

# Vorbereitung mit Sternsinger\*innen

## 1. Ankommen & Aufwärmen

### Sesselplatz gesucht!

Beim Sternsingen braucht es manchmal ein Pausenplätzchen. So geht das Spiel: Die Kinder werden in zwei Gruppen aufgeteilt, in „Sessel“ und in „Sternsinger\*innen“, wobei die „Sessel“ um eine Person weniger sind (oder zwei bei gerader Zahl). Wenn der\*die Gruppenleiter\*in (GL) in die Hände klatscht, laufen die Kinder durcheinander, bei „Pause“ als Signal gehen alle „Sessel“ in den Vierfüßlerstand, und die „Sternsinger\*innen“ versuchen, sich vorsichtig auf einen „Sessel“ zu setzen. Ein Kind (oder zwei bei gerader Zahl) ruhen sich im Stehen aus, bis das nächste Klatschen erfolgt. Um möglichst viel Bewegung in das Spiel zu bringen dürfen sich die Kinder nicht zweimal hintereinander auf den gleichen „Sessel“ setzen. Nach einer Zeit werden die Rollen getauscht.

### Schnell wie der Wind

Die gesamte Gruppe steht im Kreis. Der\*die GL beginnt, ein Signal nach rechts in den Kreis zu schicken - einen Laut „NE!“ und die linke Hand macht eine Wellenbewegung nach rechts. Laut und Bewegung werden möglichst schnell weitergegeben, bis dorthin, wo es begonnen hat. Der\*die GL kann die Zeit bei mehreren Durchgängen auch jeweils stoppen.

Nach einer Zeit wird das Umkehren des Signals eingeführt:

Das „NE!“ kann auch nicht weitergegeben, sondern in die Gegenrichtung geschickt werden, indem der\*die rechte Nachbar\*in die Handfläche senkrecht hält und „PAL!“ sagt. Der\*die linke Nachbar\*in, der\*die das „NE!“ nach rechts weitergeben wollte, wechselt die Richtung und gibt das „NE!“ mit der rechten Hand in die linke Richtung weiter.

Nach einigen Durchgängen wird die Bedeutung der Laute „NE“ und „PAL“ aufgelöst und auf das Beispielland von Sternsingen 2025 hingewiesen. Die Kinder setzen sich im Kreis auf den Boden, evtl. im „Yogasitz“ (mit den Beinen überkreuzt und aufrechtem Rücken). Die Hände werden vor der Brust gefaltet und alle begrüßen sich mit „**Namaste**“ und einer leichten Verbeugung. Danach wird der Bezug zu dieser Begrüßung hergestellt:

*Mit „Namaste“ begrüßen sich die Menschen in Nepal. Wörtlich übersetzt heißt das „Ich verneige mich vor dem Göttlichen in dir.“ Viele haben auch ein Bindi als Segenszeichen auf der Stirn. Als Sternsinger\*innen bringt ihr auch Segen: Einerseits die Friedensbotschaft zu den Menschen in Österreich, und andererseits wirkt der Segen weltweit. Mit den Spenden werden nämlich Menschen unterstützt, die das dringend brauchen, in Afrika, Asien und Lateinamerika. Aktuelles Beispiel dafür sind die Hilfsprojekte in Nepal.*



## 2. Info zu Sternsingerprojekten in Nepal

- Die beiden Hilfsprojekte in Nepal machen anschaulich, wie sinnvoll die gesammelten Spenden eingesetzt werden und wie wichtig der Einsatz für die gute Sache ist (siehe Seite 7). Um es auch mit Bildern zu veranschaulichen, gibt es unterschiedliche Optionen:
- **Fotoset „Nepal“** (A4-Format, beim diözesanen Jungscharbüro auszuleihen)
- **Power-Point-Präsentation „Nepal“** (mit Kindertexten oder nur Fotos) auf [www.sternsingen.at/vorbereiten](http://www.sternsingen.at/vorbereiten)
- Fotos auf dem „**Textplakat**“ und im „**Kinderfolder: Sternsinger\*innen-News**“



## 3. Weitere Materialien:

Auf [www.sternsingen.at/videos](http://www.sternsingen.at/videos) gibt es einige kurze Videos zum Sternsingen - zum gemeinsam Anschauen (Download oder online) oder als Link für daheim (auch für die Eltern).

- Slideshow/Powerpoint „**Das ist Sternsingen 2025**“
- **SIB3 - Sternsinger\*innen im Bild:** Eine Sondersendung zum Sternsingen. Präsentiert von Original-Sternsinger\*innen.
- **Sternsingen: Zeit für Heldinnen und Helden:** Kurzfilm zum Sternsingen (ca. 7 min) und zur Arbeit des Hilfswerkes.



## 4. Den Auftritt proben

Eine große Auswahl an Liedern und Sprüchen gibt es auf [www.sternsingen.at/lieder](http://www.sternsingen.at/lieder). Wenn diese ausreichend geübt werden, fühlen sich die Kinder beim Vortrag auch sicherer. Tipps zum Auftritt, zu Gruppen- und Rollenaufteilung und ein Rollenspiel findet sich auf [www.sternsingen.at/vorbereiten](http://www.sternsingen.at/vorbereiten).

**Apropos Lieder:** Wir planen eine weitere Sammlung mit neuen Sternsingen-Liedern. Wenn ihr in eurer Pfarre ein Lied (oder Sprüche) habt, das noch nicht auf [www.sternsingen.at/lieder](http://www.sternsingen.at/lieder) enthalten ist, bitte an [georg.bauer@dka.at](mailto:georg.bauer@dka.at) schicken. Danke!



## 5. Mögliche Spielstationen (für Kleingruppen)

### STERNSINGEN-STECKBRIEF

Die Kinder und Jugendlichen können stolz auf ihren Einsatz sein. Um sich einzeln und als Gemeinschaft vorzustellen, werden die gestalteten Steckbriefe auch in der Kirche oder in Pfarrräumen angepinnt oder an einer Wäscheleine angeklammert. Auf [www.sternsingen.at/vorbereiten](http://www.sternsingen.at/vorbereiten) gibt es bei den Materialien eine A4-Vorlage zum Ausdrucken (oder die Kinder gestalten selbst ihren jeweiligen Steckbrief mit den angeführten oder auch anderen Rubriken).

→ **Material:** A4-Vorlagen  
(auf [www.sternsingen.at/vorbereiten](http://www.sternsingen.at/vorbereiten))  
oder A4-Blätter, bunte Stifte



### KINDERRECHTE-GOLF

Ziel der Kinderrechte ist es, dass alle Kinder auf der Welt, ob in Nepal oder in Österreich, ein gutes Leben führen können. Sechs Kinderrechte werden mit dieser Übung bewusst gemacht. Mit einem Seil ist ein Kreis markiert, die Kinder stehen rundherum. Im Kreis liegen sechs A4-Blätter eher mittig verteilt, mit der Schrift nach unten. Nun wird eine leichte Feder (aus dem Bastelsortiment, alternativ ist auch eine Watteflocken möglich) in die Luft gepustet und die Gruppe versucht, diese mit Pusten auf einem der Blätter landen zu lassen, ohne den Kreis zu betreten (evtl. diesen verkleinern). Statt der Feder kann auch ein Tischtennisball mit Pusten auf die Blätter geblasen werden (dann knien die Kinder auf allen Vieren).

Das Blatt wird dann von dem\*der GL aufgedeckt und vorgelesen. Die Kinder können auch sagen, wie wichtig ihnen das Kinderrecht ist, es kann sich ein kurzes Gespräch dazu entwickeln. So sollen alle Blätter der Reihe nach aufgedeckt werden. Wenn überall „eingelocht“ wurde, kann im 2. oder 3. Durchgang die Zeit gestoppt werden (ohne dass die Kinderrechte erneut vorgelesen werden).

#### Sechs Kinderrechte:

1. Eigene Meinung vertreten und mitbestimmen
2. Gesunde Umwelt und Schutz vor Klimakrise
3. Nahrung, Trinkwasser, medizinische Behandlung
4. Sicheres Zuhause, Schutz vor Gewalt
5. Schule besuchen und Ausbildung
6. In der Freizeit spielen und sich erholen

→ **Material:** Sechs beschriftete  
A4-Blätter, Feder/Wattebausch  
(oder Tischtennisball),  
Seil oder Schnur



### NEPAL-PICTIONARY

Es sind Kärtchen mit Begriffen vorbereitet, die etwas mit Nepal zu tun haben. Ein Kind zieht ein Kärtchen und zeichnet den Begriff ohne zu sprechen auf ein Plakat (oder Blatt Papier). Die anderen müssen versuchen, den Begriff zu erraten. Wenn der Begriff erraten wurde, sagt der\*die GL kurz etwas dazu (siehe unten).

#### Vorschläge zu den Begriffen:

- **Elefant** (war in Nepal lange Zeit sehr wichtig, um schwere Lasten zu tragen)
- **Buch** (viele Kinder können nicht lesen, weil sie arbeiten, statt in die Schule zu gehen)
- **Tee** (Nepal ist bekannt für den hervorragenden Tee, das ist das Nationalgetränk)
- **Regen** (der Monsun bringt viel Regen, der ist sehr wichtig für die Landwirtschaft)
- **Reis** (Reis ist das wichtigste Nahrungsmittel in Nepal, dazu wird meist Linsensuppe gegessen)
- **Fluss** (wegen der Klimakrise schmelzen die Gletscher des Himalayas, es kommt zu Überflutungen)
- **Stern** (in der Flagge Nepals ist ein Stern abgebildet, das ist eine Verbindung zum Sternsingen)
- **Haus** (viele Menschen leben nicht in stabilen Häusern, sondern in Hütten ohne Strom, Fließwasser und Bad oder WC)
- **Berg** (in Nepal sind die Berge noch viel höher als in Österreich, dort liegt auch der höchste Berg der Welt)

→ **Material:** Kärtchen mit Begriffen,  
Plakate bzw. A3- oder A4-Blätter, Stifte



### METHODEN ZUM THEMA „SCHMINKEN“

Sollte das Thema „Schminken“ in eurer Pfarre präsent sein und ihr thematisch etwas dazu machen wollt, finden sich Infos und pädagogische Methoden auf [www.sternsingen.at/schminken](http://www.sternsingen.at/schminken). Information und Austausch dazu auch beim diözesanen Jungschärbüro (Kontakte siehe Rückseite).



### KINDERSCHUTZ BEIM STERNSINGEN

Die Katholische Jungschärbüro hat sich umfassend mit dem Thema „Kinderschutz“ beschäftigt. Auf [www.jungschärbüro.at/kinderschutz](http://www.jungschärbüro.at/kinderschutz) steht die Broschüre mit Tipps zur Umsetzung beim Sternsingen zum Download bereit (bzw. kann sie als Printprodukt beim diözesanen Jungschärbüro angefordert werden).

