

Spielablauf und Spielregeln



Das sehr einfach gestaltete Spiel soll die SuS primär für den weltweiten Hunger und dessen Auswirkungen sensibilisieren. Es gibt etwa 58 Lebensmittelbilder (wobei längst nicht alle wichtigen Lebensmittel abgebildet sind), die auf die Lebensmittelpyramide verteilt sind. In der untersten Reihe befinden sich Lebensmittel, die als sehr gesund gelten, und in der obersten diejenigen, die als weniger gesund angesehen werden.

Es gibt nicht in allen Reihen der Pyramide gleich viele Lebensmittelkarten. Es kann also gut sein, dass eine Reihe schneller leer ist als andere.

Bei der Erklärung des Spiels und der Regeln ist es wichtig zu betonen, dass alle Lebensmittel wichtig und gesund sind, da unser Körper alle Nährstoffe benötigt. Jedes Lebensmittel hat seine Bedeutung, auch Süßigkeiten. Entscheidend ist, wie viel der Körper davon benötigt, um gesund zu bleiben – das richtige Mass ist wichtig.

Die Punkteverteilung im Spiel basiert darauf, dass Lebensmittel, die wir in grossen Mengen konsumieren können, ohne unsere Gesundheit zu gefährden, mit den höchsten Punktzahlen bewertet werden. Lebensmittel, die aufgrund ihrer

Inhaltsstoffe nur in Massen konsumiert werden sollten, erhalten die niedrigsten Punktzahlen. Dazwischen gibt es verschiedene Abstufungen.

Die Punkteverteilung dient lediglich dazu, das Spiel etwas spannender zu gestalten. Im Vordergrund stehen jedoch die Erfahrungen und das Wissen, das während des Spiels vermittelt wird. Die SuS sollen verstehen, wie Lebensbedingungen und -qualität oft von äusseren Faktoren (Mächten) bestimmt werden. Dies wird durch den Würfel symbolisiert. Der Würfel und die gesammelte Punktzahl verdeutlichen, dass viele Menschen – ähnlich wie die SuS im Spiel – keinen Einfluss auf den Zugang zu Ressourcen und Nahrungsmitteln haben.

Abschliessend können die Ursachen des Hungers und dessen Auswirkungen erklärt werden.

Ziel des Spiels

- Durch das Sammeln von Lebensmitteln möglichst viele Punkte erzielen.
- Einen Einblick in die Lebensmittelpyramide geben.
- Wissen über gesunde ausgeglichene Ernährung vermitteln.
- Wissen über die Auswirkungen mangelnder wichtiger Nährstoffe auf die Entwicklung von Kindern vermitteln.
- Ein Gefühl für Selbstbestimmung und die Konsequenzen von Entscheidungen vermitteln.

Material

- Lebensmittelpyramide
- Bilder von Lebensmitteln
- Würfel
- Teller

Vorgehen

1. Gruppenbildung

Die Schüler werden in Teams mit 2-4 Personen eingeteilt.

2. Würfeln als Schicksal / Lebensmittel sammeln

Das Spiel wird über 6 Runden gespielt. In jeder Runde würfeln alle Teams nacheinander im Uhrzeigersinn jeweils einmal. Bei jedem Wurf sammeln die Teams Lebensmittel und legen sie auf einen leeren Teller. *(Es geht dabei darum, nur eine begrenzte Anzahl an Lebensmitteln zu holen und dennoch die Chance zu haben, von allen Kategorien etwas zu erhalten.)*

3. Regeln

- Würfelt ein Team eine 1, nimmt es ein Lebensmittel von der Spitze der Pyramide.
- Würfelt es eine 2, nimmt es ein Lebensmittel aus der zweiten Reihe von oben.
- Würfelt es eine 3, nimmt es ein Lebensmittel aus der dritten Reihe von oben.
- Würfelt es eine 4, nimmt es ein Lebensmittel aus der vierten Reihe von oben.
- Würfelt es eine 5, nimmt es ein Lebensmittel aus der fünften Reihe von oben.
- Würfelt es eine 6, nimmt es ein Lebensmittel von der Basis der Pyramide.
- Sind die Lebensmittel aus einer bestimmten Reihe bereits entnommen, geht das Team leer aus. In diesem Fall darf das nächste Team weiterwürfeln.

4. Punktevergabe

Die gesammelten Lebensmittel werden je nach ihrer Position in der Pyramide mit Punkten bewertet. Lebensmittel, die als gesund gelten, bringen mehr Punkte als solche, die weniger gesund sind.

- Lebensmittel von der Basis der Pyramide (unterste Reihe): 6 Punkte
- Lebensmittel aus der fünften Reihe: 5 Punkte
- Lebensmittel aus der vierten Reihe: 4 Punkte
- Lebensmittel aus der dritten Reihe: 3 Punkte
- Lebensmittel aus der zweiten Reihe: 2 Punkte
- Lebensmittel von der Spitze der Pyramide: 1 Punkt

Am Ende des Spiels werden die Punkte der Teams zusammengezählt. Das Team mit den meisten Punkten gewinnt.

5. Optional bei genügend Zeit (Doppellektion)

- Teams können nach der Berechnung der Punkte die gesammelten Lebensmittel tauschen (handeln) und versuchen, dass alle die gleiche Punktzahl erreichen.
- Je nach Klassengrösse können die SuS entweder in Teams oder einzeln Lebensmittel und Punkte sammeln. (Auch hier ist der Tausch möglich)
- SuS können ein Menü mit ihren Lieblingszutaten erstellen. Je nach ausgewählten Lebensmitteln können dabei ebenfalls Punkte erzielt werden.
- Es kann auch eine Diskussion darüber stattfinden, was gesund ist und was der Körper für eine gesunde Entwicklung braucht.