

Wochenplan 2



Lernen

Überlege gemeinsam mit deiner Mutter, was Du nun für die zweite Woche aus dem Basiswissenlehrplan lernen solltest.

- Aktualisiere Deine Checkliste.
- Lerne täglich mindestens 30 Minuten.

Verhalten

Überprüfe Deine Checkliste der letzten Woche. Bist Du Zufrieden? Bete weiterhin, dass Allah Ta'ala barmherzig mit uns ist.

- Lese den 2. Tipp für einen gesegneten Alltag. (Alle Tipps sind online)
- Aktualisiere Deine Namaz-/Tilawat-Checkliste.
- Füge weitere, individuelle Ziele hinzu.

Gesundheit

Hadhrat Khalifatul Massih V.^{ABA} hat am 20.03.2020 in seiner Freitagsansprache auch auf ein gesundes Immunsystem aufmerksam gemacht.

- Lese den Artikel „Stärke Dein Immunsystem“ gründlich durch.
- Lege eine Checkliste an um Dein Verhalten zu überprüfen und zu verbessern. (online)

Basteln

Vergiss nicht auch in dieser Zeit fleißig und motiviert zu spenden, hierzu haben wir einen wertvollen Basteltipp für dich. (Warum spenden? Ein sehr informativer Artikel ist hierzu online)

- Bastele eine Spendenbox (Anleitung online)



Spiel/Spaß

Auch wenn Du nicht mehr auf den Spielplatz darfst, ist Bewegung sehr wichtig!

- Auf unserer Website findest Du Ideen und Bewegungstipps – probiere sie aus. Jeden Tag zweimal mindestens 15 Minuten!



Kochen/Backen

Versuche öfters deiner Mutter im Haushalt zu helfen. Ihr werdet Spaß haben!

- Bereitet Snacks vor – diesmal gesund – mit vielen Vitaminen! (Rezepte online)



Lesen

Für die nächsten Wochen ist in der Nasirat-ul-Ahmadiyya eine Lese-Challenge angesagt. Sei dabei! Drucke dazu Deine Lese-Challenge aus oder notiere sie.

- Lies täglich mindestens 30 Minuten
- Überprüfe Dich, die Prüfungen für die ersten Bücher sind schon online!



Soziale Kontakte

Das soziale Leben ist eingeschränkt. Dennoch ist es wichtig, weiterhin die Kontakte zu anderen zu pflegen. Bleibe in Kontakt, teile Pläne und erkundige Dich nach dem Wohlergehen Deiner Freundinnen und Nachbarn über die sozialen Medien, Anrufe oder persönliche Briefe.



Multimedia

Nutze die Gelegenheit und schaue Dir jeden Tag auf MTA / YouTube Kinderprogramme an. Bitte Deine Eltern freundlich darum.

- Schaue Dir diese Woche einige Folgen von „Fit4Kids“ an und notiere Dir die Orte, an denen das Team schon überall gedreht hat.

HINWEIS: auf WWW.NASIRAT.DE findest Du alle nötigen Materialien und Checklisten!