

Recht auf ein erfülltes Leben – chancenlos durch Hunger

Vorschlag für eine Unterrichtseinheit von 45'

Nada Müller

Religionspädagogin

Hauptzielgruppe: Zyklus 2, Kinder der 4.-6. Klasse

Zeitbedarf: Eine Lektionseinheit, verlängerbar auf eine Doppellektion

Spezielles: Der Fokus liegt auf der Sensibilisierung für Hunger weltweit und den weitreichenden Auswirkungen, die er auf die Betroffenen hat.

Details und Material: Alle Unterlagen sind unter materialien.sehen-und-handeln.ch/lernen zu finden

Hunger raubt einem Kind die Zukunft: Wenn der Körper länger ohne Nahrung auskommen muss, meldet er Hunger als Signal für seinen Bedarf. Langfristiger Nährstoffmangel beeinträchtigt die Entwicklung eines Kindes massiv und hat schwerwiegende Folgen für seine Zukunft. Dieses «Loch im Bauch» zerstört sprichwörtlich die Chancen eines Kindes auf eine bessere Zukunft.

Die folgende Lektion soll das Bewusstsein der Schülerinnen und Schüler (SuS) für weltweite Hungersituationen schärfen. Sie sollen die Ursachen und Folgen von Hunger verstehen und dazu angeregt werden, Wege zu finden, sich dagegen zu engagieren.

Einstieg und Vorbereitung (5' – 10')

In der Mitte liegt ein Tuch mit einer Kerze und Bildern von Lebensmitteln, die später beim Würfelspiel verwendet werden.

Schritt 1 – Begrüssung

Die SuS wählen ein Lebensmittel aus der Mitte aus und nennen ihr Lieblingsessen. Die Lehrperson (LP) weist auf die unterschiedliche Beliebtheit von Lebensmitteln hin. Geschmäcker variieren und verschiedene Lebensmittel erzeugen einen ungleichen Sättigungsgrad. Während Menschen in manchen Ländern im Überfluss leben, leiden viele in anderen Ländern an Hunger.

- **Beilage 1: Lebensmittelbilder (von Pixabay)**

Lied: «Überall isch Gott» von Andrew Bond (5')

- **Beilage 2: Liedblatt**

Schritt 2 – Würfelspiel mit der Lebenspyramide (15' - 20')

Vorbereitung: Eine Lebensmittelpyramide, die auf ein 60 x 60 cm grosses Papier gezeichnet oder gedruckt ist.

Die zuvor genutzten Lebensmittelbilder werden ebenfalls in die Darstellung integriert und entsprechend der Lebensmittelpyramide zugeordnet. Die SuS erhalten spielerisch Hintergrundinformationen zu Hunger, dessen Ursachen und Auswirkungen und werden für die Botschaft der ökumenischen Kampagne «Hunger frisst Zukunft» sensibilisiert.

- **Würfelspiel**

Das Ziel des Spiels ist, durch das Sammeln von Lebensmitteln möglichst viele Punkte zu erzielen. Der Würfel symbolisiert, dass viele Menschen keinen Einfluss auf den Zugang zu Ressourcen und Nahrungsmitteln haben und äusseren Umständen ausgeliefert sind.

- **Beilage 3: Vorlage Lebensmittelpyramide**

- **Beilage 4: Spielablauf und Spielregeln**

Wenn genügend Zeit vorhanden ist:

- Anschliessend können die Schüler 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.

Wichtig zu erwähnen:

Alle Lebensmittel haben ihre Bedeutung, auch Süßigkeiten. Entscheidend ist, wie viel der Körper davon benötigt, um gesund zu bleiben.

- **Gespräch und Input zu Hunger und Zukunft**

LP erklärt, was Menschen für die körperliche Entwicklung benötigen, und veranschaulicht dies anhand der Nahrungsmittel in der Pyramide.

LP erklärt die Ursachen des Hungers (Würfel als Symbol) und veranschaulicht diese mit passenden Bildern:

1. **Armut**: Menschen haben nicht genug Geld oder Land, um sich ausreichend und ausgewogen zu ernähren.
2. **Konflikte**: Kriege und bewaffnete Auseinandersetzungen vertreiben die Bäuerinnen und Bauern und zerstören Lebensmittelvorräte und landwirtschaftliche Infrastruktur.
3. **Naturkatastrophen**: Dürren, Überschwemmungen und andere Naturkatastrophen können Ernten vernichten.
4. **Wirtschaftliche Ungleichheit**: Ungleiche Verteilung von Ressourcen und Reichtum führt dazu, dass viele Menschen hungern, obwohl global genügend Nahrungsmittel produziert werden.
5. **Politische Instabilität**: Schlechte Regierungsführung und politische Unruhen können die Nahrungsmittelversorgung unterbrechen.

«Hunger frisst Zukunft»: Die LP entfernt Lebensmittel vom Teller, um zu veranschaulichen, dass Hunger ein reales und alltägliches Problem ist, das viele Menschen betrifft und ihnen Leid zufügt. Der leere Teller symbolisiert den leeren Bauch.

Wenn genügend Zeit vorhanden ist:

Wonach «hungern» wir? Was sind unsere Wünsche und Sehnsüchte? Die LP erklärt, dass Kinder für eine gesunde Entwicklung nicht nur Nahrung, sondern auch andere Dinge benötigen. Um dies herauszufinden, bearbeiten die Schüler das Arbeitsblatt «Was nährt?».

SuS können die verschiedenen vorgegebenen Ideen mit der Figur in der Mitte verbinden und ihre eigenen Ideen hinzufügen. Bei einer Doppellektion können sie die Verbindungen zeichnen, das Blatt ausmalen und ergänzen.

- **Beilage 5: Arbeitsblatt «Was nährt mich» farbig**

- **Beilage 6: Arbeitsblatt «Was nährt mich» Schwarz -Weiss**

Schritt 3 – Ich sehe etwas, was du auch siehst – Einführung zu Mt 25 (15')

«Was ich tue, hat eine Wirkung!»

Vorbereitung: Die Verse des Bibeltextes sind einzeln auf A3-Blättern ausgedruckt und auf dem Boden wie Steine von Start bis Ende ausgelegt.

- **Mt 25, 35-40 «Ich war hungrig und ihr habt mir zu essen gegeben»**

Diese Übung ermöglicht den SuS, den Text intensiver wahrzunehmen, ihn besser zu verstehen und durch ihre Körperhaltung die Bedeutung der Bibelverse auf einer nonverbalen Ebene zu erfassen und auszudrücken. Die Anleitung dazu ist in Online-Materialien beschrieben. Es ist wichtig, dass die LP sich bewusst ist, dass diese Übung dazu führen kann, dass einzelne SuS Reaktionen zeigen, die vom Thema ablenken könnten. Die LP sollte daher darauf vorbereitet sein, solche Reaktionen zu lenken und die Handlungen gegebenenfalls wieder auf das Hauptthema zurückzuführen.

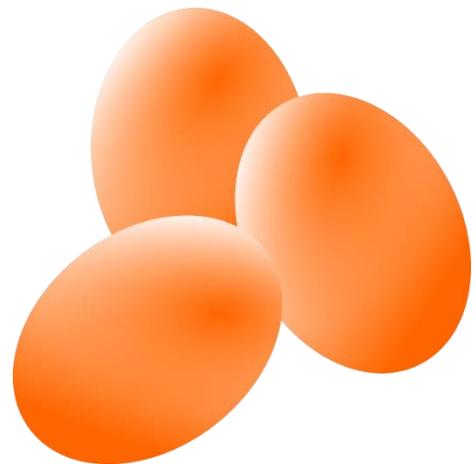
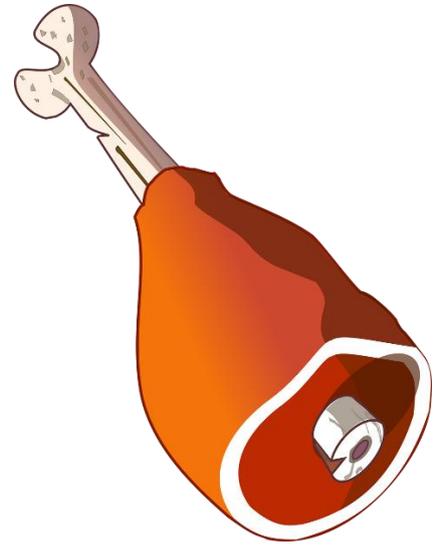
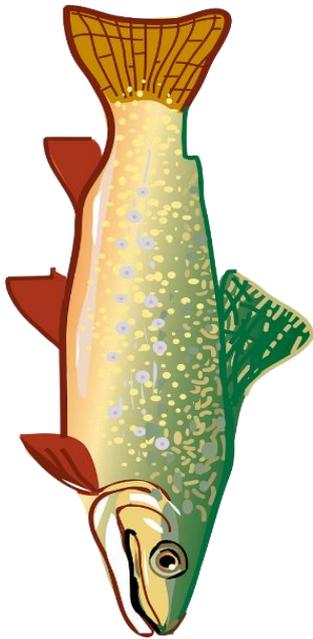
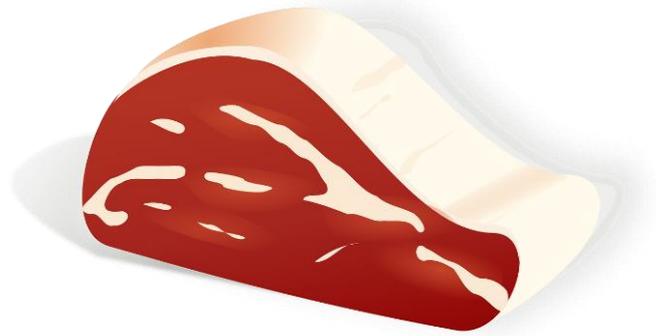
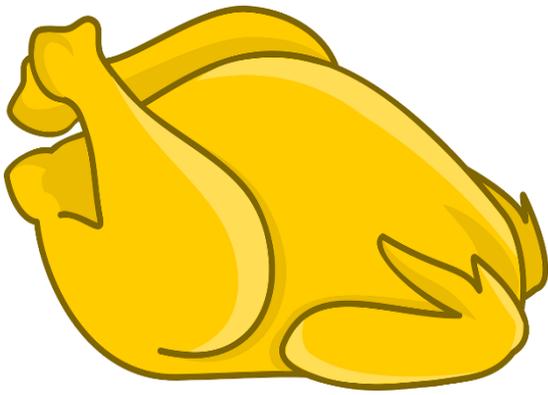
- **Beilage 7: Text Mt 25, 35-40**

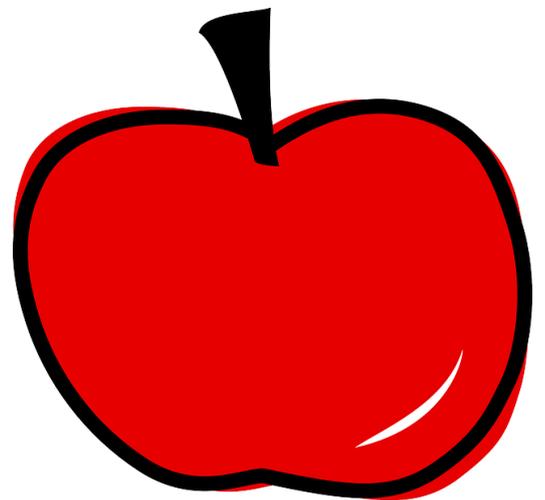
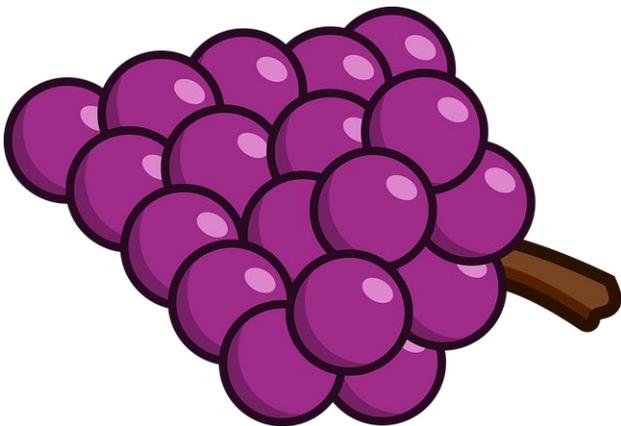
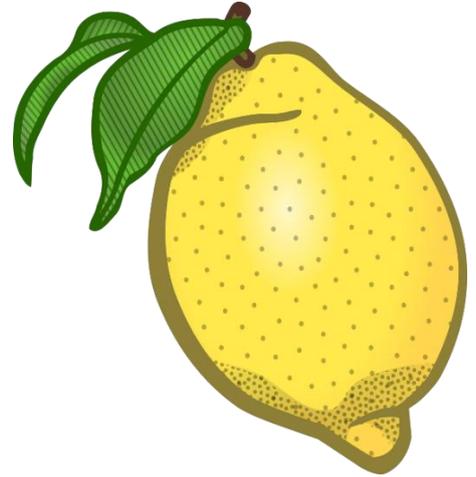
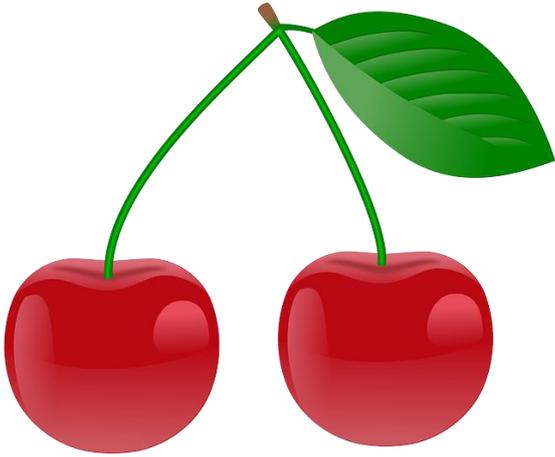
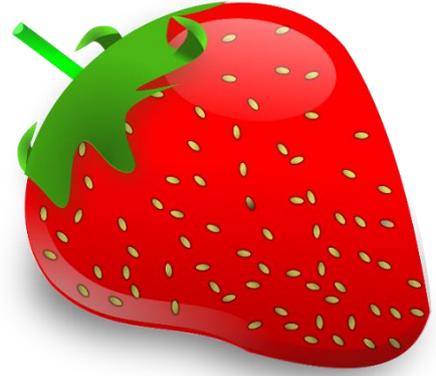
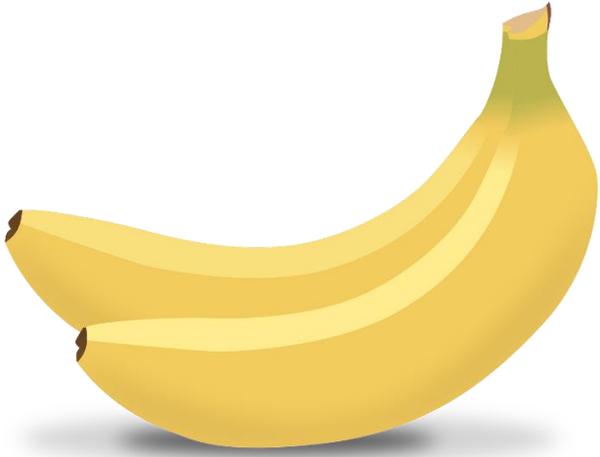
- **Beilage 8: Textweg**

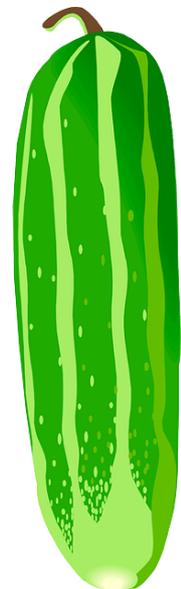
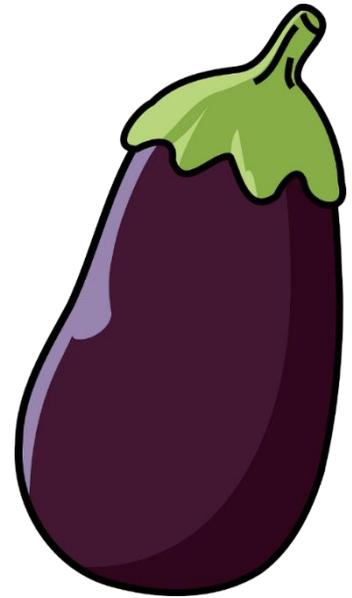
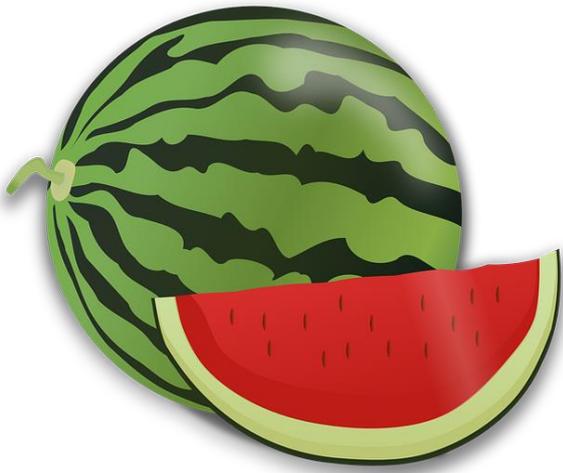
- **Beilage 9: Sätze des Textes**

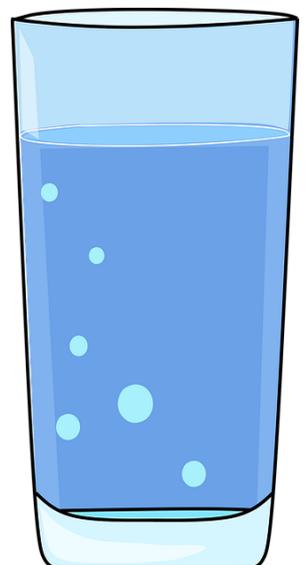
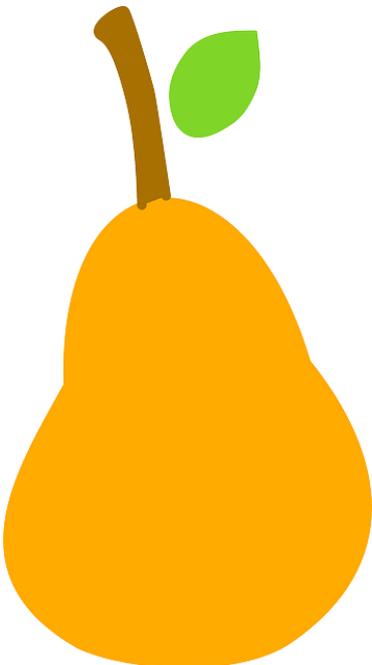
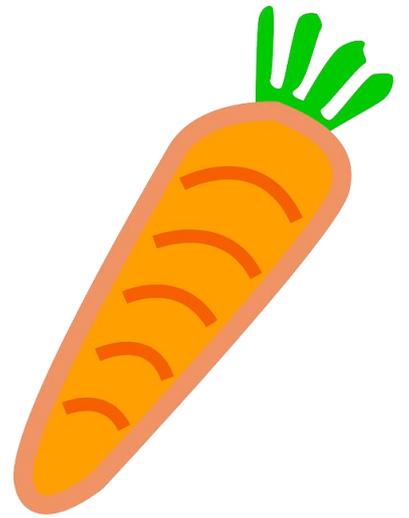
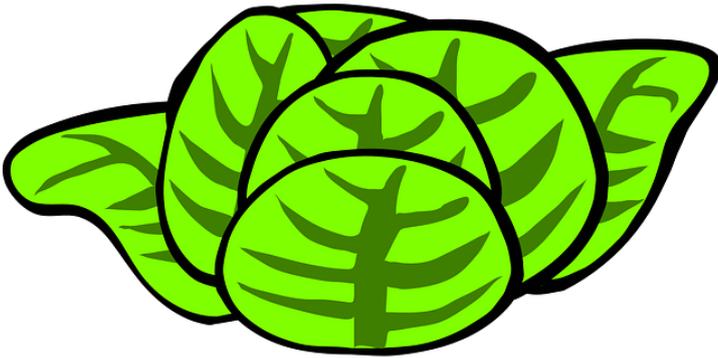
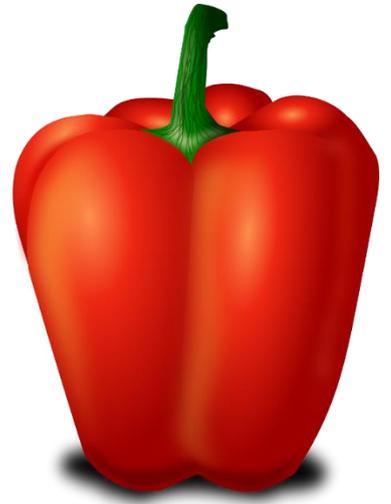
Abschluss der Einheit (5')

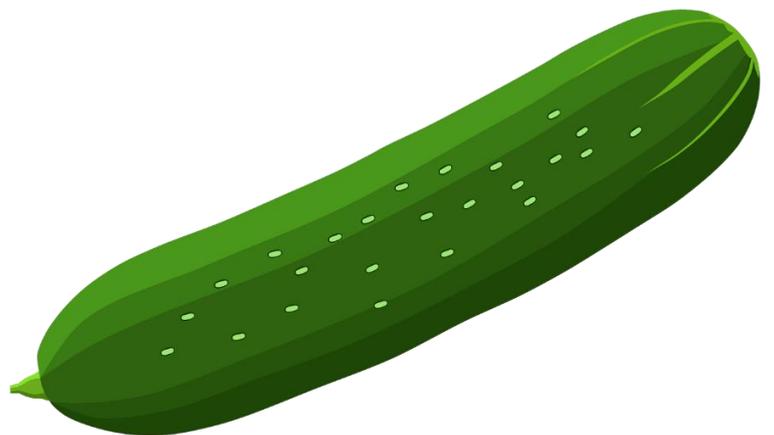
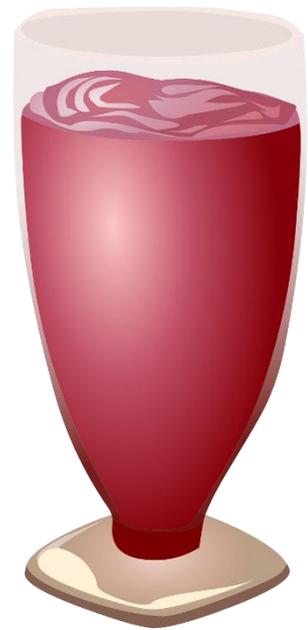
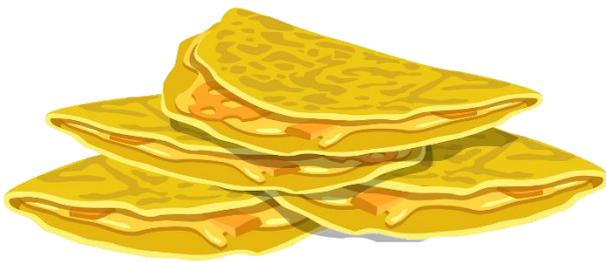
Lied: «Überall isch Gott» von Andrew Bond

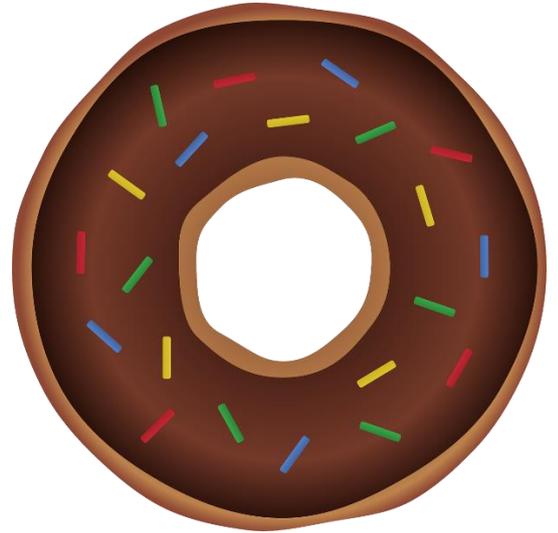
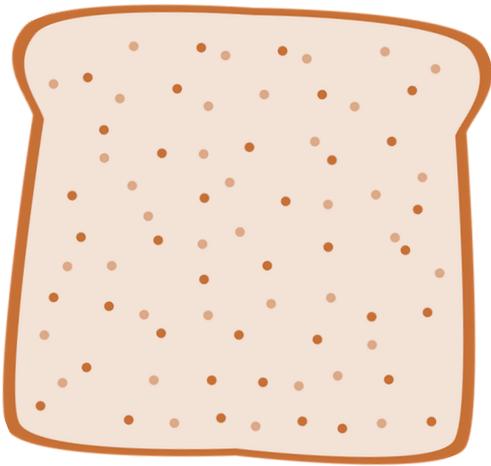
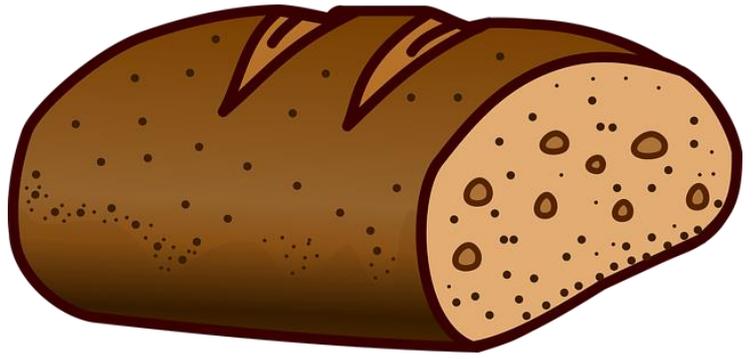
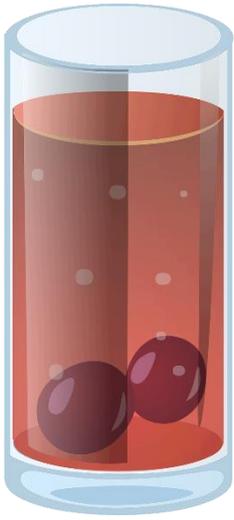


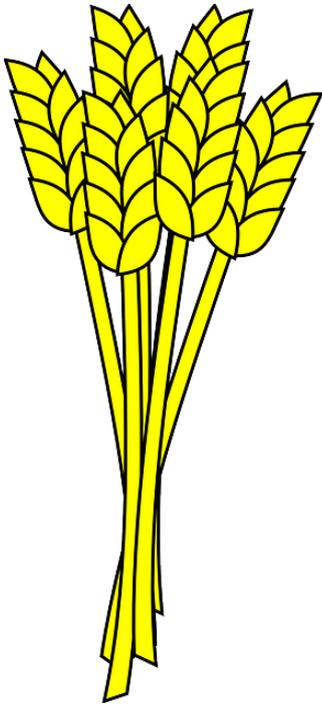


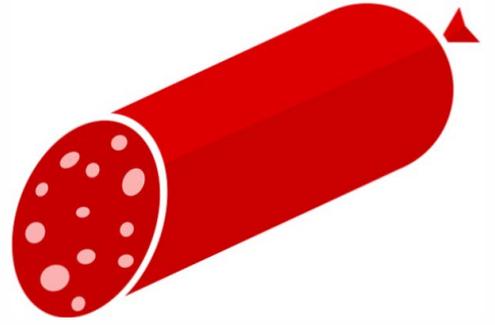
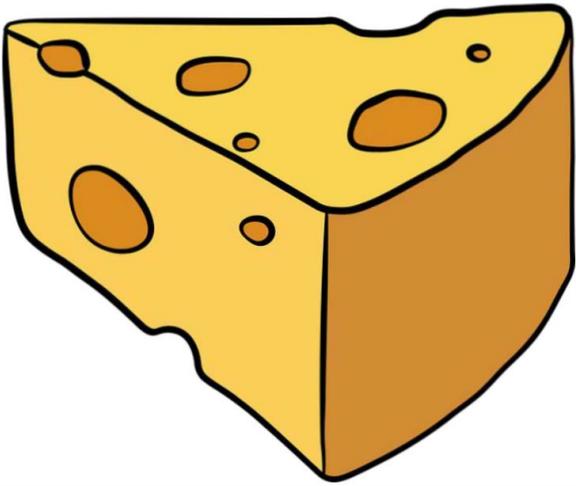


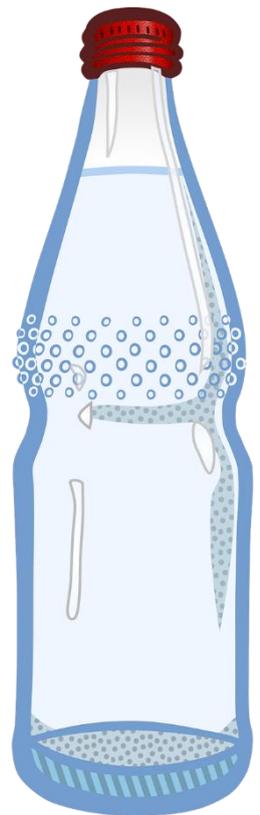
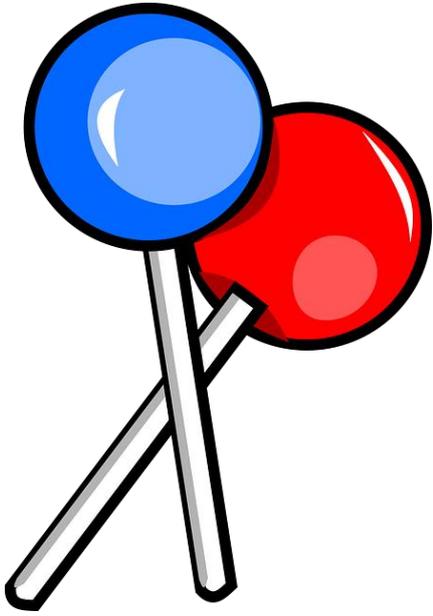














Überall isch Gott

beschwingt

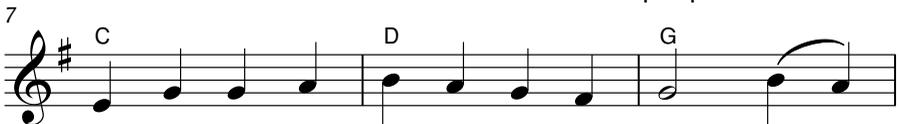
Text und Musik: Andrew Bond



1. Ir - gend - wo isch im - mer Mor - ge, ir - gend -
2. Ir - gend - wo isch im - mer Sum - mer, ir - gend -
3. Ir - gend - wo fällt im - mer Rä - ge, ir - gend -



wo isch im - mer Nacht. Da und deet hät öp - per
wo isch Win - ter - zii. Da und deet hät öp - per
wo isch Sun - ne - schii. Da wott öp - per dan - ke



Sor - ge, da und deet wird fröh - lich glacht.
Chum - mer, da und deet gits Krach und Striit. Und__
sä - ge, deet muess öp - per ein - sam sii.



ü - ber - all__ isch Gott, wo trö - schte und wo
wo lo - se und wo
wo re - de und wo



la - che wott,_____
häl - fe wott,_____
schän - ke wott,_____ ü - ber - all__ isch



Gott, wo de - bii sii wott.



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

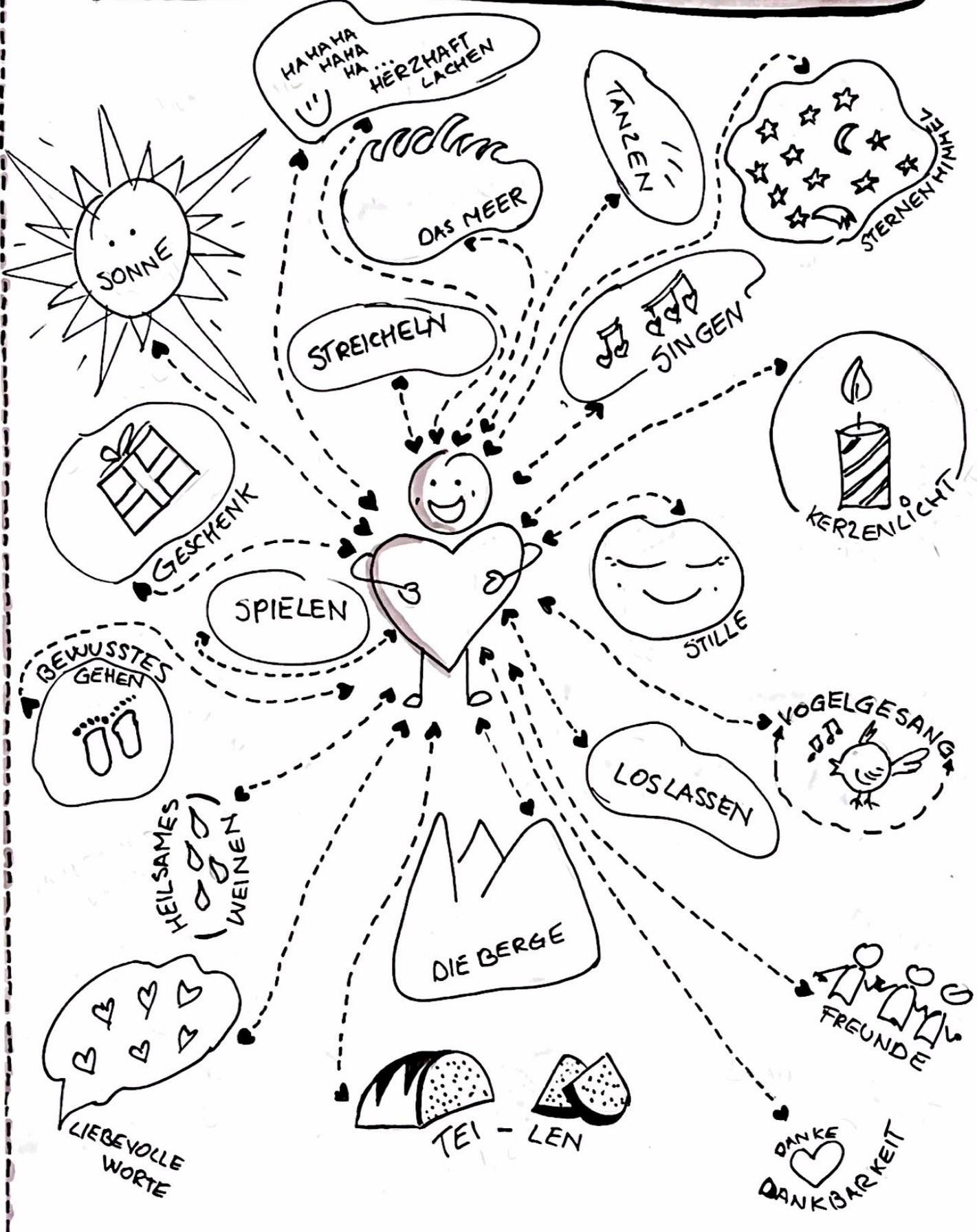
Am Ende des Spiels werden die Punkte der Teams zusammengezählt. Das Team mit den meisten Punkten gewinnt.

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.

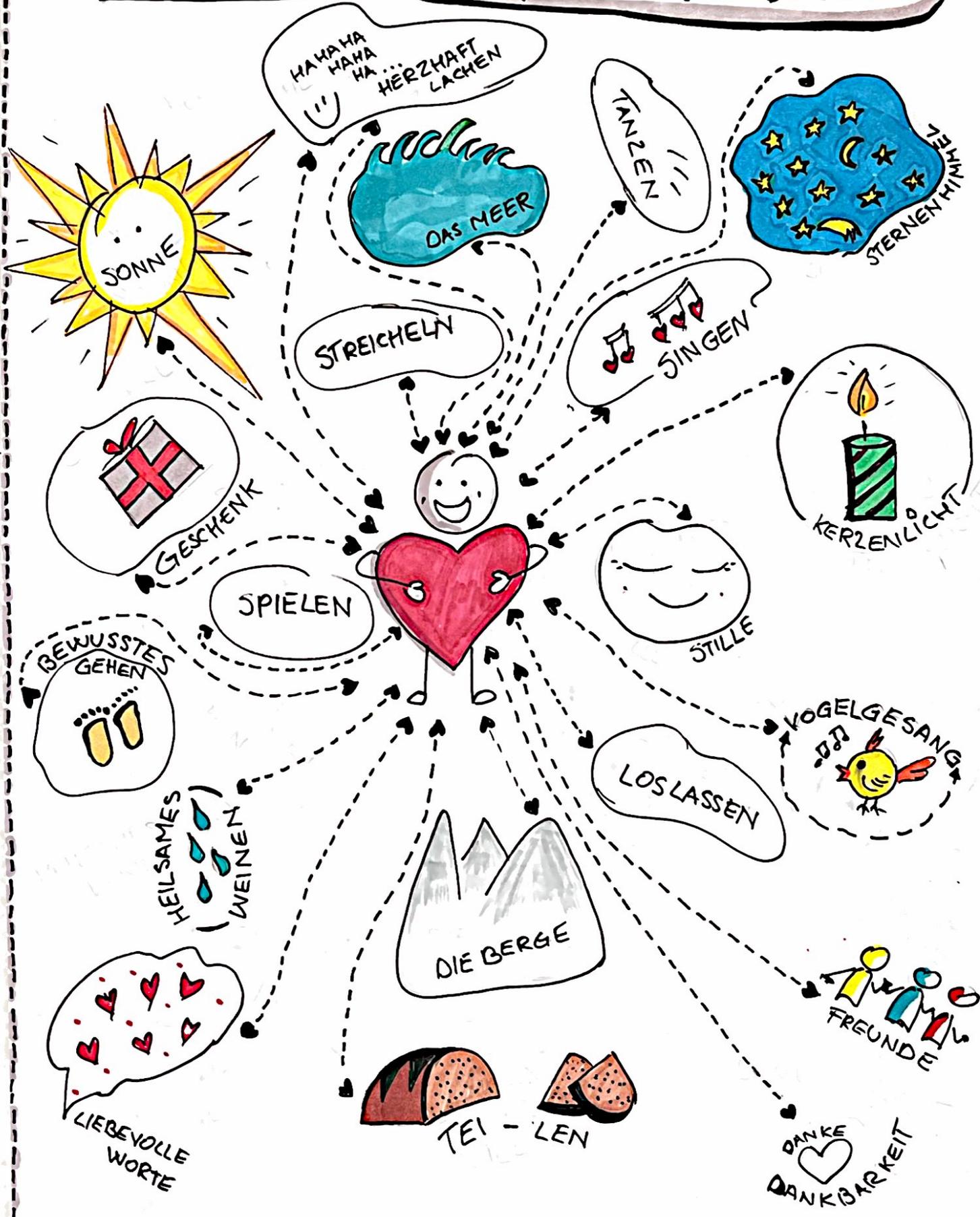
WAS NÄHRT MICH?

SPEISEKARTE FÜR DIE SEELE



WAS NÄHRT MICH?

SPEISEKARTE FÜR DIE SEELE



Matthäus 25, 35-40 «Ich war hungrig und ihr habt mir zu essen gegeben»

35 Denn ich war hungrig und ihr habt mir zu essen gegeben; ich war durstig und ihr habt mir zu trinken gegeben; ich war fremd und ihr habt mich aufgenommen;

36 ich war nackt und ihr habt mir Kleidung gegeben; ich war krank und ihr habt mich besucht; ich war im Gefängnis und ihr seid zu mir gekommen.

37 Dann werden ihm die Gerechten antworten und sagen: Herr, wann haben wir dich hungrig gesehen und dir zu essen gegeben oder durstig und dir zu trinken gegeben?

38 Und wann haben wir dich fremd gesehen und aufgenommen oder nackt und dir Kleidung gegeben?

39 Und wann haben wir dich krank oder im Gefängnis gesehen und sind zu dir gekommen?

40 Darauf wird der König ihnen antworten: Amen, ich sage euch: Was ihr für einen meiner geringsten Brüder getan habt, das habt ihr mir getan.

Text-Weg erweitert

Einleitung durch die Lehrperson:

„Hier befindet sich ein begehbarer «Textweg». Der Text gibt dir Hinweise, welche innere Haltung du einnehmen könntest. Wir gehen diesen Weg langsam und vorsichtig Schritt für Schritt entlang. Bei jedem Schritt wird ein biblischer Satz laut vorgelesen. Deine Aufgabe ist es, durch eine Bewegung oder eine Körperhaltung – ohne zu sprechen – auszudrücken, was dieser Satz dir sagt. Sobald alle ihre Bewegung gezeigt haben, gehen wir gemeinsam zum nächsten Schritt.“

Wir begeben uns auf diesen besonderen Weg, der uns hilft, die Botschaft Jesu besser zu verstehen. In diesem Text spricht Jesus über die tiefere Bedeutung der Liebe zueinander und wie wir füreinander da sein können. Er zeigt uns, dass jede Handlung der Fürsorge, sei sie noch so klein, etwas Grosses in den Augen Gottes ist – und auch in den Augen der Menschen, die diese Hilfe empfangen.

Der Text erinnert uns daran, dass Jesus in jeder helfenden Geste – sei es Essen geben, Kleidung spenden, ein Besuch oder ein freundliches Wort – selbst begegnet.

Start: Die Schülerinnen und Schüler beginnen am Startpunkt des Weges. Beim Vorlesen des ersten Satzes machen sie den ersten Schritt.

Schrittweise Bewegung: Bei jedem Schritt wird ein neuer biblischer Satz laut vorgelesen.

Pantomime: Jede Schülerin und jeder Schüler drückt durch eine Bewegung oder eine Körperhaltung aus, was der Satz für sie oder ihn bedeutet.

Weitergehen: Nachdem alle ihre Bewegung gezeigt haben, macht die gesamte Gruppe einen weiteren Schritt auf dem Weg.

Abschluss:

Am Ende des Weges zünden SuS jeweils eine Kerze an und legen sie zu dem Satz, der sie am meisten berührt hat. Anschliessend folgt eine kurze Zeit der Stille, eine Klangschaletton oder ein Gebet.



Denn ich war hungrig und ihr
habt mir zu essen gegeben;

ich war durstig und ihr habt mir
zu trinken gegeben;

ich war fremd und ihr habt mich
aufgenommen;

ich war nackt und ihr habt mir
Kleidung gegeben;

ich war krank und ihr habt mich
besucht;

ich war im Gefängnis und ihr
seid zu mir gekommen.

Dann werden ihm die Gerechten antworten und sagen: Herr, wann haben wir dich hungrig gesehen und dir zu essen gegeben oder durstig und dir zu trinken gegeben?

Und wann haben wir dich
fremd gesehen und aufgenom-
men oder nackt und dir Klei-
dung gegeben?

Und wann haben wir dich krank
oder im Gefängnis gesehen
und sind zu dir gekommen?

Darauf wird der König ihnen
antworten: Amen, ich sage
 euch: Was ihr für einen meiner
geringsten Brüder getan habt,
das habt ihr mir getan.