
KATHOLISCHER RELIGIONSUNTERRICHT: GEBET UND MEDITATION

Klassenstufe 8-9 / 14-15 Jahre



[Prayer and Meditation] ©2023 by [Sharing Worldviews]: Sharing Worldviews is licensed under CC BY-SA 4.0. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>
Exceptions: see notes or picture credits; design elements, logos and icons not under free license



www.sharing-worldviews.com



Co-funded by
the European Union



Inhalt

Kompetenzen/Lernziele	2
Klassenstufe und Alter	2
Dauer.....	2
Schritt-für-Schritt Beschreibung	3
Materialien	4
Station 1	4
[M1] Informations Text	4
[M2] Wann gebetet wird - Aufgaben.....	7
[M3] Wann gebetet wird – Zeiten des Gebets	8
Station 2	9
[M4] Wie gebetet wird - Aufgaben	9
[M5] Wie gebetet wird - Wortkarten.....	10
[M6] Wie gebetet wird – Satzkarten und Zeichnungen	11
[M7] Wie gebetet wird - Gebetshaltungen.....	12
[M8] Wie gebetet wird – Rituelle Objekte	14
Station 3	17
[M9] Wann gebetet wird - Aufgaben.....	17
Picture Credits	20



Katholischer Religionsunterricht:

Gebet und Meditation

Kompetenzen/Lernziele

- Die Schüler*innen kennen zentrale Gebete und Meditationen und sind mit ihrer Praxis bekannt.
- Sie können verschiedene Ausdrucksformen interpretieren und in Bezug zu den Einstellungen im Gebet in Worte fassen.
- Sie können den verschiedenen Formen des Gebets/der Meditation entsprechende Räume zuweisen und mit der jeweiligen (liturgischen) Situation angemessen umgehen.
- Sie können verschiedene Anlässe und Zeiten des Gebets unterscheiden.
- Sie können ritualisierte Elemente des Gebets/der Meditation interpretieren und sie als Hilfsmittel verstehen, um sich auf den lebensfördernden Charakter des Gebets/der Meditation einzulassen.

2

Klassenstufe und Alter

8-9 /14-15 Jahre

Dauer

120 min



Vorbereitung

- Bereiten Sie drei Tische in verschiedenen Ecken des Klassenzimmer vor („Stationen“). Benenne Sie wie folgt:
 - Station 1 – Wann gebetet wird
 - Station 2 – Wie gebetet wird
 - Station 3 – Wo gebetet wird
- Statten Sie die Tische mit dem passenden Material aus.
- Bringen Sie eine Glocke mit.
- Bringen Sie so viele Objekte wie möglich aus **M8** mit.

Sschritt-für-Schritt Beschreibung

- Die SuS sitzen im Sitzkreis.
- Der Text des ausgewählten Gebets (**M1**) wird gelesen und die SuS werden nach ihren persönlichen Erfahrungen mit Gebet/Meditation gefragt.
- Erklären Sie, dass sie in dieser Lektion verschiedene Aspekte des Gebets/der Meditation erkunden werden und schreiben Sie die Kategorien Form (*Wie gebetet wird*), Ort (*Wo gebetet wird*) und Zeit (*Wann gebetet wird*) an die Tafel.
- Erklären Sie, dass die Ergebnisse gesammelt und am Tag der Begegnung präsentiert werden. Ziel ist es, anderen ein Gebet/eine Meditation vorzustellen.
- Teilen Sie die Teilnehmer in 3 Gruppen ein, die die gesamte Einheit gemeinsam bearbeiten.
- Bitten Sie jede Gruppe, mit einer anderen Station zu beginnen.
- Lassen Sie sie etwa 15-20 Minuten an einer Station arbeiten. Läuten Sie dann eine Glocke, damit sie zur nächsten Station wechseln.
- Wiederholen Sie den letzten Schritt, bis jede Gruppe jede Station besucht hat (3 Mal).
- Lassen Sie alle Schüler ihre Plätze einnehmen.
- Hängen Sie ein leeres Plakat an die Wandtafel. Darauf steht nur der Text des ausgewählten Gebets in der Mitte (aus **M1**).
- Bitten Sie die SchülerInnen, das Plakat mit den Informationen, die sie an den Stationen gesammelt haben, zu ergänzen. Stellen Sie Materialien aus den Stationen bereit und kleben Sie sie auf das Plakat, wenn ein Schüler sie erwähnt.
- Verwenden Sie das Plakat, um Ihr Gebet am Tag der Begegnung zu präsentieren.
- Lesen Sie am Ende der Stunde gemeinsam den Gebetstext laut vor.



Materialien

Station 1

[M1] Informations Text

Christliches Gebet

Das Vater Unser

Das Vaterunser (lat. pater noster) ist das bekannteste Gebet des Christentums. Zusammen mit dem Glaubensbekenntnis und den 10 Geboten ist es eine der Grundlagen des christlichen Glaubens. Durch seine weite Verbreitung und die Übersetzung in viele verschiedene Sprachen verbindet es die Christen weltweit. Das Vaterunser genießt nicht zuletzt deshalb einen hohen Stellenwert, weil es auf Jesus zurückgeht, der es nach den Evangelisten Lukas und Matthäus verwendet, um seine Jünger das Beten zu lehren (vgl. Lukas 11,2; wo Jesus das Gebet mit den Worten einleitet: "Wenn ihr betet, dann sagt"; vgl. auch Matthäus 6,9). Im Matthäus-Evangelium steht das Gebet in der Mitte der Bergpredigt - ein Text, der ebenfalls einen großen Einfluss auf das Christentum hatte. Nach Matthäus besteht das Vaterunser in seiner Langform aus sieben Bitten und einem später hinzugefügten Lobpreis Gottes (Doxologie) am Ende. Das jüdische Qaddisch enthält einige Ähnlichkeiten mit dem Vaterunser. Es ist nicht unwahrscheinlich, dass Jesus dieses oder ein ähnliches Gebet kannte, es abänderte und ihm eine neue Richtung gab.





Das Vater Unser

Vater unser im Himmel,
geheiligt werde dein Name.
Dein Reich komme.
Dein Wille geschehe,
wie im Himmel so auf Erden.
Unser tägliches Brot gib uns heute.
Und vergib uns unsere Schuld,
wie auch wir vergeben unsern Schuldigern.
Und führe uns nicht in Versuchung,
sondern erlöse uns von dem Bösen.
Denn dein ist das Reich und die Kraft
und die Herrlichkeit in Ewigkeit.
Amen.

Mathhäus-Evangelium 6:9-13



Wie wird gebetet?

Das Vaterunser wird oft im Stehen oder Sitzen mit gefalteten Händen und geschlossenen Augen gemeinsam gebetet. Manche Menschen reichen sich dabei auch die Hände. Eine einheitliche Form gibt es jedoch nicht. In der katholischen Tradition ist das Vaterunser auch ein Teil des Rosenkranzes. Beim Beten des Rosenkranzes werden die Gebete in einer bestimmten Reihenfolge mit Hilfe einer Gebetskette gebetet.

Wann wird gebetet?

Da das Vaterunser Teil fast jeder Gottesdienstliturgie ist, wird es hauptsächlich sonntags während der Gemeindefeier gebetet. Es wird in der Regel kurz vor dem Abendmahl gebetet, steht also im Mittelpunkt. Er wird aber auch oft in privaten Andachten gebetet. Der Rosenkranz kann auch zu jeder anderen Zeit gebetet werden. In den Monaten Mai und Oktober gibt es in der katholischen Tradition Feste, an denen er eine besondere Bedeutung hat. Das Vaterunser erscheint auch im Stundengebet und ist Teil der Laudes (Morgengebet) und der Vesper (Abendgebet) - es wird also zweimal am Tag gebetet, morgens und abends. Es kann gesagt werden, dass nicht viele Christen heute das Stundengebet praktizieren.

Wo wird gebetet?

Fast alle christlichen Konfessionen räumen dem Vaterunser einen zentralen Platz im Gottesdienst ein, wo es gemeinsam gesprochen wird. Oft wird während des Gottesdienstes eine Glocke geläutet, als Zeichen für die Daheimgebliebenen. Schon die Formulierung "Vater unser" macht deutlich, dass beim Beten von einer Gemeinde ausgegangen wird. Sie wird durch den gemeinsamen Bezug auf den Vater zu einer Gemeinschaft von Brüdern und Schwestern. Dennoch kann das Vaterunser auch allein und unter vier Augen gebetet werden. Der Betende fühlt sich eingebunden in die Familie der Kinder Gottes.



[M2] Wann gebetet wird - Aufgaben

1. Lies den Informationstext [M1] und unterstreiche alle Informationen über die Zeiten des Gebets „Vater Unser“. Schreibe die Informationen auf die Linien. Wann betest du selbst? Fülle die Zeiten im AB [M2] und [M3] aus.

2. Manche Menschen beten öfters als andere. Überlege dir passende Gründe dafür. Diskutiere sie in deiner Kleingruppe.

3. Kannst du dich an eine Situation erinnern, in der du beten als etwas besonderes erlebt hast? Wann war das? Beschreibe die Situation auf den Linien unten. Wenn du möchtest, erzähle deiner Kleingruppe davon.



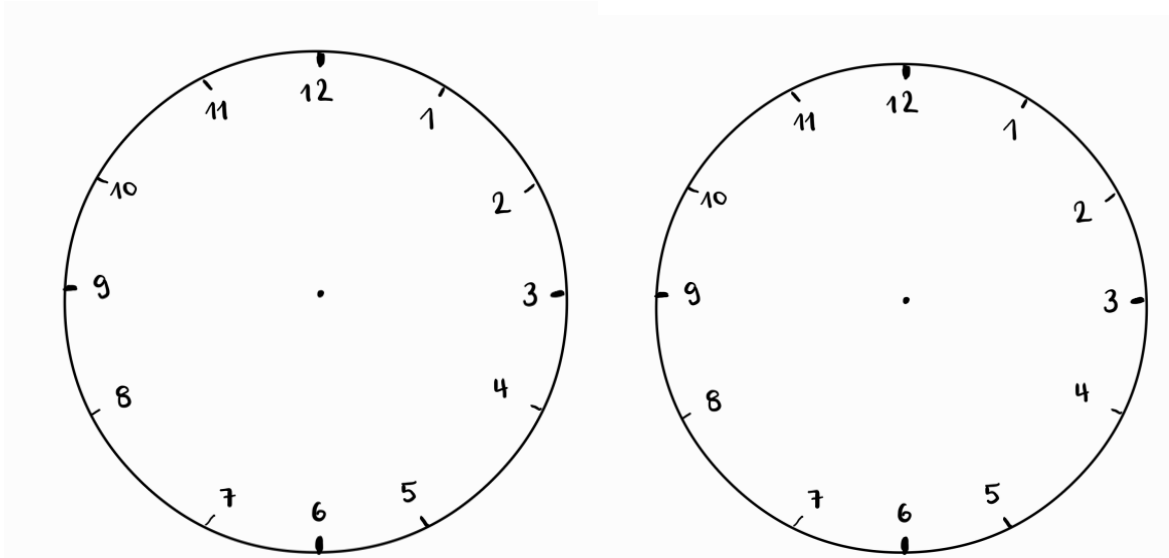
[M3] Wann gebetet wird – Zeiten des Gebets

Zeichne ein zu welchen Zeiten du betest.

Tageszeit

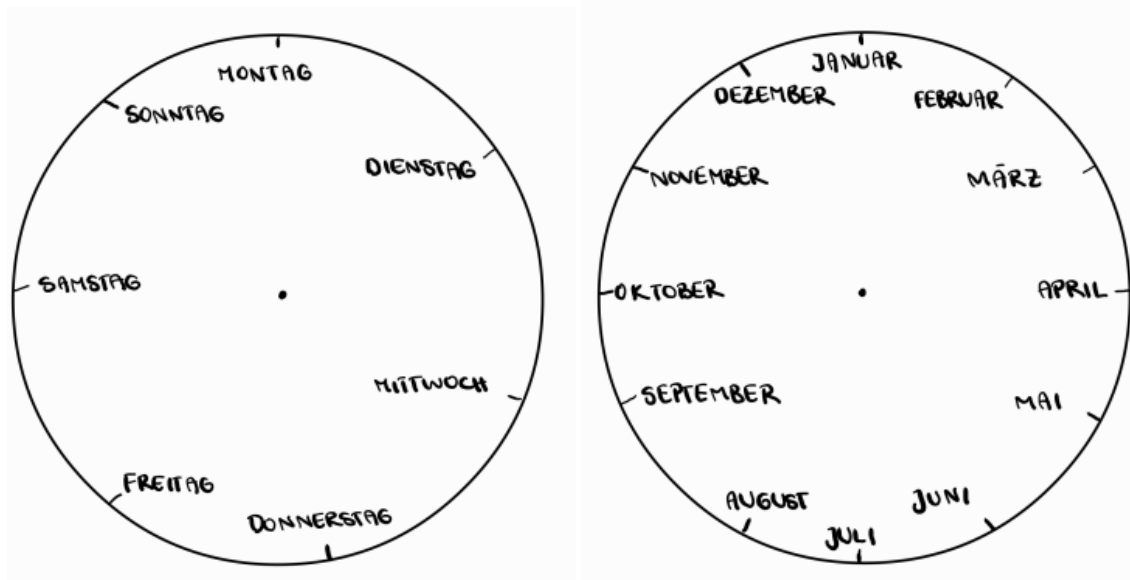
Tag

Nacht



Wochentage

Monate im Jahr



Station 2

[M4] Wie gebetet wird - Aufgaben

1. Kombiniere die verschiedenen Positionen [M7] mit den Wortkarten [M5] und den Satzkarten [M6].

2. Probiere die verschiedenen Positionen aus [M7]. Welche gefällt dir am besten? In welcher Position kannst du dich am besten konzentrieren? Warum?

3. In manchen Religionen benutzen die Menschen beim Beten verschiedene Gegenstände. Schauen die die Gegenstände an [M8]. Du wirst Dinge aus deiner eigenen Religion darunter finden. Manche kennst du vielleicht, manche nicht. Lies die Erklärungen. Kannst du verstehen, warum andere Menschen diese Gegenstände benutzen?

4. Was könntest du am Ende auf das Plakat schreiben/kleben? Was ist wichtig beim beten? Was kann helfen?



Stehend

Kniend

Sitzend

Niederwerfend



[M6] Wie gebetet wird – Satzkarten und Zeichnungen

Diese Satzkarten beschreiben die verschiedenen Haltungen beim Gebet. Kombiniere sie mit den passenden Wortkarten (M5).

Ich entspanne mich.
Ich bin aufmerksam und kann mich gut konzentrieren.
Ich höre und nehme Worte auf.
In dieser Position kann ich eine lange Zeit beten.

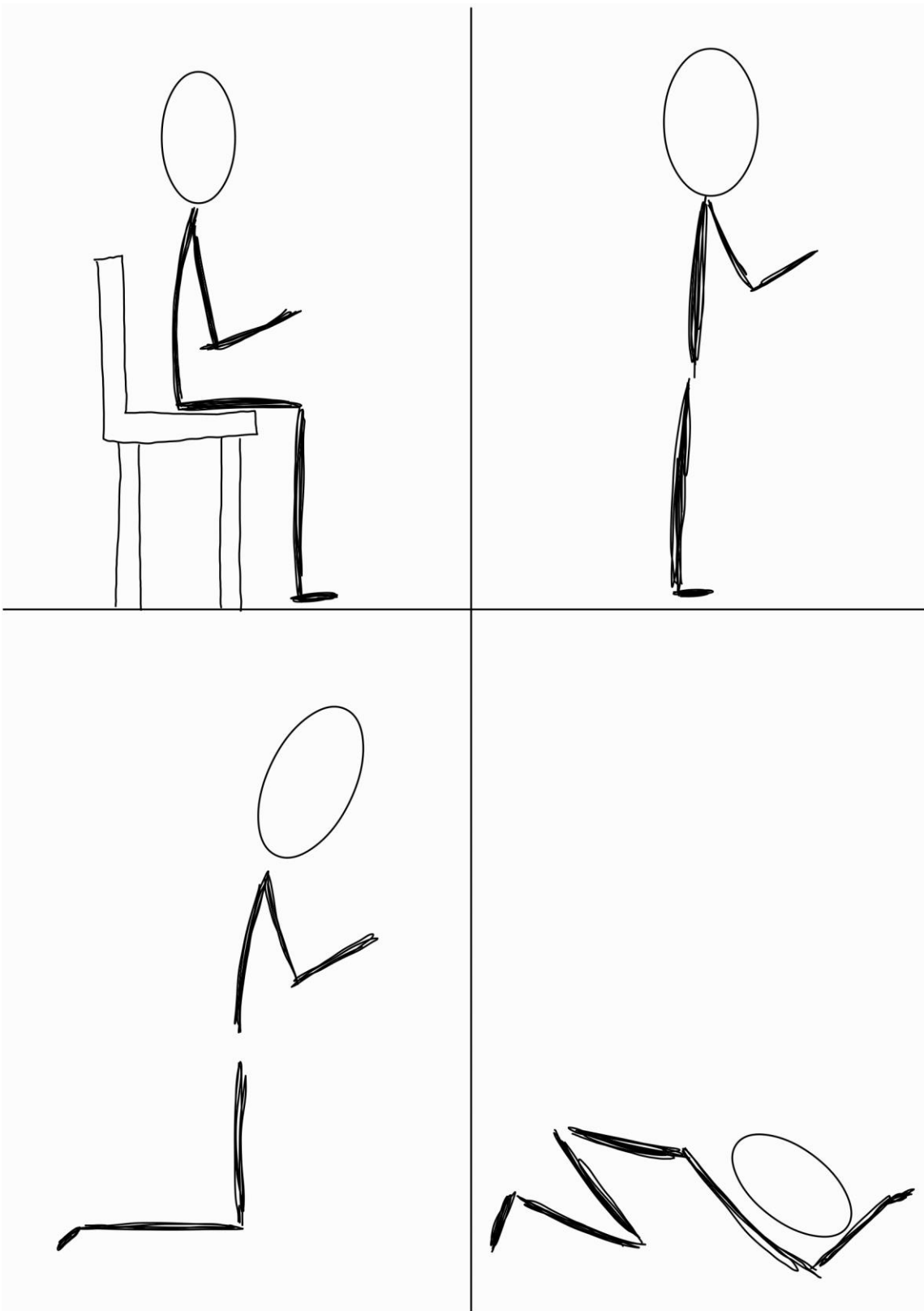
Ich zeige meinem Gott Respekt.
Ich bin in meiner vollen Größe da.
Ich bin bereit.

Ich erkenne Gott an und mache mich selbst klein.
Ich zeige Ehrfurcht vor Gott.
Ich lobpreise ihn.

Ich drücke meinen Willen Gott zu dienen aus.
Ich erkenne seine Herrschaft über mich an.
Ich übergebe mich ihm.



[M7] Wie gebetet wird - Gebetshaltungen





[M8] Wie gebetet wird – Rituelle Objekte



Abb. 2: Manche Menschen zünden Kerzen beim beten an.



Gebetsketten werden von Menschen verschiedener Religionen benutzt, um die Wiederholungen des Gebets zu zählen.

Abb. 3: katholische Gebetskette
Abb. 4: orthodoxe Gebetskette
Abb. 5: muslimische Gebetskette





Einige Gläubige betrachten beim Beten Bilder von Heiligen.

Abb.6: Ikonostase in einer orthodoxen Kirche



Diese Gebetsriemen waren um den Arm von jüdischen betenden Personen gebunden.

Abb. 7: Tefillin, getragen von einem Mann an der Klagemauer in Jerusalem





Manche Menschen bedecken während des Gebets ihren Kopf und tragen bestimmte Kleidung.

Abb. 8: Jüdischer Gebetsschal (Tallit)

Abb. 9: Jüdische Kopfbedeckung (Kippa)



Der Gebetsteppich schützt den Betenden vor Unreinheiten und zeigt die Gebetsrichtung an.

Abb.10: Muslimischer Gebetsteppich



Station 3**[M9] Wann gebetet wird - Aufgaben**

1. Alle Religionen haben liturgische Orte, an denen gebetet wird. In einigen Religionen kann man auch an privaten Orten beten. Welche Orte zum Beten kennst du?

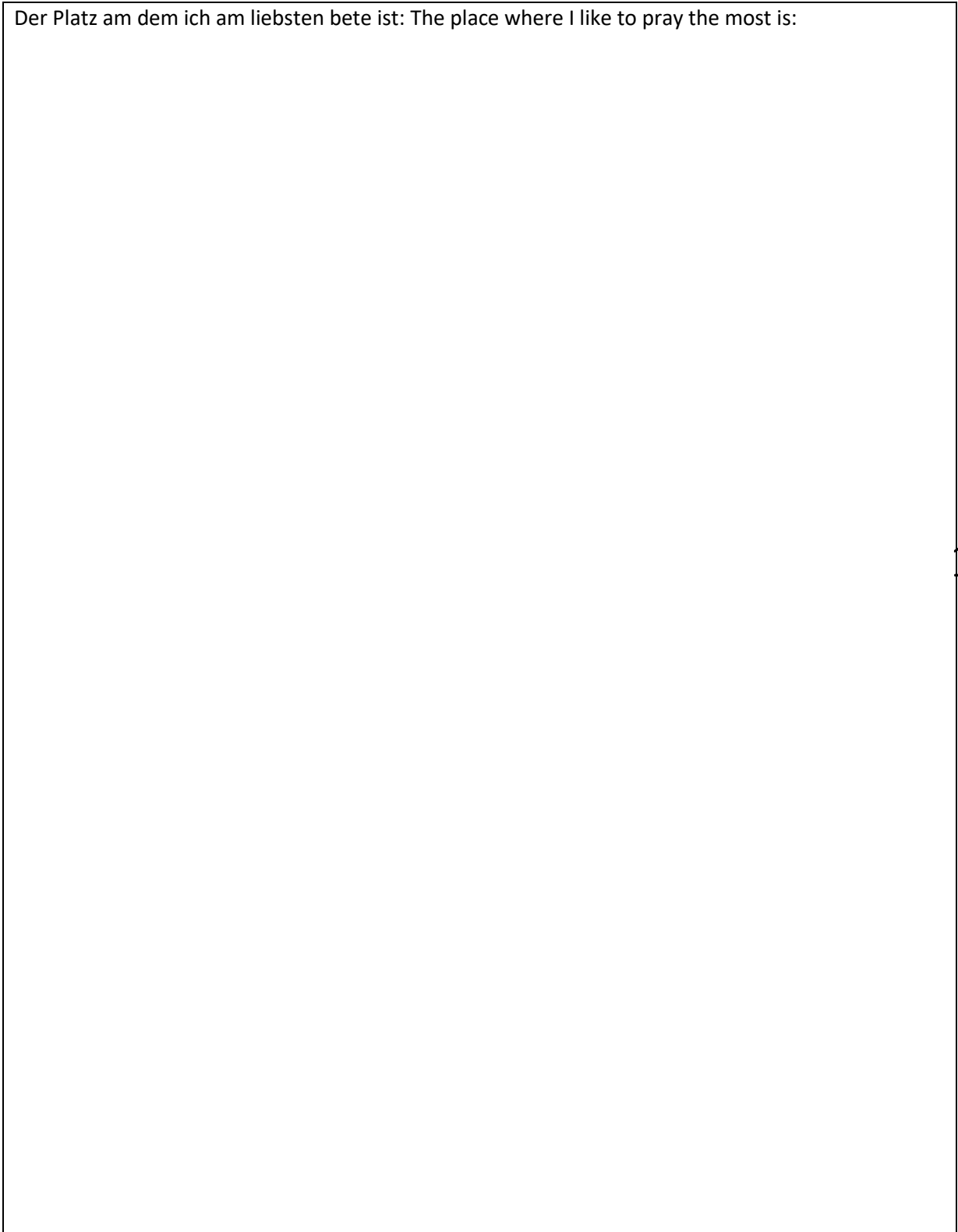
Mache eine Liste der Orte, an denen du betest oder dir vorstellen könntest zu beten.

2. Skizziere den Ort, an dem du am liebsten betest [\[M10\]](#) oder wähle eines der Bilder unten aus [\[M11\]](#). Warum hast du diesen Ort gewählt?



[M10] Wo gebetet wird – Zeichne deinen liebsten Platz

Der Platz am dem ich am liebsten bete ist: The place where I like to pray the most is:



18



[M11] Wo gebetet wird? – Bilder von Orten, an denen gebetet wird



Abb.11



Abb.12



Fig.10

Abb. 13



Picture Credits

Abb. 1 This work has been marked as dedicated to the public domain.

Uploaded by [Croberto68](#)

https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Majolikaplatte_mit_dem_deutschen_Text_des_Vaterunsers.jpg

Abb. 2 This work has been published under Pixabay content license

Picture from [Myriams-Fotos](#) on [Pixabay](#)

<https://pixabay.com/de/photos/h%C3%A4nde-offen-kerze-kerzenlicht-1926414/>

Abb. 3 This work has been published under Pixabay content license

Picture from [Myriams-Fotos](#) on [Pixabay](#)

<https://pixabay.com/de/photos/beten-rosenkranz-glaube-religion-1218506/>

Abb. 4 This work has been marked as dedicated to the public domain.

Uploaded by Eugenio Hansen, OFS on

<https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=7103258>

Abb. 5 This work has been marked as dedicated to the public domain.

https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Tespilh_fcm.jpg

Abb. 6 This work has been published under Pixabay content license

<https://pixabay.com/de/photos/russland-kathedrale-symbole-1940784/>

Abb. 7 This work has been marked as dedicated to the public domain.

Uploaded by David Shankbone on

https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Tefillin_worn_by_a_man_at_the_Western_Wall_in_Jerusalem.jpg

Abb. 8 This work has been marked as dedicated to the public domain.

Uploaded by Munjanja https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Tallit_Gadol_Shawl.jpg

Abb. 9 This work has been marked as dedicated to the public domain.

Uploaded by Gilabrand on <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=5079252>

Abb. 10 This work has been marked as dedicated to the public domain.

<https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=31177845>

Abb. 11 This work has been published under Pixabay content license

Picture from Peter H on Pixabay

<https://pixabay.com/de/photos/kirche-architektur-innere-gang-3024768/>

Abb. 12 This work has been published under Pixabay content license

Picture from [Victoria](#) on [Pixabay](#)

<https://pixabay.com/de/photos/kinder-jungen-interieur-zimmer-3368016/>



Abb. 13 This work has been published under Pixabay content license.

Bild von [Valentin](#) auf [Pixabay](#)

<https://pixabay.com/de/photos/wald-b%C3%A4ume-strahlen-der-sonne-1072828/>

