. „Doch!“, ruft Mia zurück. „Nein!“, ruft Leo noch lauter.

Die Stimmen werden immer höher. Mia stampft mit dem Fuß auf. Leo verschränkt die Arme so fest, dass es fast wehtut. Sam hält seine Schaufel fest und weiß nicht, ob er etwas sagen soll oder lieber nicht.

„Dann spiele ich eben alleine Fußball!“, ruft Mia wütend. „Mach doch!“, ruft Leo. „Dann klettere ich eben ohne dich! Und überhaupt, du bist gar nicht mehr meine Freundin!“ Sam schluckt. „Dann... dann geh ich wohl in den Sandkasten“, murmelt er.

Plötzlich fühlt sich die Pause gar nicht mehr fröhlich an. Der Schulhof ist noch genauso laut wie vorher, aber die drei bekommen das gar nicht mit.

Mia bleibt stehen. Sie merkt, dass ihr Herz ganz schnell klopft. So wollte sie sich eigentlich gar nicht fühlen. Leo und Sam sind ihre Freunde. Nur weil sie heute verschiedene Ideen haben, müssen sie sich doch nicht anschreien.

Mia atmet tief ein und aus. „Ich will zwar Fußball spielen“, sagt sie langsamer, „aber ich muss euch nicht zwingen, das auch zu wollen.“

Leo lockert seine Arme. Er denkt kurz nach. „Ich finde Klettern trotzdem besser“, sagt er, „aber ich kann verstehen, wenn du Fußball spielen willst.“



Sam hebt den Kopf. „Ich baue meine Burg im Sandkasten“, sagt er mutiger. „Und ihr seid trotzdem meine Freunde.“

Und so passiert es: Mia kickt den Ball über den Hof, Leo klettert wie ein Weltmeister und Sam buddelt im Sandkasten, bis die Burg einen Turm bekommt. Zwischendurch rufen sie sich etwas zu oder winken kurz. Keiner wird ausgeschlossen. Keiner ist beleidigt.

Als die Pausenglocke klingelt, stehen sie wieder zusammen. Sam klopf sich den Sand von der Hose. Leo lacht. Mia grinst.

Sie haben sich gestritten. Sie sind immer noch nicht einer Meinung. Aber: Jeder durfte sagen, was er will. Jeder durfte sein Ding machen. Und keiner hat gesagt: „Mit dir bin ich jetzt nicht mehr befreundet.“

Genau deshalb sind sie im Herzen eins.

Nicht weil sie gleich denken – sondern weil sie zusammenhalten, auch wenn's mal kracht.



erstellt mit ChatGPT



Ideen für die Weiterarbeit:

Standbilder aus der Geschichte

Die Gruppe teilt sich in Kleingruppen. Jede Kleingruppe bekommt einen Moment aus der Geschichte:

- der Anfang (alle wollen etwas anderes),
- der Streit,
- der Moment des Nachdenkens,
- das Ende der Pause.

Die Gruppen bauen dazu ein Standbild. Die Leitung geht herum und tippt einzelne Kinder an, die kurz sagen dürfen, was ihre Figur denkt oder fühlt.

Reflexion im Sitzkreis:

- „Wann war es am schwersten, im Herzen eins zu bleiben?“
- „Was hat geholfen, dass der Streit nicht schlimmer wurde?“

Kreative Aufgabe: „Im Herzen eins – obwohl ...“

Die Kinder bekommen ein Blatt mit dem Satzanfang: „Im Herzen sind wir eins, obwohl...“ und ergänzen den Satz, z. B.:

- ... wir unterschiedliche Spiele mögen.
- ... wir nicht immer einer Meinung sind.
- ... wir manchmal streiten.

Dazu malen sie ein Bild oder schreiben zwei, drei Sätze. Wer möchte, darf sein Blatt zeigen oder vorlesen.

Der Streit als Sound-Story

Die Gruppe überlegt Geräusche zur Geschichte. Es wird eine Reihenfolge festgelegt, dann wird die Geschichte (nur) mit den Geräuschen „erzählt“.

Mögliche Geräusche:

- Stampfen (Mias Wut)
- Arme verschränken (Kleidung raschelt)
- Füße über Boden ziehen (Leo beim Klettern)
- Hände aneinander reiben (rieselnder Sand bei Sam)

Mögliche Fragen nach der Sound-Story:

- „Wann hat es sich laut und chaotisch angehört? Wann ruhiger?“
- „Wie klingt ‚im Herzen eins‘?“

Zum Schluss erfinden die Kinder ein gemeinsames Geräusch, das Zusammenhalt ausdrückt.





Herzkekse

Du brauchst: eine Backschüssel, eine Dose mit Deckel, einen Handmixer, eine Waage, eine Teigrolle, Ausstechformen Herz, Backpapier, ein Blech

Zutaten für 45 Kekse

- 250 Gramm Weizenmehl + etwas Mehl für die Arbeitsfläche
- 90 Gramm Zucker
- 125 Gramm Butter kalt
- 1 mittelgroßes Ei

Für den Zuckerguss

- 250 Gramm Puderzucker
- 3 Esslöffel Wasser/Zitronensaft
- eine Prise rote Lebensmittelfarbe



So geht's: Alles geht leichter mit Musik – auch Backen. Also – Hestentagslied anschalten... und los geht's!

- > Gib alle Zutaten in die Backschüssel und mixe daraus einen Teig.
- > Gib den Teig in eine Dose. Schließe den Deckel und lasse den Teig 30 min im Kühlschrank ruhen.
- > Heize den Backofen auf 175 Grad Ober-/Unterhitze vor.
- > Streue etwas Mehl auf die Arbeitsfläche und rolle den Teig mit der Teigrolle aus.
- > Steche Herzkekse aus und lege sie auf ein Backblech (Backpapier nicht vergessen).
- > Backe die Kekse im Ofen circa 10-12 Minuten.
- > Stelle aus Puderzucker, Wasser/Zitronensaft und einer kleinen Menge roter Lebensmittelfarbe einen rosa Zuckerguss her.
- > Verziere die Kekse mit dem Zuckerguss.

Guten Appetit!!!



Herzwaffeln

Du brauchst: eine große Backschüssel, eine kleine Backschüssel, einen Schneebesen oder Handmixer, eine Waage, ein Waffeleisen, einen Löffel, eine Backpinsel und eine Gabel (zum Herausnehmen der Waffeln)

Zutaten für 16 Herzwaffeln:

- 600 Gramm Weizenmehl (Type 405) oder Dinkelmehl (630)
- 4 Teelöffel Backpulver
- 300 Gramm weiche Butter
- 250 Gramm Zucker
- 2 Päckchen Vanillezucker
- 1 Prise Salz
- 8 Eier
- 500 Gramm Quark
- 100 Milliliter Milch
- ein wenig Butter für das Waffeleisen

So geht's: Alles geht leichter mit Musik – auch Backen. Also – Hesse-
tagslied anschalten... und los geht's!

- > Mische das Mehl mit dem Backpulver in einer Schüssel.
- > Gib Butter, Zucker, Vanillezucker und Salz in eine Backschüssel und rühre alle Zutaten schaumig.
- > Füge nach und nach die Eier zum Teig dazu.
- > Gib den Quark, die Milch und die Mehlmischung zum Teig.
- > Nochmal kräftig rühren.
- > Heize das Waffeleisen vor, fette es vorsichtig mit der Butter ein.
- > Backe nach und nach die Waffeln und teile sie in 6 Herzen.
- > Wenn du magst, dann stecke die Herzwaffeln auf kleine Eis-Holzstiele.

Guten Appetit!!!



M15 | LIED „IM HERZEN EINS“

„Im Herzen eins“ Materialheft zum Hesttag 2026 für Kita, Schule und Gemeinde | Lied: Björn und Katja Simon, Ideen zum Lied: Anne Langenbach



Im Herzen eins

♩ = 88-92

Melodie: Katja Simon
Text: Katja Simon / Dr. Björn Simon

Refrain F Dm Gm C

Wir sind zu - sam-men un - ter-wegs, wir sind Ge - mein-schaft, Hand in Hand, auf uns-er'n
Es ist das Herz und auch der Mut, es ist das "Wir", das Wun-der tut, ich ge-be

1. Am Dm Gm C

We - gen Schritt für Schritt, geh'n wir wei - ter, komm' doch mit!

2. Am Dm Gm C F

meins, und du gibst deins, im Her - zen sind wir eins.

Strophe Bb F C F

1. Heu - te sind wir zu - sam - men,	viel mehr als "Ich" und "Du".
2. Le - ben heißt Freu-de schen- ken.	Le - ben heißt mu - tig sein,
3. Kei - ner steht hier al - lei - ne,	kei - ner soll ein - sam sein.
4. Lasst uns ein - an - der hel - fen,	ach - ten und auch ver - steh'n,

 Bb F/A Dm Es Bb/D C

Heu - te ent-steht Ge - mein - schaft,	wächst das "Wir" da - zu - .
Ta - ten statt vie - ler Wor - te,	je - der bringt sich ein - .
Gott schenkt uns Halt und Hoff - nung,	al - len groß und klein - .
fried - voll zu - sam-men le - ben,	in die Zu - kunft geh'n - .



Lied: Im Herzen eins

Melodie: Katja Simon

Text: Katja Simon / Dr. Björn Simon

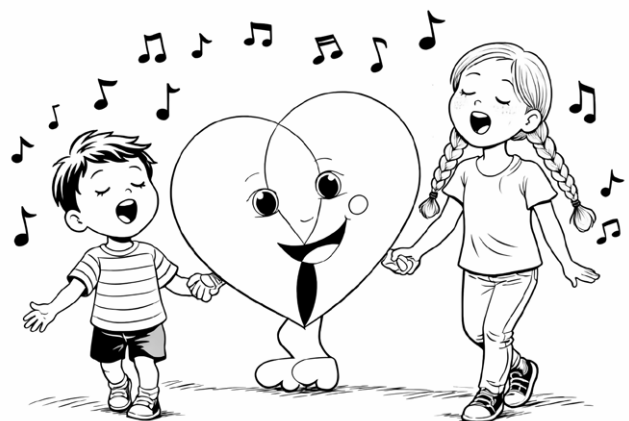
Refrain:

Wir sind zusammen unterwegs,
wir sind Gemeinschaft, Hand in Hand,
auf unser'n Wegen Schritt für Schritt,
geh'n wir weiter, komm doch mit.

Es ist das Herz und auch der Mut,
es ist das „Wir“, das Wunder tut,
ich gebe meins und du gibst deins,
im Herzen sind wir eins.

Strophen

1. Heute sind wir zusammen,
viel mehr als „Ich“ und „Du“.
Heute entsteht Gemeinschaft,
wächst das „Wir“ dazu.
2. Leben heißt Freude schenken.
Leben heißt mutig sein.
Taten statt vieler Worte,
jeder bringt sich ein.
3. Keiner steht hier alleine,
keiner soll einsam sein.
Gott schenkt uns Halt und Hoffnung,
allen Groß und Klein.
4. Lasst uns einander helfen,
achten und auch versteh'n,
friedvoll zusammen leben,
in die Zukunft gehen.



Hier könnt ihr euch das Lied anhören:

Link: https://t1p.de/imherzeneins_mitsingen



Hier könnt ihr euch das Lied mit
Bewegungen ansehen:

Link: https://t1p.de/imherzeneins_bewegungen



Bewegungen zum Lied

Refrain:

Wir sind zusammen unterwegs,

zu zweit oder zu mehreren an den Händen fassen, im Metrum Hände wippen

wir sind Gemeinschaft, Hand in Hand,

Hände/Unterarme umeinander kreisen

auf unser'n Wegen Schritt für Schritt,

mit beiden Händen mit dem/den Partner/n gegenseitig klatschen

geh'n wir weiter, komm doch mit.

Einmal gehend um sich selbst drehen

Es ist das Herz und auch der Mut,

zu zweit oder zu mehreren an den Händen fassen, im Metrum Hände wippen

es ist das „Wir“, das Wunder tut,

Hände/Unterarme umeinander kreisen

ich gebe meins und du gibst deins,

mit beiden Händen mit dem/den Partner/n gegenseitig klatschen

im Herzen sind wir eins.

Herzform mit den Händen zeigen



Strophen

1. Heute sind wir zusammen,

Arme über dem Kopf hin und her schwenken
viel mehr als „Ich“ und „Du“.

Hände zeigen: großer Kreis, ich, du
Heute entsteht Gemeinschaft,

Arme über dem Kopf hin und her schwenken
wächst das „Wir“ dazu.

Hände mit Handflächen zueinander vor dem Körper langsam hochstrecken

2. Leben heißt Freude schenken.

Beide Hände auf die Brust, dann gebend ausstrecken
Leben heißt mutig sein.

Beide Hände auf die Brust, dann Daumen hoch Zeichen nach vorne
Taten statt vieler Worte,

Hände mehrfach ineinander legen, r auf l, l auf r...
jeder bringt sich ein.

Mit beiden Händen im großen Bogen von innen nach außen zeigen

3. Keiner steht hier alleine,

bei „Keiner“ mit einer flachen Hand waagrecht „Luft durchschneiden“
keiner soll einsam sein.

Das Gleiche mit der anderen Hand
Gott schenkt uns Halt und Hoffnung,

Eine Hand nach oben ausgestreckt, dann zu anderen Hand führen und
Hände verschränken

allen Groß und Klein.

Mit beiden Händen im großen Bogen von innen nach außen zeigen

4. Lasst uns einander helfen,

eine Hand ausstrecken, Handfläche nach oben, dann die andere
achten und auch versteh'n,

eine Hand vor die Brust, dann die andere
friedvoll zusammen leben,

sich selbst die Hand schütteln
in die Zukunft gehen.

Hände vor dem Körper langsam nach oben strecken





Im Herzen sind wir eins!

Viele kleine Herzen hier

(Herzformen mit beiden Händen vor der Brust zeigen)

klopfen laut bei dir und mir.

(abwechselnd auf die eigene Brust und auf die anderen Kinder zeigen)

Hör nur, wie ihr Rhythmus klingt,

(Hand ans Ohr legen)

der uns heut zusammenbringt.

(Hände auf die eigene Brust legen, leicht klopfen)

Hand in Hand steh'n wir im Kreis,

(Hände reichen)

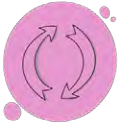
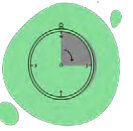
damit jeder sieht und weiß:

(bewusst im Kreis zusammenstehen, einander anlächeln)

Im Herzen sind wir eins!

(Gemeinsam die Hände über den Kopf strecken und jubeln)





Im Herzen eins - Rap

Anne Langenbach

HB r HB l St r St l Kl

Wir sind im Her - zen eins, wir sind im Her - zen eins! Ja, 1./2.Ich

Erste Zeile kann als Ostianto durchlaufen

3 P P Kl P P Kl

es - se ger - ne Scho - ko - la - de, du isst lie - ber Eis! Ich
ge - he im - mer Fuß - ball spie - len und du tanzt so gern! Ich

5 simile

lieb den Win - ter, doch ich weiß, du magst es lie - ber heiß! wir
lie - be Stil - le, doch ich weiß, - du magst lie - ber Lärm!

7

sind ver - schie - den, doch in Man - chem sind wir uns ganz nah und

9 Da capo

da - rum ru - fen wir jetzt laut und fin - den's wun - der bar:

HB r = rechte Hand auf linke Brust

St = Stampfen (rechts/links)

HB l = linke Hand auf rechte Brust (übereinander)

Kl = Klatschen

St = Stampfen (rechts/links)

P = Patschen

Hier könnt ihr euch die Bewegungen zum Rap ansehen

Link: https://t1p.de/imherzeneins_rap



Einwilligung zur Veröffentlichung von Fotos oder Videos anlässlich einer Videoaktion zum Hessestag

Institution (Kita, Schule, Gemeinde ...): _____

Gruppe/Klasse: _____

Im Rahmen der Aktion „Hessestagslied 2026“ erstellt die oben genannte Gruppe ein Gesangs- und/oder Tanzvideo oder einen anderen kreativen Beitrag (z. B. Plakate). Die einzelnen Beiträge werden zu einem gemeinsamen Video zusammengeschnitten. Ziel der Aktion ist es, dem Hessestagslied auf kreative Weise Leben einzuhauchen und ein gemeinschaftliches Projekt zu gestalten, durch das Kinder aktiv am Hessestag teilhaben und sich als Teil des Festes erleben können.

Einwilligung in die Anfertigung der Aufnahmen

Ich/Wir willige/n ein, dass im Zusammenhang mit vorstehender Veranstaltung Videoaufnahmen (Bild- und Tonaufnahmen) meines/unseres Kindes angefertigt und wie folgt bearbeitet werden können:

- Videoschnitt (Auswahl, Kürzung, Zusammenfügen von Sequenzen)
- Einfügen von Texten oder grafischen Elementen
- Auswahl und Verwendung einzelner Standbilder als Fotoausgaben
- technische Anpassungen (z. B. Helligkeit, Kontrast, Formatanpassung)

Die Verarbeitung erfolgt ausschließlich zur Erfüllung der beschriebenen Zwecke. Das fertige Video sowie ggf. Standbilder und eingereichte kreative Arbeiten meines/unseres Kindes werden ausschließlich in folgenden Zusammenhängen gezeigt:

- beim Eröffnungsgottesdienst des Hessestags
- in der Hessestagskirche (z. B. im Rahmen von Vorführungen, Präsentationen)
- bei internen Veranstaltungen der Institution (z. B. Elternabend, Gruppenfest)

Eine Veröffentlichung im Internet oder auf Social-Media-Plattformen (z. B. Website, YouTube, Instagram, Facebook) findet nicht statt und ist von dieser Einwilligung ausdrücklich nicht umfasst.



Ebenso erfolgt keine Weitergabe der Aufnahmen an Presse, Rundfunk oder andere externe Medien.

Weitere personenbezogene Daten (z. B. Adresse) werden nicht veröffentlicht und nicht an Dritte weitergegeben.

Speicherdauer

Die Aufnahmen werden im Zusammenhang mit der Dokumentation der Hessentagsaktion gespeichert. Eine Löschung erfolgt, wenn der mit dieser Aktion verbundene Zweck entfällt oder eine wirksame Widerrufserklärung vorliegt.

Rechtsgrundlage, Freiwilligkeit und Widerruf

Die Verarbeitung der Bild- und Tonaufnahmen erfolgt auf Grundlage der Einwilligung gemäß § 6 Abs. 1 Nr. 2 DSGVO-EKD sowie § 22 KunstUrhG (Recht am eigenen Bild).

- Die Einwilligung erfolgt freiwillig.
- Sie kann jederzeit ganz oder teilweise mit Wirkung für die Zukunft widerrufen werden.
- Die Rechtmäßigkeit der bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung bleibt hiervon unberührt.

Der Widerruf ist in Textform zu richten an: hessentag@bistum-fulda.de

Ort, Datum: _____

Name des/der Erziehungsberechtigten: _____

Name des Kindes/Jugendlichen: _____

Unterschrift(en) Erziehungsberechtigte(r): _____

(bei gemeinsamem Sorgerecht bitte beide Sorgeberechtigten unterschreiben)

Ab einem Alter von in der Regel 14 Jahren wird zusätzlich die Einwilligung des Kindes/der/des Jugendlichen empfohlen:

Ort, Datum: _____

Unterschrift des Kindes/der/des Jugendlichen: _____

