

Christa Baumann/Stephen Janetzko

# GUTE NACHT, MEIN KLEINER ENGEL

SINGEN, BASTELN, SPIELEN UND BETEN RUND UM EINE GUTE NACHT



Ideen zur Vorbereitung für ein gutes Einschlafen  
und eine gute Nacht. Mit vielen neuen und alten  
Gutenachtliedern von Stephen Janetzko & Freunden

**Christa Baumann und Stephen Janetzko:**  
**GUTE NACHT, MEIN KLEINER ENGEL -**  
**SINGEN, BASTELN, SPIELEN UND BETEN**  
**RUND UM EINE GUTE NACHT.**

Ideen zur Vorbereitung für ein gutes  
Einschlafen und eine gute Nacht.

Mit vielen neuen und alten Gutenachtliedern von Stephen Janetzko & Freunden.



Zu diesem Buch ist separat ein Download/Streaming-Album erschienen unter dem  
Titel „Nun sagen wir Euch allen GUTE NACHT: Schlaflieder für Kinder“.

Copyright © 2022 Verlag Stephen Janetzko, Erlangen -  
**[www.kinderliederhits.de](http://www.kinderliederhits.de)**

Alle Lieder verlegt bei Edition SEEBÄR-Musik Stephen Janetzko, Erlangen

Coverillu: Sandra Lierz - Covergrafik: Stephen Janetzko

Notensatz, grafische Vorbereitung und Idee: Stephen Janetzko

All rights reserved.

**ISBN 978-3-95722-587-0 - ePDF-ISBN 978-3-95722-870-3**

## Inhaltsverzeichnis

<b>Lied: Nun sagen wir euch allen gute Nacht</b>	<b>Seite 5</b>
Tipps zum Basteln, Gestalten und Erzählen	Seite 6
Gemaltes Kinder-Tagebuch	Seite 7
Ordner für das Tagebuch	Seite 7
Beten	Seite 8
Gebete für die Nacht	Seite 8
<b>Lied: Der Mond steht am Himmel</b>	<b>Seite 10</b>
Mythen und Sagen	Seite 11
Pantomime: Wollen wir auf den Mond fliegen?	Seite 11
Hefe-Vollkorn-Monde	Seite 12
Kartoffel-Mond	Seite 13
Das Märchen vom Mann im Monde (Ludwig Bechstein)	Seite 13
Mond aussägen	Seite 14
Mais-Mond-Brot	Seite 14
Besuch im Planetarium	Seite 15
Collage: Im Planetarium	Seite 15
Spiele	Seite 15
Wie wird es Tag, wie wird es Nacht?	Seite 16
Der Mond beleuchtet das Zimmer	Seite 17
<b>Lied: Wer hat die schönsten Schäfchen</b>	<b>Seite 18</b>
Schaf mit Wolle	Seite 19
Lavendelsäckchen	Seite 20
Heublumen-Fußbad	Seite 20
Meditation „Schnecke“	Seite 21
<b>Lied: Wenn der Bär mich in den Arm nimmt</b>	<b>Seite 22</b>
Einschlafen	Seite 23
Guckloch-Bilderbuch	Seite 23
Bilderbuchbetrachtung durch ein Guckloch	Seite 24
Geschichte zur Körperwahrnehmung	Seite 25
Traummonster aus Maschendraht bauen	Seite 25
Regen-Traumbild malen	Seite 26
Fingerspiele	Seite 27
<b>Lied: Alle geh'n jetzt zur Ruh</b>	<b>Seite 28</b>
Sterne aus Pappmaché	Seite 28
Sterne als Adventskalender	Seite 29

Traumbilder in Abspengtechnik	Seite 29
Traumgeschichte	Seite 30
<b>Lied: Schlaflied</b>	<b>Seite 31</b>
Erzählteller	Seite 31
Meditation: Der Tag ist vorbei“	Seite 32
Puppenbett basteln	Seite 32
Gewebte Decke	Seite 33
Gewebtes Kissen	Seite 34
Kleine Puppe fürs Puppenbett	Seite 34
Fingerspiele	Seite 35
<b>Lied: Schlaf, Kindlein</b>	<b>Seite 36</b>
Ritual: Einschlaftee trinken	Seite 37
Fühlplatten: Vom Bad bis ins Bett	Seite 38
Meine Füße zeigen mir den Weg	Seite 39
Geklebte Sterne	Seite 40
<b>Lied: Wunderbare Träume</b>	<b>Seite 40</b>
Märchen: Allerleirauh	Seite 40
Kantentheater: Der böse Traum	Seite 43
<b>Lied: Weißt du, wieviel Sternlein stehen</b>	<b>Seite 45</b>
Gedanken zur Nacht	Seite 45
Sterne in der Bibel	Seite 46
Übernachten unterm Sternenzelt	Seite 47
Sternen-Blumenstecker	Seite 47
Bild aus Knöpfen	Seite 48
Ausgeprickelte Sterne	Seite 48
Märchen: Sterntaler (Gebrüder Grimm)	Seite 49
Sterntaler-Bild	Seite 49
Glitzer-Sterntaler-Bild	Seite 50
Gefrorener Stern	Seite 50
<b>Lied: Schlaf, mein Baby</b>	<b>Seite 51</b>
Einschlafgeschichte „Leon“	Seite 52
Rätselsäckchen und Rätselsterne	Seite 52
Rätsel	Seite 53
<b>Lied: Schäfchenzählen</b>	<b>Seite 55</b>
Meditation „Gänseblümchen“	Seite 56
Nachtwanderung	Seite 56
Spiele mit der Taschenlampe	Seite 57
Tiere der Nacht – was Kinder interessiert	Seite 58
Nach der Nachtwanderung	Seite 59
Leuchtknete	Seite 59

<b>Lied: Gute Nacht, mein Engel</b>	<b>Seite 60</b>
Hütte aus Tüchern	Seite 61
Häuser	Seite 61
Gute-Nachtbuch	Seite 63
<b>Lied: Nimm meine Träume</b>	<b>Seite 65</b>
Traumbilder	Seite 66
Träume in der Bibel	Seite 66
Traumfänger aus Naturmaterial basteln	Seite 67
Kuchen mit Tag und Nacht	Seite 68
<b>Lied: Alle braven Kinder schlafen</b>	<b>Seite 69</b>
Massage am Abend mit dem Igelball	Seite 69
Massage zu einer anderen Tageszeit	Seite 70
Teebeutel-Rakete	Seite 70
<b>Lied: Ich schließe meine Augen</b>	<b>Seite 71</b>
Spiele mit verbundenen Augen	Seite 71
Geknüpftes Mondkissen	Seite 73
<b>Lied: Schlafen ist schön</b>	<b>Seite 74</b>
Duftkissen für die Puppe	Seite 74
Windlicht mit LED neben das Bett	Seite 75
<b>Lied: Schlaf ein, mein Kind</b>	<b>Seite 76</b>
Monster kleben, Gespenster basteln	Seite 77
Schattenspiele	Seite 77
<b>Lied: Gute Nacht, mein kleiner Engel</b>	<b>Seite 79</b>
Bedrucktes Herz-Kuschelkissen	Seite 80
<b>Lied: Ich bin müde</b>	<b>Seite 81</b>
Blütenschale neben dem Bett	Seite 81
Steinsäckchen zum Einschlafen	Seite 82
<b>Lied: Engel, Engelchen</b>	<b>Seite 83</b>
Kuschel-Engel	Seite 83
Kleine Filzengel	Seite 83
Engel-Sammel-Karton	Seite 84
Engelposter	Seite 85
Engel-Memory	Seite 86
Gebackene Engel	Seite 86
<b>Lied: Mein lieber Sandmann</b>	<b>Seite 88</b>
Sternenhimmel über dem Bett	Seite 88
Zum guten Schluss	Seite 89

# Vorwort

Wir Menschen brauchen Licht.

Kinder können am Tag sehen und begreifen, spielen und entdecken. Die Nacht mit ihrer Dunkelheit verursacht ihnen Ängste. Plötzlich sind alle Farben verschwunden und Konturen verlieren sich. Und auf einmal ist die ganze Welt verschwunden.

Jetzt braucht das Kind Nähe, Wärme und Geborgenheit.

„Dunkle“ Momente kann das Kind auch am Tag erleben, zum Beispiel im dunklen Keller. Aber auch Angst, Verzweiflung, Ungerechtigkeit und Misstrauen werden als Dunkelheit empfunden. Als Eltern haben wir die Aufgabe, Vertrauen und Hoffnung unseres Kindes zu stärken, damit es sich in der Dunkelheit vertrauensvoll dem Schlaf überlassen kann.

Die dunklen Erlebnisse des Tages sollten wir dabei nicht unter den Teppich kehren oder gar auslachen. Vielmehr sollten wir dem Kind die Möglichkeit geben, seine Ängste, Befürchtungen und Sorgen zu verarbeiten und sie damit zu bewältigen. Wenn es alle dunklen Gedanken beim Musizieren, Malen, Geschichtenhören usw. aus sich herauslassen kann, ist wieder Platz für das Licht, für die Freude.

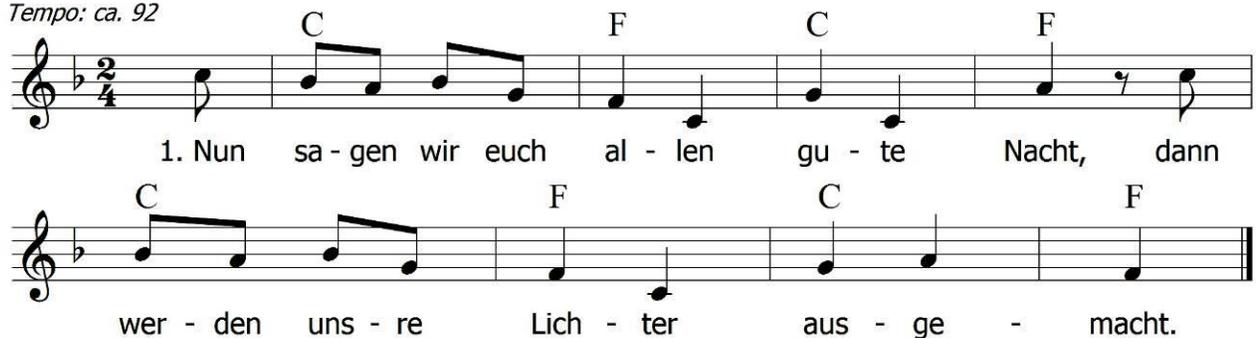
Eine Bemerkung zum Schluss:

Ohne dass das Kind es bemerkt, fördern wir es mit allen gemeinsamen Aktivitäten. Von der Fantasie, der Kreativität über Grob- und Feinmotorik zur Arbeitshaltung, Ausdauer und vielem mehr. Denn die ganzheitliche Förderung geschieht nicht in einer inszenierten „Schulstunde“ zuhause, sondern im Alltag bei allem, was wir gemeinsam mit unserem Kind tun oder wozu wir es anleiten.

## ***Nun sagen wir euch allen gute Nacht***

*Text und Musik: trad. (Wilhelm Bender)\*/bearb. Tara G. Zintel/Stephen Janetzko; CD „Laterne, Laterne, leuchtet wie die Sterne“ © Ed. SEEBÄR-Musik St. Janetzko, [www.kinderliederhits.de](http://www.kinderliederhits.de)*

Tempo: ca. 92



1. Nun sa - gen wir euch al - len gu - te Nacht, dann  
wer - den uns - re Lich - ter aus - ge - macht.

2. Nun legen wir uns schlafen, 's ist schon spät.  
Der Himmel ist mit Sternen ganz besät.

3. So sagen wir euch allen gute Nacht,  
und bitten, dass uns Gott auch heut bewacht.

## **Tipps zum Basteln, Gestalten und Erzählen**

Kinder werkeln gern. Dabei kommt es ihnen nicht auf die Ergebnisse an. Wichtiger ist es für sie, mit verschiedenen Materialien und Werkzeugen zu experimentieren und Spaß am eigenen Schaffen zu entwickeln.

Bei Basteln werden Feinmotorik, Auge-Hand-Koordination, Fantasie, Konzentration, Geduld und Ausdauer gefördert.

Schon sehr früh greifen Kinder zu Farben und Papier, zu Kleber und Schere. Darum ist es wichtig, mit dem Kind bestimmte Regeln abzusprechen.

### **Arbeitsplatz:**

Es hat sich bewährt, nur an einem bestimmten Platz in der Wohnung zu basteln (die Wand wird nicht bemalt, dort ist schließlich nicht der Bastelplatz). Die Arbeitsfläche wird vor Beginn mit einer Kunststofftischdecke oder mit Zeitungspapier abgedeckt.

### **Malerkittel:**

Bei allen Aktivitäten mit Farbe und Kleister ist es ratsam, die Kleidung zu schützen. Dann können Kinder ohne Zögern an die Arbeit gehen.

Ohne großen Aufwand entsteht ein Malkittel:

ein altes Herrenhemd wird an den Ärmeln so abgeschnitten, dass diese nur knapp bis zum Handgelenk des Kindes reichen. Die Ränder brauchen nicht umgenäht zu werden, weil der Stoff in der Regel kaum franst.

Die Pulloverärmel des Kindes schieben wir nach oben. Das Kind zieht den Malerkittel verkehrt herum an – die Knöpfe auf dem Rücken. So bleibt die Kleidung sauber.

---

### **Basteln und Erzählen:**

Gerade beim Basteln lässt sich wunderbar erzählen, ganz nebenbei wird der Wortschatz erweitert und es werden neue Ideen entwickelt.

Hat das Kind zum Beispiel die Biblische Geschichte gehört, wie die Weisen den Weg zur Krippe fanden, so kann es das Gehörte vertiefen: beim Drucken einer Tischdecke mit Sternen erzählt der Erwachsene die Geschichte noch einmal oder lässt sie sich vom Kind wiedergeben. So wird vielleicht der Wunsch entstehen, den Abendhimmel zu beobachten. Das Kind wird die Sterne als seine Freunde begrüßen, die dann am Himmel stehen, wenn es schlafen geht. Manchmal wird es sie nicht sehen können, wenn sie sich hinter dunklen Wolken verstecken. Aber das ist nicht schlimm, denn jedes Kind spielt auch gern „Verstecken“.

## Gemaltes Kinder- Tagebuch

Viele Erwachsene notieren sich am Abend ihre Erlebnisse, Gedanken und Ideen des Tages. Damit wird der Tag abgeschlossen, die Gedanken kommen zur Ruhe, Negatives wie Positives wird verarbeitet.

Das tut auch kleineren Kindern gut. Da sie noch nicht schreiben können, malen sie das, was für sie wichtig ist. Nimmt ein Erwachsener sich Zeit und setzt sich mit dem Kind hin, dann erzählt es gern, was es malt. Es berichtet von seinen Erlebnissen, seinen Freuden, seinem Ärger. Der Tag mit seinen Höhen und Tiefen wird dabei verarbeitet.

Zudem kommen Kind und Erwachsener sich nah. Der Erwachsene erfährt mehr über das Erleben des Kindes. Vielleicht kann er das Eine oder Andere geraderücken, Ideen für Veränderungen aufzeichnen und am nächsten Tag mithelfen, Streit, Ärger o. Ä. zu bereinigen.

Das Kind wird sicherlich nicht jeden Abend malen wollen, aber vielleicht wird das Tagebuch zu einem festen Ritual in der Familie, eventuell am Freitagabend zum Abschluss der Woche?

### Material:

- Papier DIN A4
- Stifte
- Papierreste, Stoffrest, Glitter
- Schere
- Alleskleber oder Papierkleber
- Locher
- Ordner

So geht's:

Setzen Sie sich mit dem Kind an den Platz, an dem es gerne malt und geben Sie ihm Papier und Stifte. Richten Sie das Gespräch auf den vergangenen Tag und bitten Sie das Kind, das zu malen, was ihm wichtig ist.

Nach dem Malen mit den Stiften kann das Bild anschließend mit anderen Materialien ausgestaltet werden: mit buntem Papier, mit Stoff und Glitter. Die aufgeklebten Materialien dürfen allerdings nur flach sein, weil der Sammelordner sonst sehr dick wird.

Schreiben Sie zum Schluss die Erklärungen des Kindes, wenn möglich, auf die Rückseite des Bildes. So können Sie auch nach Jahren verstehen, was dem Kind wichtig war und was es bewegte.

Zum Schluss locht das Kind sein Bild und heftet es in den Ordner.

---

## Ordner für das Tagebuch

Jetzt brauchen die fertigen Bilder ein Zuhause. Ideal ist ein Ordner mit breitem Rücken, den das Kind selbst ausgestalten kann.

### Material:

- Ordner DIN A4
- bunte Klebefolie

- Schere

*So geht's:*

Bekleben Sie den Ordner ringsum mit einer einfarbigen Klebefolie. Anschließend gestaltet ihn das Kind noch aus. Es schneidet kleine Schnipsel, die es bunt durcheinander auf die einfarbige Folie klebt. Oder es malt ein Bild mit wasserfesten Filzstiften darauf. Oder es schreibt seinen Namen darauf.

---

## **Beten**

In vielen Familien wird am Morgen, am Abend und bei den Mahlzeiten gebetet. Dabei kommen alle zur Ruhe, dürfen danken und bitten. Für Kinder ist es sehr wertvoll, wenn sie Gebete auswendig können. Denn so ist es ihnen möglich, auch jederzeit alleine zu beten.

Sie lernen aber auch sehr leicht, frei zu beten. Wenn sie Gott erzählen, was sie am Tag gefreut oder geärgert hat, warum sie bitten und wofür sie danken, dann haben sie schon ein Gebet formuliert. Im geschützten und vertrauten Umfeld der Familie ist das einfach und mit ein bisschen Übung immer selbstverständlicher.

Beim Einschlafen muss Ihr Kind loslassen. Es soll zur Ruhe kommen und sich dem Schlaf anvertrauen. Das Nachtgebet hilft dabei und gibt ihm die nötige Sicherheit und das Vertrauen, dass es auch in der Nacht behütet ist und am Morgen wieder aufwachen wird. Im Folgenden finden Sie ein paar Beispiele für Nachtgebete.

---

## **Gebete zur Nacht**

Eh der Tag zu Ende geht,  
spreche ich mein Nachtgebet.  
Danke Gott für jede Gabe,  
die ich heut' empfangen habe.  
Bitte Gott für diese Nacht,  
dass er mich im Schlaf bewacht.  
Dass kein böser Traum mich weckt  
und das Dunkle mich nicht schreckt.  
Und kommt der helle Morgenschein,  
dann lass mich wieder fröhlich sein.  
Amen.

Wo ich gehe, wo ich stehe,  
bist du, lieber Gott, bei mir.  
wenn ich dich auch niemals sehe,  
weiß ich dennoch, du bist hier.  
Amen.

Schon glänzt der gold`ne Abendstern.  
Gut Nacht ihr Lieben, nah und fern.  
Schlaft ein in Gottes Frieden.  
Amen.