

MALTE ARKONA

BERNHARD HOËCKER

CHRISTIANE PAUL



DER KLEINE MEDICUS

BODYNAUTEN AUF GEHEIMER MISSION IM KÖRPER



NACH DEM NR. 1 BESTSELLER VON
PROF. DIETRICH GRÖNEMEYER

PÄDAGOGISCHES BEGLEITMATERIAL

ENTWICKELT VOM JFF - INSTITUT FÜR MEDIENPÄDAGOGIK



BROSCHÜRE:

DER KLEINE MEDICUS – BODYNAUTEN AUF GEHEIMER MISSION IM KÖRPER

ENTWICKLER:



JFF – Institut für
Medienpädagogik

HERAUSGEBER:



VERANTWORTLICH:

GÜNTHER ANFANG / KATHRIN DEMMLER

REDAKTION:

KATI STRUCKMEYER

ARIANE HUSSY

MARTHA GOLOMBEK

GESTALTUNG:

AD. AFFAIRS
AGENTUR FÜR MOVIE MARKETING



INHALTS- VERZEICHNIS

VORWORT

1 HINTERGRUNDINFORMATIONEN ZUM FILM

- 1.1 DIE HANDLUNG DES FILMS 08
- 1.2 PÄDAGOGISCHE EINSCHÄTZUNG DES FILMS 10-11

2 MEDIENPÄDAGOGISCHE HINTERGRUNDINFORMATIONEN

- 2.1 MEDIENALLTAG VON 6- BIS 10-JÄHRIGEN14
- 2.2 DAS FILMERLEBEN VON KINDERN15

3 DER KINOBESUCH VON „DER KLEINE MEDICUS – BODYNAUTEN AUF GEHEIMER MISSION IM KÖRPER“

3.1 ALLGEMEINE VORBEREITUNG DES KINOBESUCHS.. 18-19

- Mediennutzung und Sehgewohnheiten
- Vor- und Nachbereitung des Films mit den Büchern „Der kleine Medicus“ und „Die neuen Abenteuer des kleinen Medicus“

3.2 THEMENSPEZIFISCHE VORBEREITUNG DES KINOBESUCHS20-25

- Elterninformation
- Figuren im Film – Wer ist wer?
- Basteln eines Programmhefts – mit Info zu den Filmprotagonisten
- Basteln von Mut-Immunzellen
- Knabberkarotten

4 THEMENBLÖCKE ZUR VOR- UND NACHBEREITUNG DES FILMS

4.1 DER EIGENE KÖRPER28-33

- Was bedeutet was? Begriffserklärungen zum Film
- Eine Wirbelsäule zum Basteln
- Raumhelm aufsetzen und los! Die Bodynauten-Reise durch den Körper
- Körper als Identitätsstiftung
- Was gehört zusammen? Das Körper-Memo-Spiel

4.2 GESUNDHEIT34-37

- Ein gesunder Rücken kann entzücken – Übungen zur Stärkung des Rückens
- Kekse für Doktor X
- Der Rhythmus liegt uns im Blut – der Puls
- Au Backe – Karies und wie man sie verhindert

4.3 BEWEGUNG 38-39

- Die Schaltzentrale des Körpers – Das Gehirn
- Das Gehirn-Spiel
- Muntere Immunzellen



Handys, PC-Spiele und whatsapp: Kinder wissen oft mehr über Smartphones als über ihren eigenen Körper. Sie nehmen ihn, wie Erwachsene, meist nicht mal wahr und spüren ihn erst, wenn etwas nicht mehr „funktioniert“. Auf der anderen Seite nehmen die Volkskrankheiten zu, immer häufiger werden Kinder zu Patienten. Sie leiden an vermeidbaren Zivilisationskrankheiten, unter anderem, weil sie die ungesunde Lebensweise ihrer Eltern übernehmen. Insgesamt sind 15 Prozent der Kinder und Jugendlichen zwischen 3 und 17 Jahren übergewichtig, 6 Prozent aller Kinder sogar krankhaft. Mögliche Folgen: Diabetes /Typ II, Rücken- und Gelenkschmerzen, Herz-Kreislauf-Probleme. Krankheiten, die noch vor wenigen Jahren älteren Jahrgängen vorbehalten waren.

Gleichzeitig wissen wir: Grundsätzliche Entscheidungen über die Lebensweisen werden in Kindheit und Jugend getroffen und geprägt und bestimmen die Gesundheitsrisiken im Erwachsenenalter mit.

Seit Jahren plädiere ich bei meinen öffentlichen Auftritten für Gesundheitsunterricht, verankert im Stundenplan. Ich plädiere für ein tägliches Bewegungsangebot ohne Leistungsdruck – für jedes Kind eine Stunde Schulsport täglich. Gesundheit und Eigenverantwortung sollen Schule machen. Das geht nicht von heute auf morgen. Fortschritte sind erkennbar, doch auf dem Weg zum Erfolg geht es nur Zug um Zug. Und am besten: mehrgleisig. Mit dem gesprochenen Wort, mit Büchern und mit Filmen.

Ich liebe Bücher. Ich freue mich über gut lesbare Texte, tolle Fotos und Zeichnungen. Filme sind anders. Großartige Kommunikationsmittel, aber weniger handfest und greifbar. Der Film muss naturgemäß verkürzen und verdichten, er arbeitet stärker mit Bildern und Emotionen. Filmbilder, auch in der „Der kleine Medicus – Bodynauten auf geheimer Mission im Körper“, wirken in Millisekunden. Wirkt ein guter Roman wie ein guter Rotwein, so funktioniert ein Film

wie ein Glas Sekt – er geht sofort ins Blut, kann unbemerkt begeistern und die Einstellung ändern wie im Flug. Die Bilder sagen oft mehr als Worte, sie haben ihre eigene Sprache und ihren eigenen Zugang zu unserer Wahrnehmung und Verarbeitung. Kurz, der Lerneffekt, die Begeisterung für den menschlichen Körper und die Kenntnis über ihn – all das findet quasi automatisch statt.

Der Film ist toll geworden, legt aber den Schwerpunkt vor allem auf Abenteuer und Unterhaltung. Er will Neugier wecken, doch er kann nicht alle Antworten auf die Fragen liefern, die beim Kind mit seinem jeweiligen Sozialisationsgrad entstehen können. Was macht das Gehirn eigentlich alles? Wieso ist die Wirbelsäule so wichtig? Warum können Immunzellen helfen und schaden? – Das Pädagogische Begleitheft gibt hier erste so nützliche wie praktische Beispiele und Übungen an die Hand. Danach können die weiterführenden, neuen Bücher helfen. „Der kleine Medicus“, „Die neuen Abenteuer des kleinen Medicus“, „Das Körper-ABC des kleinen Medicus“ – sie vertiefen und liefern den nötigen Hintergrund. Sie wollen, anschaulich und mit Spaß, ganz neue Lernwelten eröffnen!

Das Abenteuer Mensch – spannender geht es für mich nicht.

Bleiben Sie gesund!



Ihr
PROF. DR. DIETRICH GRÖNEMEYER

Kino ist für Kinder im Grundschulalter ein aufregendes und einzigartiges Erlebnis. Ihre Filmerfahrungen sind in erster Linie von Fernsehsendungen geprägt. Ein Kinoerlebnis ist deshalb etwas Besonderes. Ins Kino geht man gemeinsam mit den Eltern oder Großeltern. Es riecht nach Popcorn und Süßigkeiten und in den weichen Klappsessel kann man wunderbar versinken. Wenn sich dann der Vorhang öffnet, tauchen die Kinder ein in eine Welt der Bilder und Geschichten aus Tausend und einer Nacht. Viele Kinder im Grundschulalter haben bereits Filme im Kino gesehen, trotzdem gibt es einzelne, für die diese Erfahrung neu ist, die Angst in der dunklen und neuen Umgebung haben und deshalb Unterstützung beim Kinobesuch brauchen. Aber auch Kinder, die bereits Kinoerfahrung haben, brauchen Hilfestellung, um einer längeren Geschichte folgen zu können. Da Kinofilme eine Länge haben, die Kinder sehr fordert, muss der Kinobesuch vor- und nachbereitet werden. Ein Film wie „Der kleine Medicus – Bodynauten auf geheimer Mission im Körper“ bietet außerdem eine Vielzahl von Informationen, die verarbeitet werden müssen. So führt er ein in die Welt des Körpers und vermittelt einen interessanten Einblick in Fragen der Gesundheit und des Wohlbefindens. Dies alles sollte gut vorbereitet werden, damit der Filmbesuch auch gewinnbringend für alle Kinder ist.

Die Begleitmaterialien zu „Der kleine Medicus – Bodynauten auf geheimer Mission im Körper“ wurden auf der Grundlage wissenschaftlicher Erkenntnisse des JFF – Institut für Medienpädagogik zur Medienrezeption von Kindern entwickelt. Außerdem fließen unsere langjährigen Erfahrungen aus der Arbeit am FLIMMO, einer medienpädagogischen Fernsehprogrammberatung für Eltern, sowie die Ergebnisse eines Gutachtens zum Film selbst ein. Alle Äußerungen von Kindern, die in diesem Begleitheft zu finden sind, stammen aus den Kindersichtungen zum Film „Der kleine Medicus – Bodynauten auf geheimer Mission im Körper“ im Medienzentrum München des JFF.

Mit diesen medienpädagogischen Materialien sollen die kindliche Wahrnehmung und das Verständnis des Kinoabenteuers „Der kleine Medicus – Bodynauten auf geheimer Mission im Körper“ gefördert und die aktive Auseinandersetzung mit dem Medium Film unterstützt werden.



KATHRIN DEMMLER
Direktorin
JFF – Institut für
Medienpädagogik



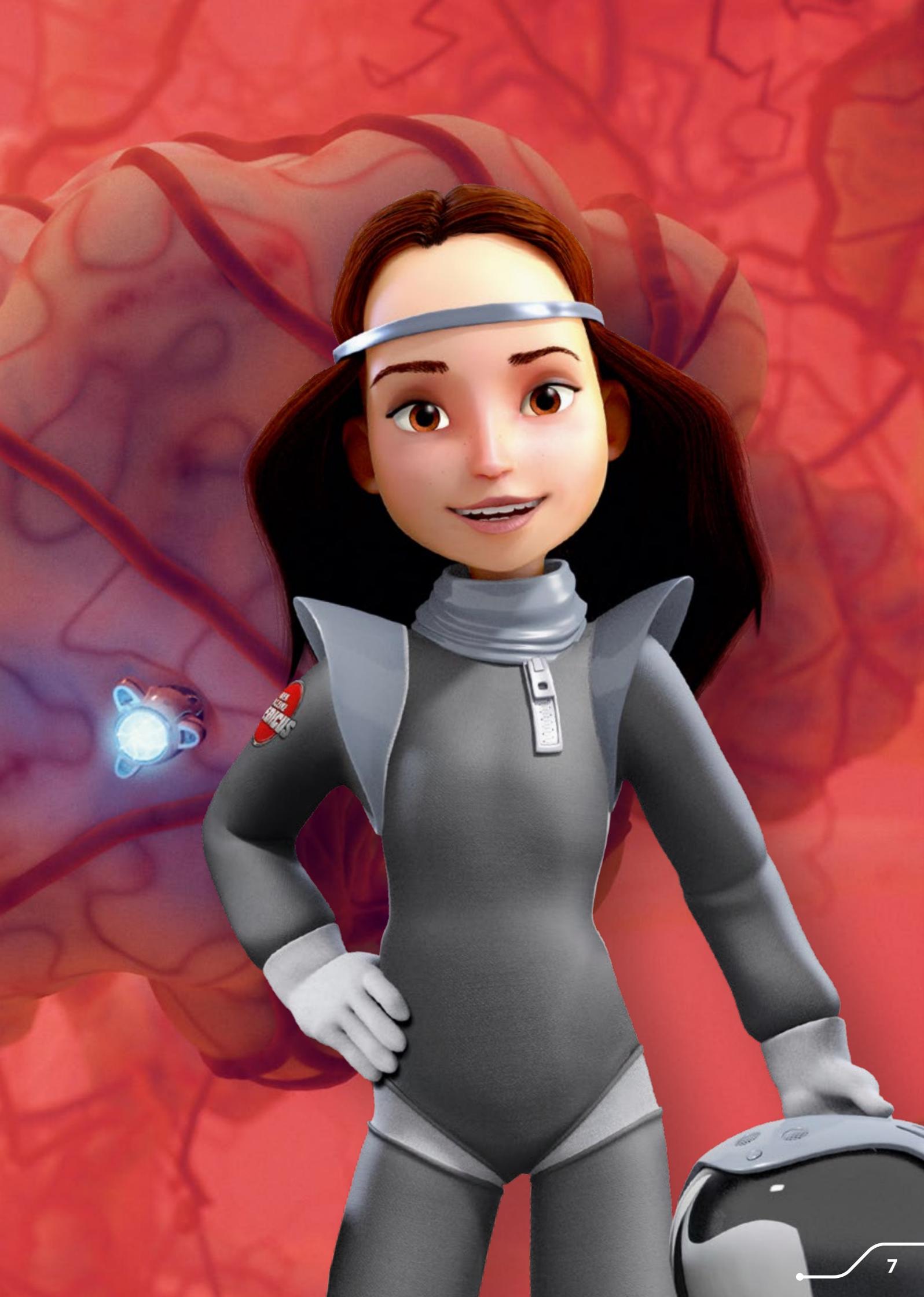
GÜNTHER ANFANG
Leiter der Abteilung Praxis
JFF – Institut für
Medienpädagogik

^//01

1 HINTERGRUNDINFORMATIONEN ZUM FILM

// - 1.1 Die Handlung des Films

// - 1.2 Pädagogische Einschätzung des Films



DIE HANDLUNG DES FILMS

Nano (Sebastian Fitzner) lebt mit seiner Schwester bei den Großeltern, da seine Eltern verstorben sind. Er ist für sein Alter relativ klein, worüber seine Klassenkameraden oft gemeine Witze machen. Auch die hübsche Lilly (Annette Potempa) aus seiner Klasse macht sich über ihn lustig. Doch dies ändert sich, als sie Nanos Hilfe für einen anstehenden Biotest braucht. Während Nanos Oma und seine Schwester auf ein Wellnesswochenende fahren, hüten Nano und sein Opa Erwin (Hans-Gerd Kilbinger) alleine das Haus.

Nanos Großvater arbeitet als Gärtner bei Professor Schlotter (Dr. Michael Nowka). Als Nano ihn dort besuchen will, beobachtet er seltsame Geschehnisse im Hause des Professors: Dessen Gehilfe Serge (Bernhard Hoëcker) experimentiert mit einem Roboter, den er ‚Gobot‘ nennt. Der tollpatschige Serge verkleinert den Gobot und Professor Schlotter injiziert den nun winzigen Gobot einer Versuchsperson. Und diese ist niemand anders als Nanos ahnungsloser Großvater!

Als sich Opa Erwin später zu Hause seltsam benimmt, wittert Nano das Problem. Zusammen mit seiner Klassenkameradin Lilly sucht er Hilfe bei dem Arzt Doktor X (Hans-Jürgen Dittberner). Doch auch hier werden sie Zeugen rätselhafter Vorkommnisse: Doktor X schrumpft zusammen mit seiner Kollegin Micro Minitec (Christiane Paul) ein sprechendes rosafarbenes Kaninchen namens Rappel (Malte Arkona).

In einem winzigen Raumschiff sitzend, wird Rappel nun wiederum Doktor X injiziert, um durch dessen Körper zu reisen – als weltweit erster lebender Bodynaut. Als Nano und Lilly von Doktor X und Micro Minitec erwischt werden, erklären diese ihnen alles: Professor Schlotter hat Micro Minitec das Verfahren der Mikrotisierung gestohlen und will es nun für den gefährlichen Zweck nutzen, andere Menschen damit zu kontrollieren. Als Nano aufgeregt erzählt, dass Professor Schlotter dies bereits mit seinem Opa versucht, kommt die nächste Herausforderung auf die beiden kleinen Helden zu. Der Gobot muss sofort aus Nanos Opa entfernt werden, damit Professor

Schlotters Plan vereitelt wird! Nano und Lilly sind nun die nächsten Bodynauten und bereit, ihre Mission zu erfüllen. Mikrotisiert reisen sie auf der Suche nach dem Gobot durch den Körper von Nanos Großvater. Auf ihrer fantastischen Reise durch den Körper müssen sie einige Abenteuer bestehen. Antikörper greifen sie an und versuchen das Mini-Raumschiff zu vernichten, aber auch Gefahren in Magen und Gehirn sind zu meistern. Zwischendurch können sie sogar Großvaters Bandscheibenvorfall kurieren und schließlich und endlich den Gobot besiegen – und das alles mit zur Neige gehendem Sauerstoff. Gemeinsam bestehen sie das Abenteuer und Professor Schlotter wird schließlich verhaftet. Opa Erwin geht es wieder gut und als Nanos Oma und seine Schwester vom Wellnessurlaub zurückkommen, ist es, als wäre nichts gewesen. Nano und Lilly sind sich jedoch auf ihrer Abenteuerreise näher gekommen und haben eines gelernt: Auch wer klein ist, kann Großes vollbringen!



1.2 PÄDAGOGISCHE EINSCHÄTZUNG DES FILMS

Der kleine Medicus – Bodynauten auf geheimer Mission im Körper ist ein sehr liebevoll gestalteter und aufwändig in 3D-Stereoskopie umgesetzter Kinofilm. Mit diesem Film ist es gelungen, eine spannende Geschichte rund um das Innere des menschlichen Körpers zu erzählen. Aus pädagogischer Sicht ist der Film für ein Zielpublikum zwischen sechs und zehn Jahren insofern geeignet, als dass er weitgehend auf die Bedürfnisse und Ansprüche dieser Altersgruppe zugeschnitten ist. Im Mittelpunkt des Films steht die Geschichte von Nano, der mit seiner Klassenkameradin Lilly ein großes Abenteuer erlebt. Mit 78 Minuten Laufzeit hat der Film fast die Länge eines abendfüllenden Erwachsenenfilms.

Das ist gerade für die 6- bis 7-Jährigen eine Herausforderung. Ihnen fällt es noch schwer, sich so lange auf eine Geschichte zu konzentrieren und so lange ruhig sitzen zu bleiben. Die im Film vorhandene Abwechslung von spannenden Stellen mit entspannenden Elementen und Situationen kommt dem entgegen. Dabei verlieren die Kinder nie das Interesse. Das Erzähltempo des Films ist altersgerecht. An den aufregenden Stellen (Reise durch den Körper, Kampf mit den Immunzellen, Kampf mit dem Gobot etc.) zieht die Geschichte sie so in ihren Bann, dass sie sich nie ganz von ihr entfernen. Allerdings merkt man bei dieser Altersgruppe, dass die Kinder zwischendurch etwas unruhig werden, gähnen oder mit den Nachbarn tuscheln.

Für die meisten 8- bis 10-Jährigen ist es kein Problem, während der gesamten Länge des Films überkonzentriert und aufmerksam zu sein.

Der kleine Medicus – Bodynauten auf geheimer Mission im Körper behandelt, verpackt in eine Abenteuergeschichte, die Themen **MEIN KÖRPER**, **GESUNDHEIT** und **BEWEGUNG**.

Damit möchte der Film für erste Neugier auf die Themen sorgen und eignet sich daher als Ausgangspunkt für eine intensive Auseinandersetzung mit der Welt des Körpers in der Schulklasse. Eine Vor- und Nachbereitung des Kinobesuchs mit den pädagogischen Begleitmaterialien ist somit eine wertvolle Ergänzung.



MEIN KÖRPER

Im Mittelpunkt der Erforschung des eigenen Körpers steht im Film die Reise der mikrotisierten Bodynauten Rappel, Nano und Lilly in das Innere von Doktor X und von Nanos Großvater. Den zuschauenden Kindern wird so ermöglicht, einmal eine ganz andere Perspektive auf den Körper zu bekommen – nämlich von innen. Lilly fasst es mit dem Satz „Innendrin sind wir eigentlich alle gleich“ ganz gut zusammen, denn in erster Linie gibt es viel Blut, Organe und verworrene Wege durch Arterien und entlang der Knochen zu entdecken. Auf ihrer Reise stoßen die Bodynauten beispielsweise auf die Leber und das Kleinhirn. Dabei ist die Beschreibung der Organe und ihrer Funktionen im Film bewusst sehr kurz gehalten und bietet so Anknüpfungspunkte für eine Vertiefung des Wissens z.B. mit den pädagogischen Begleitmaterialien.



GESUNDHEIT

Im Film werden einige gesundheitliche Probleme angesprochen, wie z.B. der Bandscheibenvorfall und der hohe Blutdruck des Opas und das Magengeschwür von Doktor X. Solche Probleme kennen die Kinder nicht aus eigener Erfahrung – höchstens von ihren Eltern oder Großeltern. Für Kinder interessanter dürfte das Thema Karies sein, das auch in ihrem persönlichen Alltag ein Thema ist. Es ist in jedem Fall lohnenswert, diese Themen aufzugreifen, gemeinsam zu erarbeiten und zu vertiefen.



BEWEGUNG

Nano spielt nicht nur sehr gerne Computerspiele, er fährt auch leidenschaftlich Skateboard und hat damit einen guten Ausgleich zu den sitzenden Tätigkeiten in der Schule und vor seinem Tablet. Das kann eine gute Vorbildfunktion für alle Kinder sein. Auch Lilly hat ein sportliches Hobby, sie tanzt, sogar in mehrtägigen Tanzcamps. Um mit Kindern ins Gespräch über die eigenen Bewegungs-Gewohnheiten zu kommen, ist es empfehlenswert, die eigenen Tagesabläufe mit denen der Protagonisten aus „Der kleine Medicus – Bodynauten auf geheimer Mission im Körper“ zu vergleichen und gemeinsam zu schauen, was noch intensiviert werden kann und sollte. Auch darauf wird im pädagogischen Begleitmaterial eingegangen.



3//02.

2 MEDIENPÄDAGOGISCHE HINTERGRUNDINFORMATIONEN

// - 2.1 Medienalltag von 6- bis 10-Jährigen

// - 2.2 Das Filmerleben von Kindern



THE
LINE
VICUS

2.1 MEDIENALLTAG VON 6- BIS 10-JÄHRIGEN

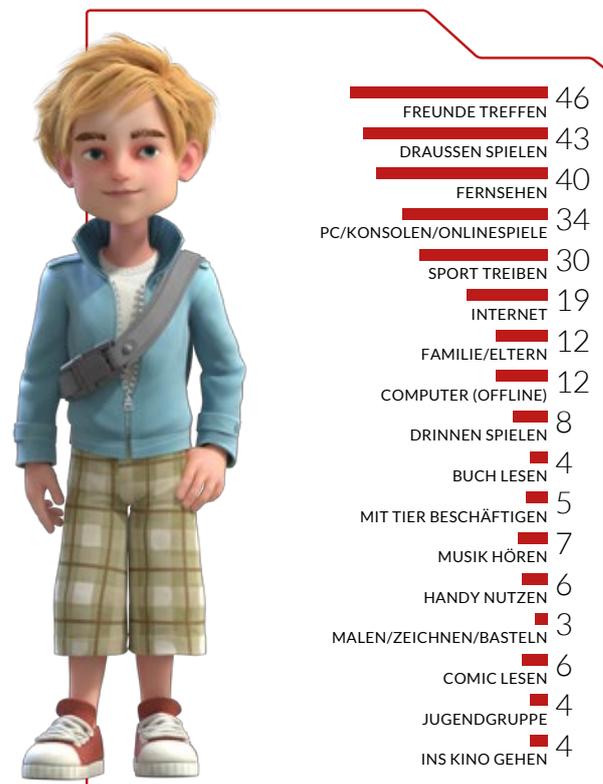
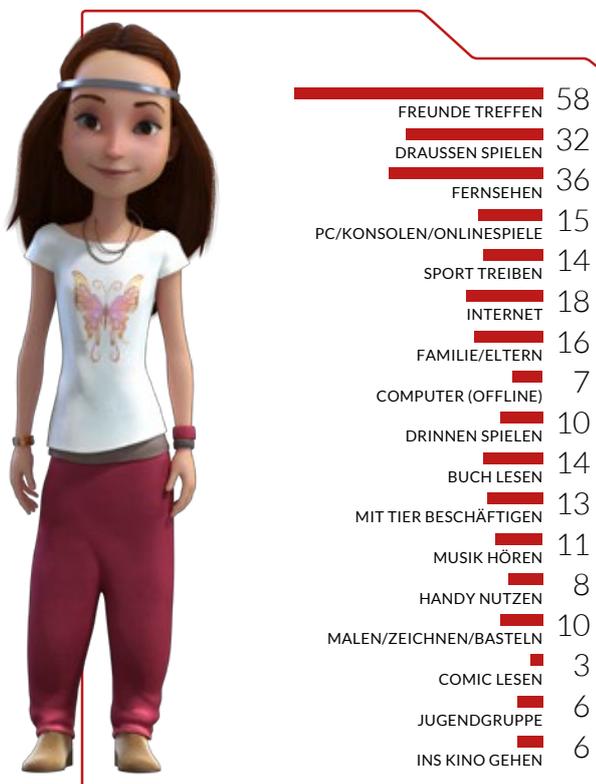
Wir leben heutzutage in einer noch nie da gewesenen Medienvielfalt. Zahlreiche Medienangebote werden zunehmend auch auf Kinder ausgerichtet. So gibt es nicht nur Zeichentrickfilme, Wissenssendungen und Nachrichten für Kinder im Fernsehen, sondern auch Internetseiten und verschiedene Apps, die zur aktiven und interaktiven Mediennutzung anregen. Auch die Verknüpfung der unterschiedlichen Medien macht deren Nutzung für Kinder heutzutage so attraktiv. So erscheinen parallel zum Film „Der kleine Medicus – Bodynauten auf geheimer Mission im Körper“ auch die Bücher „Der kleine Medicus“ und „Die neuen Abenteuer des kleinen Medicus“ bzw. das Buch zum Film, das Hörspiel zum Film und die Hörspiele zu den Büchern.

Der Fernseher ist nach wie vor das Leitmedium der 6- bis 10-Jährigen, also der Zielgruppe des Films „Der kleine Medicus“. Knapp 80 Prozent der Kinder in dieser Altersgruppe schauen fast jeden bis jeden

zweiten Tag fern. Die tägliche Nutzungsdauer ist deutlich höher als bei anderen Medien. Als drittliebste Freizeitbeschäftigung nach „Freunde treffen“ und „draußen spielen“ ist der Fernseher das Medium, auf das die meisten Kinder im Alter von sechs bis zehn Jahren, und damit knapp 57%, nicht verzichten wollen.

Doch auch wenn die Kinder schon viel Fernseherfahrung mitbringen, ist es wichtig, sie bei der Leinwand-erfahrung im Kino zu begleiten. Denn Medien dienen nicht nur als Unterhaltungs- oder Informationsquelle, sondern vor allem als Orientierung. Es handelt sich nicht nur um eine einseitige Aufnahme von Informationen, sondern um eine tiefe Verarbeitung eigener Erfahrungen und individueller Interessen und Probleme. Daher ist es wichtig, die Kinder aktiv bei der Mediennutzung zu begleiten und ihnen durch Reden, Malen, Basteln und Spielen bei der Verarbeitung zu helfen.

LIEBSTE FREIZEITAKTIVITÄTEN 2012 bis zu drei Nennungen



Quelle: KIM-Studie 2012; Angaben in Prozent; Nennungen ab 5 %

2.2 DAS FILMERLEBEN VON KINDERN

B//2.02

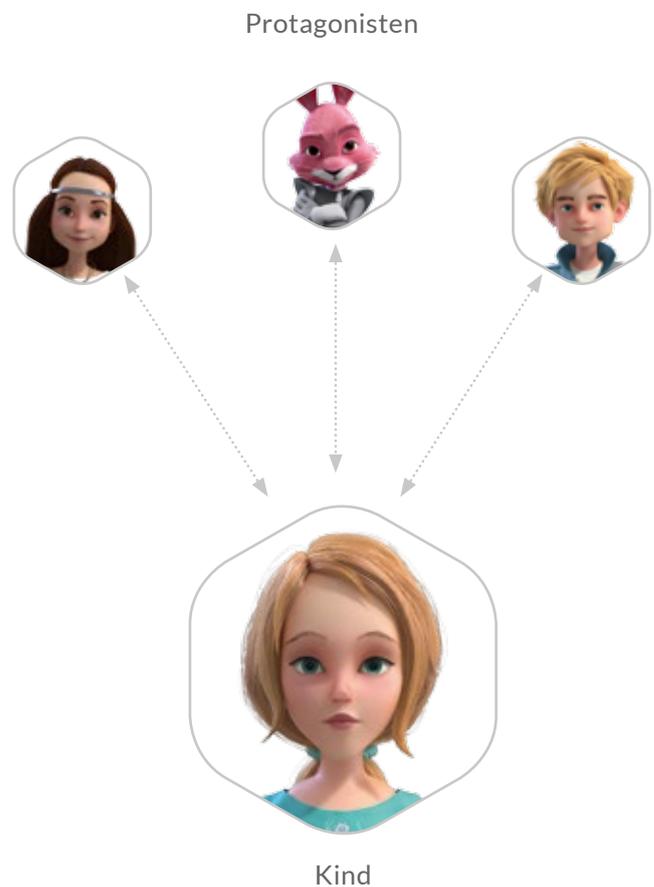
Bereits Grundschul Kinder beginnen, die gesehenen Filme in ihre persönlichen Kontexte einzuordnen. Die soziale, emotionale und kognitive Entwicklung ermöglicht ihnen ein Verständnis des Filmes und dessen Einschätzung und Bewertung. Hierbei sind die Protagonisten der Filme häufig Stellvertreter für ihre eigenen Herausforderungen und Interessen. Abhängig von ihrem Alter, den damit verbundenen Entwicklungsaufgaben und ihrem individuellen Lebensalltag, beginnen die Kinder ein Interesse für bestimmte Themengebiete zu entwickeln. Das Filmerleben von Kindern ist eng verknüpft mit ihren individuellen Erfahrungen und Interessen.

Im Grundschulalter sind Kinder in der Lage, längere und komplexere Filme mit Spannungselementen zu verfolgen, insofern sie überschaubar sind und sich auf ihre eigene Lebenswirklichkeit und die jeweilige Relevanz in ihrem Alltag beziehen. Zudem können die Kinder sich auf die Charaktere beziehen und ihre individuellen Beweggründe nachvollziehen. Auch die jeweiligen Situationen können aus unterschiedlicher Perspektive betrachtet und beurteilt werden.

Im Grundschulalter kristallisieren sich außerdem individuelle Interessen heraus, die über die eigene Alltagswelt hinausgehen. Medien werden in diesem Alter auch dafür genutzt, nach Informationen zu suchen, um auf wichtige Fragen Antworten zu bekommen.

Da Kinder die Filme oft mit ihrem persönlichen Erleben verknüpfen, fiebern sie häufig sehr stark mit den Protagonistinnen und Protagonisten mit. Dies kann sich auch körperlich ausdrücken, durch plötzliche Hibbeligkeit, aufgeregtes Aufspringen oder das Verstecken hinter der Hand. Diese Reaktionen sollten auf alle Fälle zugelassen werden, solange sie nicht die

anderen Kinder im Kino verunsichern. Es lohnt sich, besonders die Szenen später näher zu besprechen, die bei den Kindern auffällige Reaktionen ausgelöst haben. Die Handlungsweisen der Protagonistinnen und Protagonisten werden beobachtet und ein Nachgespräch kann helfen, diese in den jeweiligen Kontext einzubinden und zu verarbeiten. Vielleicht hätten die Kinder in bestimmten Situationen anders reagiert als die Filmfiguren?





C//03

3 DER KINOBESUCH VON „DER KLEINE MEDICUS – BODYNAUTEN AUF GEHEIMER MISSION IM KÖRPER“

// - 3.1 Allgemeine Vorbereitung des Kinobesuchs

// - 3.2 Themenspezifische Vorbereitung des Kinobesuchs





3.1 ALLGEMEINE VORBEREITUNG DES KINOBESUCHS

Einen Film im Kino zu sehen, ist für Kinder ein ganz besonderes Erlebnis. Die große Leinwand, die Dunkelheit und die vielen Menschen sind zusätzliche, ungewohnte Reize. Auch die Lautstärke und die Länge des Films bewegen sich außerhalb des gewohnten Rahmens. Ein Kinobesuch ist also ein spannendes Erlebnis, das aber auch, gerade bei Kinoneulingen, Unsicherheit und Unbehagen auslösen kann. Daher ist es sehr wichtig, diese äußeren Bedingungen vorab mit den Kindern zu besprechen, um ihnen einen eindrucksvollen, positiven Kinobesuch zu ermöglichen.

In spannenden Momenten des Films oder in Momenten, in denen sich Kinder überfordert fühlen, ist es wichtig, dass sie Taktiken kennen, die ihnen in diesen Situationen helfen: Kurz die Augen zumachen, neben jemandem Vertrauten sitzen oder auch das Festhalten einer selbstgebastelten Mut-Immunezelle oder Knabberkarotten (siehe dazu 4.2) können solche Taktiken sein.

Trotz Vorgesprächen und Erklärungen zu den Rahmenbedingungen ist es notwendig, während des Films die Kinder zu beobachten. In ihrer Mimik und Gestik werden die Emotionen gut sichtbar. Wenn sich ein Kind beispielsweise dauerhaft die Ohren zuhält, sollten sie es ansprechen und ihre Unterstützung anbieten.

MEDIENNUTZUNG UND SEHGEWOHNHEITEN

Ein Kinobesuch sollte schon im Voraus gut vorbereitet sein. Sinnvoll ist es dabei, die Medienvorlieben und -erfahrungen der Kinder herauszufinden und zu notieren. Fragen Sie die Kinder hierfür zunächst nach ihren allgemeinen Medienerfahrungen. Folgende Leitfragen können dabei hilfreich sein:

LEITFRAGEN

- Welche Medien nutzt ihr?
- Was macht ihr mit ihnen?
- Wie oft nutzt ihr sie?
- Was ist euer Lieblingsmedium?

Anschließend sollte die Kino- und Filmerfahrung erfragt werden. Hier einige Fragen, die Sie den Kindern stellen können:

LEITFRAGEN

- Was sind eure Lieblingssendungen im Fernsehen oder Internet?
- Was gefällt euch an eurer Lieblingssendung?
- Wie oft siehst du diese Sendung?
- Welche Lieblingsfigur hast du und warum?
- Wer von euch war schon einmal im Kino?
- Welchen Film habt ihr dort gesehen?

Sind alle Notizen gemacht, lassen sich daraus auch Gruppenspiele gestalten, an denen man die Tendenzen der Gruppe besser ablesen kann.

MEINUNGSBAROMETER

Man beschreibt eine Linie durch den Raum. An einem Ende liegt ein lachender und am anderen Ende ein trauriger Smiley (oder Daumen hoch und runter). Nun stellt man Fragen oder macht Aussagen zur Medien-nutzung. Stimmen die Kinder zu, so stellen sie sich zum lachenden Smiley, stimmen sie nicht zu, so bewegen sie sich zum traurigen. Mittelwerte könne hierbei nach Belieben erlaubt oder verboten werden. Eine Aussage könnte sein: „Ich finde Nano super!“

MEINUNGSBAROMETER

TRAURIGER SMILEY



KINDER

LACHENDER SMILEY



VOR- UND NACHBEREITUNG DES FILMS MIT DEN BÜCHERN „DER KLEINE MEDICUS“ UND „DIE NEUEN ABENTEUER DES KLEINEN MEDICUS“

Passend zum Kinostart von „Der kleine Medicus – Bodynauten auf geheimer Mission im Körper“ werden auch die beiden aktualisierten und gestalterisch dem Film angepassten Bücher „Der kleine Medicus“ und „Die neuen Abenteuer des kleinen Medicus“ aufgelegt. Hier geht es nicht nur um die spannende Abenteuergeschichte, die Nano und Lilly erleben, sondern auch um viele vertiefende Wissenseinheiten. Was ist ein Antibiotikum, wie funktioniert eigentlich das Auge und wie kann man Salbeiöl zum Gurgeln bei Mandel-schmerzen selbst herstellen? Das sind nur einige der Fragen, die in den Büchern ausführlich beantwortet werden. Spannend ist dabei besonders die Mission Prof. Grönemeyers, Naturheilkunde mit klassischer Medizin zu verbinden. Die Bücher können sehr gut zur Vor- und Nachbereitung des Films genutzt

werden, nicht nur, um die Charaktere einzuführen und die verschiedenen Erzählstränge gut nachvollziehbar zu machen. Auch die Vertiefung des Wissens und dessen Anwendung, wenn es um Krankheiten geht, ist ein lohnenswertes Thema, das Inspiration zu vielen verschiedenen Projekten sein kann.



3.2 THEMENSPEZIFISCHE VORBEREITUNG DES KINOBESUCHS

C//3.02

ELTERNINFORMATION

Ein Kinobesuch sollte immer auch mit den Eltern abgestimmt sein. Die Information der Eltern sollte sowohl Informationen zu Zeit und Ort des Kinobesuchs als auch eine kurze Inhaltsangabe des Films enthalten (hierfür kann die Inhaltsangabe aus diesem Heft kopiert werden). Denn wenn die Eltern bereits Hintergrundwissen zum Film haben, können sie den Kindern nach dem Kinobesuch helfen, den Film zu verarbeiten und verstehen auch besser, wovon die Kinder erzählen.

FIGUREN DES FILMS – WER IST WER?



NAME

NANO

Nano spielt gerne Computerspiele und fährt Skateboard. Er lebt zusammen mit seiner Schwester bei seinen Großeltern, die sich um die beiden kümmern, seit ihre Eltern gestorben sind. Nano ist klein für sein Alter, worüber sich seine Klassenkameraden lustig machen. Als sein Schwarm Lilly vor seiner Tür steht, um Nachhilfe in Biologie von ihm zu bekommen, ahnt er noch nicht, in welche Abenteuer sie gemeinsam verwickelt werden...

NAME

LILLY

Als eine der Klassenkameradinnen von Nano macht auch sie sich anfänglich über seine Größe lustig. Doch als ein Biologie-Test ansteht, ist Nano der einzige, der ihr helfen kann. Sie ist eines der schönsten Mädchen der Schule, und bei den gemeinsamen Abenteuern erweist sie sich zudem als mutig und klug.



NAME

PROFESSOR SCHLOTTER

Anders als sein Name es vermuten lässt, ist Professor Schlotter gar kein richtiger Professor. Obwohl er keine Ahnung von Wissenschaft hat, plant er, das gestohlene Wissen über die Mikrotisierung zu seinem Vorteil zu nutzen. Er ist ein richtiger Bösewicht, der die Menschen über seinen Gobot kontrollieren und so die Weltherrschaft an sich reißen will.

FIGUREN DES FILMS – WER IST WER?



NAME

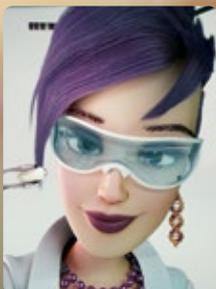
SERGE

Als tollpatschiger Gehilfe von Professor Schlotter hat Serge es nicht leicht. Ständig macht er Fehler und zieht den Missmut des Professors auf sich. Serge möchte eigentlich nichts Böses tun, gehorcht dem Professor jedoch blind bei der Ausführung seiner Pläne.

NAME

DOKTOR X

Der freundliche Doktor X ist nicht nur Arzt, sondern auch Forscher. Zusammen mit Micro Minitec und Rappel versucht er, Verfahren zu entwickeln, mit denen Menschen mit gesundheitlichen Problemen geholfen werden kann.



NAME

MICRO MINITEC

Micro Minitec ist Wissenschaftlerin. Sie erforscht das Verfahren der Mikrotisierung. Früher hat sie für Professor Schlotter gearbeitet, doch als sie dessen fiese Pläne erkannte, kündigte sie und nahm das rosafarbene Kaninchen Rappel mit. Sie ist sehr klug und neugierig, und zusammen mit Doktor X versucht sie, die Mikrotisierung zu perfektionieren.

NAME

RAPPEL

Nach zahlreichen Experimenten bei Professor Schlotter ist er gewachsen und hat gelernt zu sprechen. Und da Rappel so viel Gefallen am Reden gefunden hat, hört er einfach nie damit auf. Nachdem er Professor Schlotter entkommen ist, hilft Rappel nun Micro Minitec und Doktor X bei ihren Forschungen und hat dabei eine ganz besondere Aufgabe: Rappel ist der erste lebende Bodynaut.



FIGUREN DES FILMS – WER IST WER?



NAME

OPA ERWIN

Opa Erwin arbeitet als Gärtner bei Professor Schlotter. Sein Rücken tut ihm manchmal weh, aber bis jetzt konnte ihm niemand damit helfen. Mit seinem Enkelsohn Nano versteht er sich sehr gut.

NAME

OMA ROSA UND MARIE

Die Großmutter von Nano und seine Schwester Marie mögen Nano sehr gerne, auch wenn er und Marie sich manchmal ein bisschen gegenseitig ärgern. Marie ist ihr Aussehen sehr wichtig und sie hat Spaß daran, ihre Kleidung für alle Gelegenheiten passend zusammen zu stellen. Oma Rosa ist Nano mit ihren öffentlichen Liebesbekundungen ihm gegenüber manchmal peinlich, aber er freut sich doch, als sie und Marie nach einem Wellness-Wochenende wieder nach Hause zurückkehren.



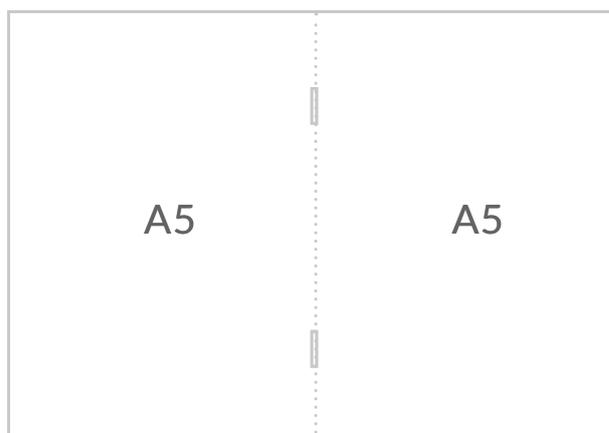
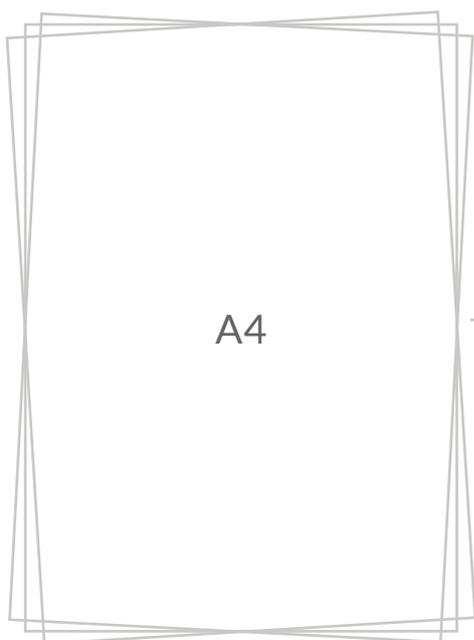


3.2 THEMENSPEZIFISCHE VORBEREITUNG DES KINOBESUCHS

BASTELN EINES PROGRAMMHEFTS – MIT INFO ZU DEN FILMPROTAGONISTEN

Der Film „Der kleine Medicus – Bodynauten auf geheimer Mission im Körper“ verknüpft verschiedene Handlungsstränge und Charaktere miteinander. Dies kann für die jungen Zuschauerinnen und Zuschauer verwirrend sein. Um eine Übersicht über die Handlung und die teilnehmenden Figuren zu bekommen, bietet es sich an, ein Programmheft zu basteln. Eingesetzt zur Vor- und Nachbereitung des Films, fördert es eine tiefere Auseinandersetzung mit dem Inhalt und erleichtert es den Kindern, der Handlung zu folgen. Aus mehreren leeren, gefalteten DIN A4-Blättern basteln die Kinder ein kleines DIN A5-Heft. Vorne auf das Heft können sie den Titel des Films schreiben und ihre Lieblingsfiguren aus dem Film malen. Um den Kindern die verschiedenen Charaktere des Films vorzustellen, können Sie die Übersicht aus dem Heft kopieren. Jedes Kind kann dann die Bilder mit den Beschreibungen ausschneiden und in sein

Programmheft kleben. Als Nachbereitung bietet es sich an, die Beschreibungen mit persönlichen Notizen oder Bildern zu ergänzen. Vielleicht hat ja ein Kind einen Lieblingscharakter und möchte diesen in seiner besten Szene zeichnen? Oder der tollpatschige Serge hat noch Eigenschaften, die in der Beschreibung nicht erwähnt wurden?



BASTELN VON MUT-IMMUNZELLEN

Bei spannenden Szenen im Film können die Kinder ihre Mut-Immunzellen, die normalerweise mutig Eindringlinge und Krankheitserreger im menschlichen Körper bekämpfen, zur Hilfe rufen. Aus bunter Wolle lässt sich gut eine solche Immunzelle basteln, die auf sie aufpasst.

- Zwei Kreis-Schablonen aus Pappe mit Loch (Abgepaustes Glas oder Schale. Größe des Kreises entspricht der Größe der Immunzelle)
- Schere
- Wolle (am besten in knalligen Farben oder Neon)



SO WIRD'S GEMACHT:



1. Ein Stück der Wolle zwischen die zwei Schablonen klemmen, so dass es aussieht wie ein umgedrehtes U. Die Enden schön lang lassen und abschneiden.



2. Mit der restlichen Wolle mehrmals die Schablone umwickeln bis das Ganze ca. faustdick ist. Dann den Wollfaden abschneiden.



3. Man nimmt die zwei Enden, der anfangs zwischen die Schablone geklemmten Wolle und macht eine Schleife.



4. Nun schneidet man das Wollknäuel, das man um die Schablonen gebildet hat, auf. Dabei schneidet man mit der Schere zwischen den zwei Schablonen.



5. Die Schleife, die man gemacht hat, lösen und mehrere sehr feste Knoten machen.



6. Danach die Mut-Immunzelle aus der Schablone ziehen und nach Belieben frisieren.



7. Die langen Endschnüre kann man abschneiden oder zu einer Schlaufe zusammenknoten.

KNABBERKAROTTEN

Ist es mal spannend im Film, knabbert man gerne auf etwas herum. Aber es muss nicht immer Popcorn oder etwas Süßes sein. Super gut und hasenstark sind Kino-Knabber-Karotten, die ja auch dem Bodynauten-Kaninchen Rappel helfen, immer einen klaren Kopf zu behalten.



D//04

4 THEMENBLÖCKE ZUR VOR- UND NACHBEREITUNG DES FILMS

// - 4.1 Der eigene Körper

// - 4.2 Gesundheit

// - 4.3 Bewegung



4.1 DER EIGENE KÖRPER

WAS BEDEUTET WAS?

BEGRIFFSERKLÄRUNGEN ZUM FILM

Im Film „Der kleine Medicus – Bodynauten auf geheimer Mission im Körper“ werden medizinische Begriffe erwähnt, deren Bedeutung gerade den jüngeren Kindern häufig noch gar nicht klar sein kann, die also erstmals nur – so auch die Intention des Films – damit in Berührung kommen und für Neugier sorgen sollen. Da hilft es, diese Begriffe vor und nach dem Kinobesuch nochmals eingehend zu besprechen.

Im Folgenden sind medizinische Begriffe kindgerecht erklärt, die im Film thematisiert werden. Außerdem werden Anregungen gegeben, wie man den Kindern die Begriffe spielerisch vermitteln kann.

DAS MAGENGESCHWÜR

Ein Magengeschwür ist eine Wunde in der Magenschleimhaut. Die Magenschleimhaut passt darauf auf, dass die Magenwand vor der Magensäure geschützt wird, da diese sehr ätzend sein kann. Hat man aber ein Magengeschwür, kann ein Teil der Magenwand nicht mehr geschützt werden. Dann bekommt man starke Bauchschmerzen, besonders wenn man gerade etwas gegessen hat. Damit erst gar keine Wunde in der Magenschleimhaut entsteht, lohnt es sich, auf seine Ernährung zu achten. Ein Rezept für leckere Kekse, die auch noch gut für den Magen sind, steht in dem Teil über „Gesundheit“ auf [Seite 33](#). Viel Spaß beim Ausprobieren!

DIE IMMUNZELLEN

Der Körper hat unterschiedliche Arten, wie er mit Fremdkörpern, also Dingen die nicht zu ihm gehören, umgeht. Dies können krankmachende Bakterien oder auch Raumschiffe mit zwei Bodynauten sein. Die Immunzellen haben die Aufgabe, Fremdkörper abzuwehren, damit sie dem Körper nicht schaden können. Im Bewegungsteil auf [Seite 37](#) findest du dazu ein tolles Spiel, bei dem du selbst in die Rolle der Immunzellen schlüpfen kannst.

DIE BLUTPLÄTTCHEN

Bei Verletzungen sind die Blutplättchen zur Stelle. Wenn man sich zum Beispiel in den Finger schneidet, setzen sich die Blutplättchen an die Wunde. Nun lassen sie das Blut gerinnen, also dickflüssiger werden, so dass es nicht aus der Wunde austreten kann. Die Wunde wird verschlossen und kann gut heilen.

DER BLUTDRUCK

Der Blutdruck beschreibt den Druck des Blutes, mit dem es aus dem Herzen gepumpt wird. Das Blut übt hierbei Druck auf die Blutgefäße aus, durch die es gepumpt wird. Man kann sich das wie einen Wasserschlauch vorstellen, durch den mal viel und mal wenig Wasser gepumpt wird. Dabei ändert sich der Druck des Schlauches. Nanos Opa leidet an Bluthochdruck. Das bedeutet, dass der Druck, den das Blut auf die Gefäße ausübt, zu hoch ist. Vielleicht wurde euer Blutdruck ja schon einmal beim Arzt gemessen? Dazu wird ein spezielles Messgerät verwendet. Der Schlag eures Herzens macht sich jedoch auch auf andere Art bemerkbar: Durch den Puls. Wie ihr diesen ganz einfach bei euch selbst und bei anderen messen könnt, erfahrt ihr auf [Seite 34](#).

DIE WIRBELSÄULE UND DER BANDSCHEIBENVORFALL

Bei einem Bandscheibenvorfall ist ein Teil der Wirbelsäule erkrankt. Alle Teile des Skeletts sind mehr oder weniger – manchmal über andere Knochen – mit der Wirbelsäule verbunden. Die Wirbelsäule ist das zentrale Element, das uns unsere Haltung ermöglicht. Sie besteht aus 24 Wirbeln, die über Bandscheiben miteinander verbunden sind. Die Bandscheiben sind kleine Kissen, die wie Stoßdämpfer, aber auch wie Gelenke wirken, mit denen wir uns bücken, strecken und drehen können. Wenn man älter wird, können diese Kissen unelastischer werden und nicht mehr so gut Stöße abpuffern oder sogar ausleiern. Die Bandscheibe kann nun teilweise rutschen, auf Nerven drücken und Schmerzen am Rücken oder in den Beinen bzw. in den Armen auslösen. Ganz selten

kann die Bandscheibe die Nerven so quetschen, dass man gelähmt wird. Dies nennt die Medizin einen Bandscheibenvorfall.

Was man tun kann, um seinen Rücken zu schonen und Rückenschmerzen zu verhindern, findet ihr auf [Seite 32](#). Den Aufbau unseres Rückens versteht man besser, wenn man selbst eine Wirbelsäule bastelt. Probiert es doch mal aus!

EINE WIRBELSÄULE ZUM BASTELN

Jeder hat eine Wirbelsäule und manche, wie Nanos Opa, leiden an einem Bandscheibenvorfall. Um besser zu verstehen, wie die Wirbelsäule aufgebaut ist, hilft es ein Modell zu basteln. Hierbei kann auch ausprobiert werden, wie belastbar die Konstruktion sein kann oder welche Rolle die Bandscheiben spielen. Es erfordert etwas Geschick, macht aber mit den entsprechenden Materialien gleich viel mehr Spaß.

MAN BRAUCHT:

1. *Einen festen Draht*
2. *Gummibärchen oder Schwamm*
3. *Holzperlen / Styropor oder Holzklötzchen mit Loch*
4. *Knete zum Befestigen der Wirbelsäule*

UND SO GEHT'S:

Die Knete bildet den Sockel für das Modell der Wirbelsäule. Nun wird etwas Draht in den Sockel gesteckt. Je nachdem wie groß die einzelnen Elemente sind, die man verwendet, benötigt man mehr oder weniger Draht. Die starren Holz- oder Styroporteile stellen die einzelnen Wirbel dar. Die Gummibärchen oder Schwämmchen sind die Bandscheiben. Nun steckt man nacheinander immer ein starres und ein beweglicheres Teil aufeinander.

Zuletzt kann man am oberen Ende des Modells sein Foto befestigen, auf welchem der Kopf des jeweiligen kleinen Forschers ist.

Zieht man nun ein Gummibärchen lang und aus seiner ursprünglichen Form, oder beißt ein Stück ab, bewegt sich das Modell nicht mehr ganz so geschmeidig. Ihr könnt den Versuch auch mit frischen und alten, härteren Gummibärchen machen und sehen, ob es einen Unterschied gibt. So kann man sich einen Bandscheibenvorfall vorstellen. (weitere Info dazu [bei 4.2](#))

RAUMHELM AUFSETZEN UND LOS! DIE BODYNAUTEN-REISE DURCH DEN KÖRPER

Die Reise von Nano und Lilly führt sie zu unterschiedlichen Orten innerhalb des Körpers. Die Reise durch den Körper eignet sich als Ausgangspunkt für weitere Diskussionen und Fragen über den jeweiligen Ort und die Zusammenhänge der inneren Organe. Wer selbst einmal Bodynaut sein will und dabei erfahren möchte, wie die einzelnen Bereiche des Körpers verbunden sind, kann es einfach beim Spiel „Die Bodynauten-Reise“ austesten. Hierfür wird die Schablone kopiert und ausgeschnitten. Die Organe können nun nach dem „Malen nach Zahlen“-Prinzip angemalt werden. Für jedes Organ sind Farben vorgegeben, welche von den Kindern auf die Schablone übertragen werden. Dies fördert eine bessere Übersicht über den inneren Körperaufbau.

Die Raumschiffschablone kann nach dem Kopieren und Ausschneiden nach Belieben verziert werden. Nun lässt sich leicht mit dem Raumschiff in der Körperschablone der Weg der beiden Bodynauten nachreisen. Welche Organe haben sie passiert? Welche anderen Wege wären möglich gewesen? Außer den Film und seinen medizinischen Inhalt zu reflektieren, können das Raumschiff und die Körperschablone auch zum Erzählen eigener Bodynauten-Abenteuer genutzt werden. Welche Herausforderungen lauern wohl an den unterschiedlichen Orten bei einer Reise durch den Körper und durch andere Körperteile?

Gehirn



Lunge



Herz



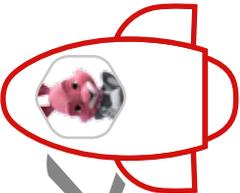
Leber



Magen



Darm





4.1 DER EIGENE KÖRPER

D//4.01

KÖRPER ALS IDENTITÄTSSTIFTUNG

Der Körper ist im Film „Der kleine Medicus – Bodynauten auf geheimer Mission im Körper“ nicht nur ein Forschungsobjekt und ein Ort dessen Inneres erforscht wird, sondern spielt auch eine identitätsbildende Rolle. Nano leidet zu Beginn an seiner Größe. Da er der Kleinste der Klasse ist, machen sich seine Klassenkameraden über ihn lustig. Doch als Bodynaut ist seine Größe die Voraussetzung, um in das Raumschiff zu passen und durch den Körper zu reisen. Seine neue Freundin Lilly ist ebenso unzufrieden mit ihrem Körper und schummelt sich mit ihren Schuhen größer als sie ist. Doch auch für sie eröffnet ihre wahre Größe die Möglichkeit, als Bodynaut Abenteuer zu erleben und sie und Nano erkennen hierin eine Gemeinsamkeit. Ihr Körper wird von ihnen sehr bewusst wahrgenommen, erst als Begrenzung, dann als Chance. Zudem vergleichen sie sich und ihr Aussehen auch mit anderen Kindern. Gerade im Grundschulalter spielt die Wahrnehmung des eigenen Körpers eine wichtige Rolle. Durch ein Körper-Memoryspiel wird dies thematisiert und zusammen mit den Kindern angemessen reflektiert.

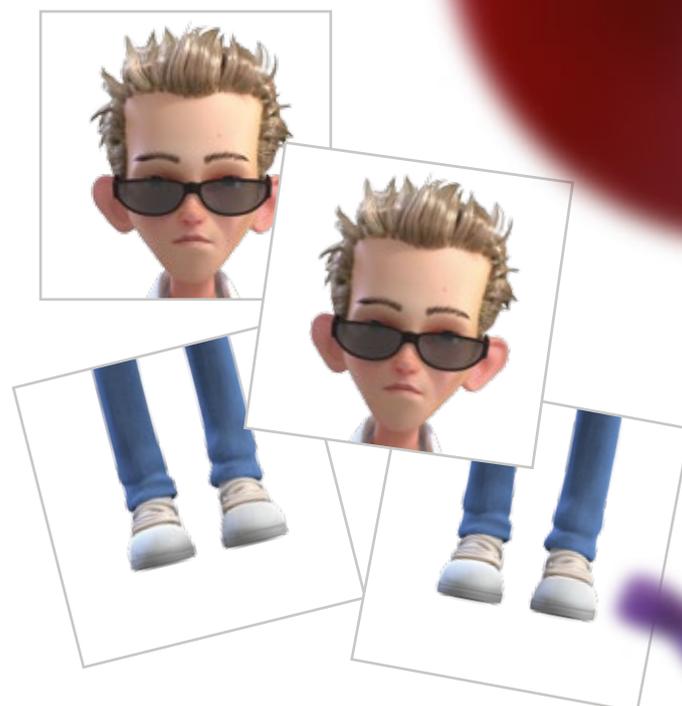
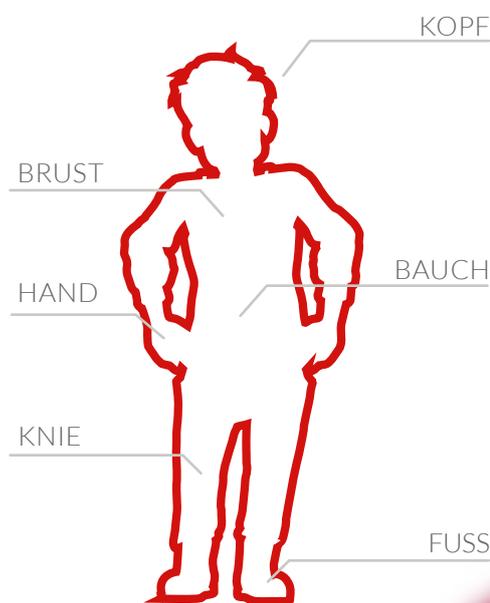
WAS GEHÖRT ZUSAMMEN?

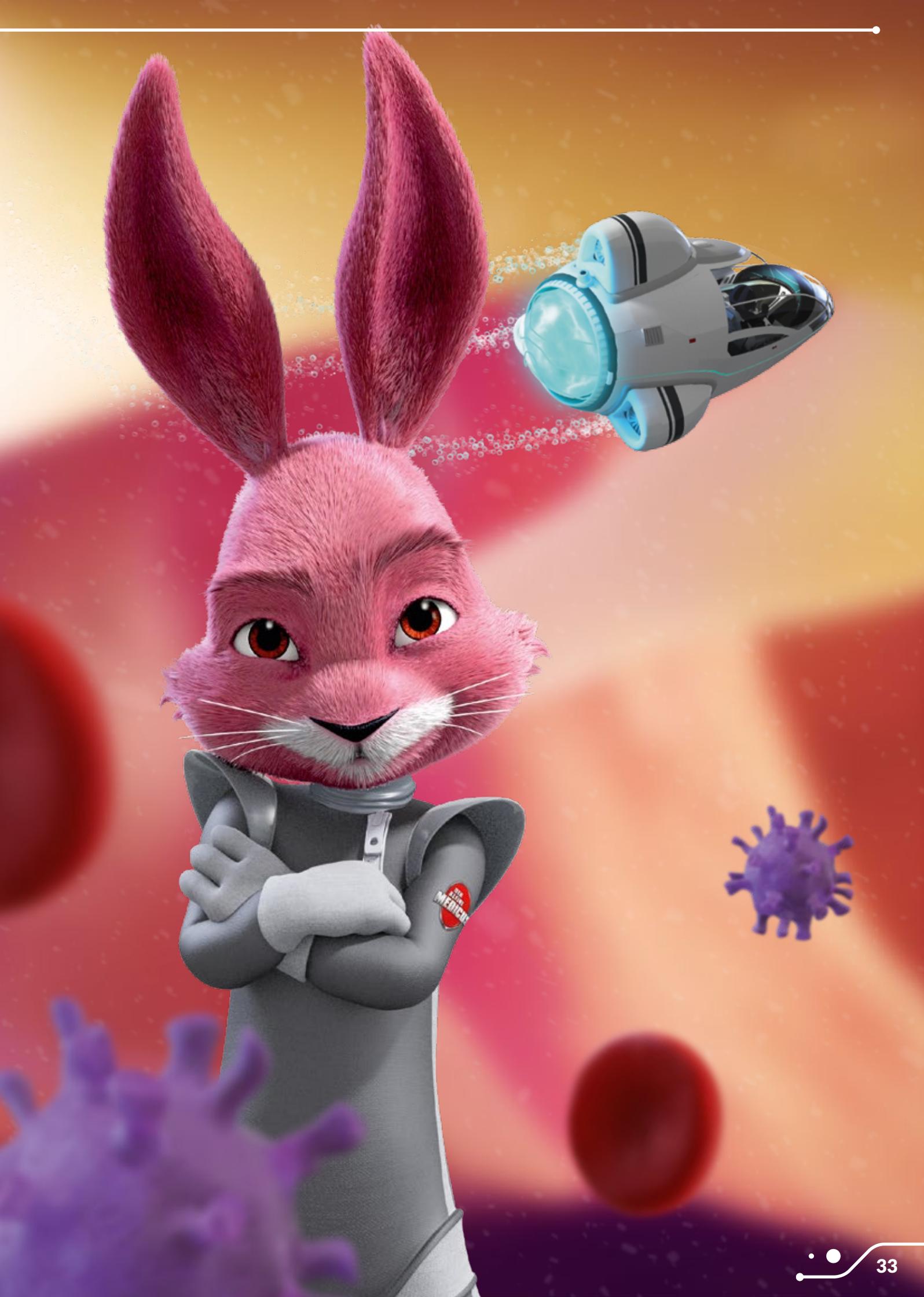
DAS KÖRPER-MEMO-SPIEL

Jeder Körper ist einzigartig, doch zugleich gibt es auch viele Gemeinsamkeiten. Bei einem selbstgemachten Memo-Spiel können sowohl die Ähnlichkeiten als auch die Differenzen wahrgenommen und spielerisch reflektiert werden.

Hierfür fotografieren die Kinder zwei Körperteile von sich, die ein Paar bilden. Dies könnten zwei Zeigefinger, Hände, Füße, Augen, Ohren, Zehen, Ellbogen oder zum Beispiel ein Teil des Haares sein. Die ausgedruckten Fotos werden nun mit der bedruckten Seite nach unten auf den Tisch gelegt. Je mehr Paare zusammenkommen, desto schwieriger und spannender wird es. Nacheinander decken sie nun zwei Fotos auf und versuchen, die passenden Paare einander zuzuordnen. Hierbei muss genau nachgeschaut werden, besonders wenn es mehrere Paare von Ohren, Händen oder ähnlichem gibt. Die Kinder nehmen ihren Körper hierbei bewusst und spielerisch wahr.

DER MENSCHLICHE KÖRPER





4.2 GESUNDHEIT

D//4.02

EIN GESUNDER RÜCKEN KANN ENTZÜCKEN – ÜBUNGEN ZUR STÄRKUNG DES RÜCKENS

Nanos Opa hat ganz schön mit seinen Rückenschmerzen zu kämpfen. Er hat einen Bandscheibenvorfall. Was genau das bedeutet, ist auf den **Seiten 28 und 29** beschrieben. Bandscheibenvorfälle werden im Alter wahrscheinlicher, doch einige Tricks können helfen, diese zu verhindern und einen gesunden Rücken zu behalten.

Deshalb bietet es sich an, das Thema bereits mit Schulkindern zu behandeln, damit sie sich eine gesunde Körperhaltung angewöhnen und lernen, den Rücken beim Sitzen zu entlasten oder den Schulranzen richtig zu heben.

Einfache Übungen im Sitzen oder Stehen können Spaß machen und gleichzeitig fit halten. Zudem wird empfohlen, den Kindern zu erlauben, dynamisch zu sitzen, das heißt, die Sitzhaltung oft zu verändern und sich gegebenenfalls auch etwas unruhiger hin und her zu wiegen.

DER KÖNIG UND DIE KÖNIGIN

Stellt euch hin, die Füße hüftbreit auseinander. Ihr seid jetzt Könige und Königinnen und habt eine Krone auf. Sehr stolz streckt ihr den Kopf. Eure Schultern sind locker und ihr schaut nach vorne und begutachtet die anderen Edelmänner und -frauen. Zudem tragt ihr eine kostbare Gürtelschnalle. Diese präsentiert ihr zusammen mit eurer Krone. Streckt dazu das Becken nach vorne (von unten nach oben).

DER IGEL

Geht in die Hocke. Der Po und die Knie berühren nicht den Boden. Eure Hände könnt ihr am Boden abstützen. Macht den Rücken rund und stellt euch vor, ihr seid ein Igel. Versucht jetzt eure Stacheln herauszustrecken.

DAS KÄNGURU

Die Übung beginnt in der Hocke. Macht den Rücken ganz gerade, wie ein Känguru. Nehmt die Arme nach vorne oder greift einen Gegenstand, den ihr aufheben wollt. Nach vorne schauen! Nun steht auf oder hebt den Gegenstand hoch und lasst den Rücken dabei ganz gerade. Die Kraft kommt nur aus den starken Kängurubeinen.

DER SCHMETTERLING

Setzt euch auf einen Stuhl. Die Hände legt ihr an den Hinterkopf und bildet so zwei Flügel. Eure Füße stehen fest auf dem Boden. Drückt nun die Ellbogen in Richtung Oberschenkel, senkt dabei den Kopf. Hier kann der Schmetterling auch ausatmen. Dann langsam den Rücken aufrichten und die Ellbogen nach hinten drücken. Den Kopf neigt ihr nun ebenfalls nach hinten und atmet tief ein.





KEKSE FÜR DOKTOR X

Doktor X darf die selbstgebackenen Kekse von Nanos Oma nicht essen. Er hat ein Magengeschwür. Was das ist, kannst du im Teil über den Körper nachlesen. Hier erfährst du ein Geheimrezept für gesunde Wunderkekse, die sogar Doktor X essen darf und die dem Magen nicht so viel Arbeit machen.

Zutaten:

- 200 g gemischte Samen (Leinsamen, Sesam, Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne, gehackte Nüsse)
- 50 g kernige Haferflocken
- 1 Ei
- 2 EL braunen Zucker
- 2 EL flüssigen Honig
- Bittermandelöl oder Vanillearoma
- Trockenfrüchte oder Rosinen

Zubereitung  ca. 20min / einfach

1. Den Backofen auf 180 Grad (160 Grad Umluft) vorheizen.
2. Die Samen, Kerne, Körner und Nüsse mischen.
3. In einer Schüssel Ei, Zucker, Honig und Aroma verrühren.
4. Zu den Samen geben und gut verkneten.
5. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech mit Hilfe von 2 Teelöffeln 20 kleine Häufchen setzen und etwas andrücken.
6. Im Ofen 12 Minuten backen. Auf dem Blech auskühlen lassen.



GUTEN APPETIT !

4.2 GESUNDHEIT

DER RHYTHMUS LIEGT UNS IM BLUT – DER PULS

Das schlagende Herz übt eine große Faszination auf Lilly und Nano bei ihrer Reise aus. Doch auch ohne Raumschiff lässt sich das Schlagen des Herzens als Puls wahrnehmen. Die Kinder können sich mit ihrem eigenen Puls und dabei mit ihrem Körper und seinen Reaktionen auseinandersetzen.

Der Puls lässt sich einfach und ohne aufwändige Hilfsmittel ermitteln und erfahren. Ein idealer Ruhepuls liegt bei Erwachsenen bei ungefähr 60 bis 80 Schlägen pro Minute, während Kinder auf 90 bis 100 Schläge pro Minute kommen. Sportliche Aktivitäten können den Puls erhöhen.

Beim gegenseitigen Pulsmessen können die Kinder auf mögliche Veränderungen achten. Was passiert, wenn ich gerade schnell gerannt bin? Wo könnte ich den Puls noch überall messen?

DEN PULS MESSEN

Wie hoch ist eigentlich mein Puls?

Das kann man ganz leicht rausfinden. Immer zwei Kinder gehen zusammen in eine Gruppe. Ein Kind bekommt die Aufgabe, den eigenen Puls zu finden. Gegebenenfalls muss man die Kinder hierbei etwas unterstützen. Sie können auch bei ihrem Partner erst den Puls fühlen und dann bei sich selber suchen.

Am besten findet man den Puls am Hals. Dazu nimmt das Kind die linke Hand und setzt sie am Ohr an. Dann rutscht die Hand den Unterkiefer entlang etwa 5cm nach unten in Richtung Kinn. Hier leicht unterhalb des Knochens etwas Druck ausüben. Rechts und links neben der Speiseröhre ist der Puls gut zu fühlen.

Das andere Kind hat nun die Aufgabe, den Sekundenzeiger einer Uhr zu beobachten. Ist der Zeiger ganz oben, gibt es das Signal zum „Start“. Das Kind, das seinen Puls fühlt, beginnt nun alle Pulsschläge zu zählen. Ist der Zeiger nach einer Minute wieder ganz oben an-

gekommen, gibt das andere Kind das „Stopp“-Signal. Die gezählten Schläge ergeben den Ruhepuls. Nun wird gewechselt.

Spannend ist es, diese Übung erst im Ruhezustand durchzuführen und danach die Kinder einige Minuten lang laufen zu lassen und die Übung anschließend noch einmal durchzuführen. Die Ergebnisse kann man in einem Pulspass aufschreiben.

PULSPASS



Name _____

Puls _____

AU BACKE – KARIES UND WIE MAN SIE VERHINDERT

Als Rappel in die Mundhöhle von Doktor X fliegt, erkennt er gleich, dass sich Karies im Backenzahn eingnistet hat. Bei Karies erkrankt der Zahnschmelz, also die äußere Schicht des Zahnes. Das kann sehr schmerzhaft sein, weil der Zahn nicht mehr richtig geschützt ist und man ein Loch im Zahn bekommen kann. Um Karies zu verhindern, ist es wichtig, regelmäßig zum Zahnarzt zu gehen. Doch auch die tägliche Zahnpflege spielt eine wichtige Rolle dabei, die Zähne gesund zu halten.

Die regelmäßige Zahnpflege ist gerade bei Kindern besonders wichtig, stößt jedoch häufig auf Unlust. Sinnvoll beim Zähneputzen ist die KAI-Methode, bei der man die Kaufläche, die Außen- und die Innenflächen nacheinander reinigt, etwa 3 Minuten von rot nach weiß. Dies sollte man am Besten nach jeder Mahlzeit erledigen: morgens, mittags und abends.

MOTIVATION DURCH ZAHNPUTZLIEDER

Um sich zum Zähneputzen zu motivieren, eignet sich ein Zahnputzlied. Welche Zahnputzlieder sind den Kindern bereits bekannt? Diese kann man sammeln und zusammen singen. Mit einem Aufnahmegerät oder auch einem Smartphone etc. wird das gemeinsame Singen aufgenommen. Jedes Kind kann sich nun das Lied mit nach Hause nehmen und beim Zähneputzen anhören.

Ältere Kinder können sich auch eigene Lieder ausdenken. Am einfachsten ist dies, wenn die Melodie eines bekannten Liedes als Vorlage genommen und ein einfacher Refrain entwickelt wird, der das Zähneputzen thematisiert. Hierfür werden am Anfang bestimmte Aussagen und Wörter gesammelt, die im Lied vorkommen sollen. Danach werden diese Sätze mit der Melodie verbunden.

ZÄHNE ZEIGEN – BASTELN EINER ZAHN- PUTZANLEITUNG

Eine selbstgebastelte Anleitung zum Zähneputzen kann Orientierung liefern und motivieren. Hierfür machen die Kinder jeweils ein Foto von sich, wie sie ihre Kau-, Außen- und Innenflächen putzen. Diese werden ausgedruckt und in der richtigen Reihenfolge auf ein Plakat geklebt. Dazu können nun noch weitere Hinweise gemalt oder geschrieben werden: zwischen zwei und drei Minuten sollte das Zähneputzen dauern, man sollte nicht zu stark aufdrücken, aber auch nicht zu wenig. Zusätzlich motivierend kann es sein, ein weiteres Foto von sich oder den Klassenkameraden zu machen, auf dem alle ihr strahlendstes Lächeln zeigen oder Grimassen schneiden und die Zähne blecken.



BARMER GEK TIPP

Gesunde Zähne sind bereits im Kleinkindalter nicht nur für die Nahrungsaufnahme sehr wichtig: Sie sorgen für eine barrierefreie Sprachentwicklung, fördern die problemlose Entwicklung des Kiefers und verhindern Beeinträchtigungen der Mimik und Ästhetik. Für Schulkinder und Jugendliche sind deshalb pro Kalenderjahr zwei Zahn-Checks vorgesehen.

Weitere Infos auf: www.barmer-gek.de/133387

4.3 BEWEGUNG

DIE SCHALTZENTRALE DES KÖRPERS – DAS GEHIRN

Nanos und Lillys Mission im kleinen Medicus ist es, den Gobot zu besiegen, damit er nicht mehr Nanos Opa kontrollieren kann. Das Gehirn und seine Kontrollfunktionen spielen eine wichtige Rolle im Film „Der kleine Medicus – Bodynauten auf geheimer Mission im Körper“. Die Funktionen des Gehirns können den Kindern hierbei spielerisch nahegebracht werden.

Das Gehirn ist unter anderem zum Denken und Fühlen da. Das Kleinhirn und das Großhirn sind Teile des Gehirns. Das Kleinhirn ist zuständig für unsere Bewegungen. Es steuert uns bei der Ausführung von sämtlichen Bewegungen, zum Beispiel, wenn wir sehr genau mit den Fingern arbeiten oder geübt einen Ball fangen. Auch unser Gleichgewicht wird vom Kleinhirn geregelt. Das Großhirn verarbeitet die Reize, die wir mit unseren Sinnen aufnehmen. Das können laute Töne und blinkende Farben beim Computerspielen, der Geschmack von Keksen, das weiche Fell eines Kaninchens oder auch ein unangenehmer Geruch sein.

In dem folgenden Spiel lernen die Kinder, wie sie instinktiv auf die Signale ihres Gehirns mit Bewegungen reagieren. Da sie die Augen schließen, nehmen sie zudem Berührungen, Geräusche und ähnliche Sinneswahrnehmungen deutlicher wahr und lernen diese zu interpretieren.

DAS GEHIRNSPIEL

Beim Gehirnspiel schlüpfen die Kinder in die Rolle des Gehirns oder die des ausführenden Körpers. Als Paare bilden sie somit die Gesamtheit eines Körpers und erkennen, wie sie intuitiv auf die Reize ihres Gehirns und ihre Wahrnehmungen reagieren.

1. Geht in Zweier-Teams zusammen
2. Der eine spielt den „Körper“, ihm werden die Augen verbunden
3. Der andere ist das „Kleinhirn“, er steuert den Körper durch den Raum
4. Durch Antippen auf den Kopf (Start und Geschwindigkeit), die rechte und linke Schulter (nach rechts und nach links gehen) und den Rücken (Stopp) führt das „Kleinhirn“ so den „Körper“ sicher zwischen den anderen hindurch

Natürlich lassen sich noch weitere Befehle ausmachen, wie zum Beispiel Knie antippen, um dem „Körper“ zu signalisieren, dass er krabbeln muss. Abwechseln nicht vergessen!



MUNTERE IMMUNZELLEN

Allgemein ist Bewegung ein entscheidender Faktor, wenn es um Gesundheit geht. Bewegt man sich viel, wird der Kreislauf angeregt und der Körper bleibt fit und gesund, das Immunsystem wird gestärkt.

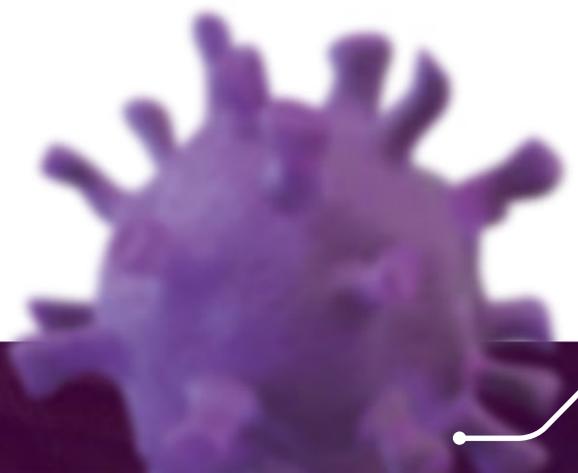
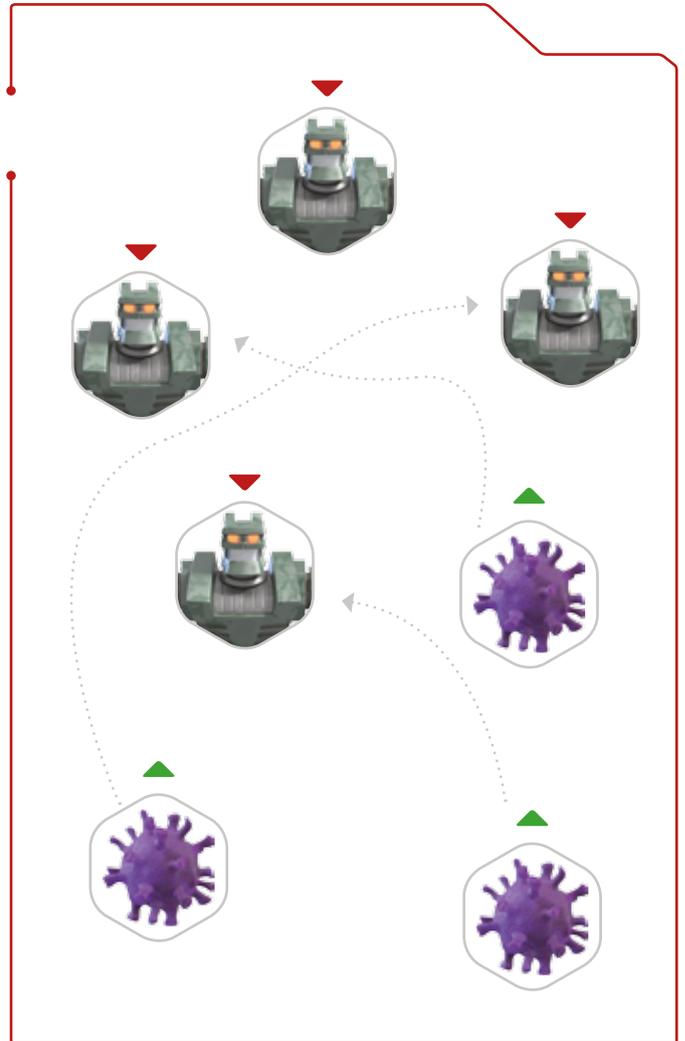
Schlüpfst doch selbst mal in die Rolle einer munteren Immunzelle und bekämpfst Eindringlinge im Körper.

DAS SPIEL

- Lauf- und Bewegungsspiel
- mindestens sieben Kinder
- Spielfeldbegrenzung nötig

Das abgesteckte Spielfeld ist der Körper. Es gibt je nach Gruppengröße ein bis drei Fänger bzw. Fängerinnen, die „Immunzellen“ sind. Sie müssen das Spielfeld von den restlichen, sich im Feld bewegenden Kindern befreien und sie fangen. Ist ein „Eindringling“ des Körpers gefangen, geht dieser in die Hocke und muss warten, bis er von zwei der anderen Kinder aus dem Spielfeld transportiert wird. Er darf jedoch nur ein Bein benutzen. Am besten schlägt der Gefangene die Arme um die Schultern der anderen und lässt sich so forttragen. Am Spielfeldrand müssen alle gefangenen Kinder Aufgaben lösen, wie zum Beispiel

zehn Hampelmänner machen, bevor sie wieder ins Spielfeld, also den Körper, dürfen. Während des Abtransports des gefangenen Eindringlings dürfen die beteiligten zwei Kinder nicht gefangen werden.



SENATOR FILM VERLEIH präsentiert "DER KLEINE MEDICUS - BODYNAUTEN AUF GEHEIMER MISSION IM KÖRPER"
 NACH DEM BESTSELLER VON PROF. DIETRICH GRÖNEMEYER eine Produktion von WUNDERWERK, DER KLEINE MEDICUS DKM & ZEITSPRUNG PICTURES
 IN KOPRODUKTION MIT SENATOR FILM MÜNCHEN, BETA FILM, ATHOS SERVICE MIT MALTE ARKONA, PROF. DIETRICH GRÖNEMEYER, BERNHARD HÖBECKER, CHRISTIANE PAUL
 BESTORBERT VON FILM- UND MEDIENSTIFTUNG NRW, DFFF DEUTSCHER FILMFÖRDERFONDS, FFA FILMFÖRDERUNGSANSTALT



ÜBERDIECK ELLIE DONNELLY & PAUL ARATÓ REFERENZ-REGIEFÜHRUNG RICHELLE CONROY & MARK HODKINSON, PROF. DIETRICH GRÖNEMEYER EXEC. DR. MICHAEL NOWKA
 KOMPONSIT WOLFGANG SIMM REGIEPRODUKTION VIRGIN LANDS PRODUZENT BEERLEIN ERIC WELBERS PRODUZENT SENATOR TANJA REICHERT-FACHLICHES HELGE SASSE
 GESAMTLIEFERUNG GISELA SCHÄFER PRODUZENT ZEITSPRUNG PICTURES MICHAEL SCHÜVGEMER PRODUZENT DRAM TILL GRÖNEMEYER
 AUSFÜHRENDE PRODUZENT FRANK PISCATOR REGIE PETER CLARIDGE

WUNDERWERK medicus ZEITSPRUNG pictures gmbh SENATOR BETA WWW.DER-KLEINE-MEDICUS-FILM.DE Film und Medien Stiftung NRW FFA-- Deutscher Filmförderfonds SENATOR

BARMER GEK

DRESSLER



www.stadthotel.com