



Name:

Unangenehme Gefühle

In dieser Podcast-Folge haben die Kinder eine Gemeinsamkeit: Etwas an ihrem Körper stört sie! Das führt zu ganz unterschiedlichen unangenehmen Gefühlen.

1. Die Kinder und ihre Gefühle

Höre dir den Podcast bis Minute 5:35 an und beschreibe die Gefühle von Jana, Keks und Klara mithilfe von verschiedenen Adjektiven.

Tipp: Nutze die Adjektive in der Hilfebox unten.

Janas Gefühle	Keks' Gefühle	Klaras Gefühle

2. Meine Gefühle

a. Hat dich auch schon einmal etwas an deinem Körper gestört?

Kreuze an: Ja Nein Vielleicht

b. Wie hast du dich dabei gefühlt? Schreibe deine Gefühle auf.

Meine Gefühle

Hilfebox:

Traurig • peinlich • nervös • wütend • verängstigt • schüchtern • enttäuscht • frustriert • überfordert • überrascht • besorgt • gereizt • verletzt • ungeduldig • verärgert • gelangweilt • niedergeschlagen



Name:

Die neue Mission: Jana

1. Viele Kinder denken über ihren Körper nach (Timecode: 05:35–08:22)

Um Janas Problem zu lösen, befragen Matte, Keks und Klara ihr magisches Tagebuch.

a. Wie lautet die erste Frage an das Tagebuch? Kreuze an.

- Wie sehen andere Kinder aus, wenn sie nackt vor dem Spiegel stehen?
- Was denken andere Kinder, wenn sie vor dem Spiegel stehen?
- Wie sehen andere Kinder aus, wenn sie vor dem Spiegel stehen?

b. Notiere dir mindestens eine Antwort aus dem magischen Tagebuch.

2. Wir sammeln Antworten

Befrage nun zwei Mitschüler:innen nach ihren Antworten. Schreibe diese ebenfalls auf.

3. Viele Kinder denken noch weiter (Timecode: 08:22–10:14)

a. Wie lautet die zweite Frage an das Tagebuch? Streiche die falschen Fragen durch.

„Magisches Tagebuch, zeig uns...

...wie Kinder aussehen, wenn sie älter werden.“

...wie Kinder ausgesehen haben, als sie Babys waren“

...wie Eltern ausgesehen haben, als sie Kinder waren.“

b. Notiere dir mindestens eine Antwort aus dem magischen Tagebuch.

4. Wir sammeln Antworten

Befrage nun zwei Mitschüler:innen nach ihren Antworten. Schreibe diese ebenfalls auf.



Name:

Mission erfolgreich

1. Die Mission ist geglückt (Timecode: 10:14–13:41)

Am Ende des Podcasts bedankt sich Jana bei Klara, Keks und Matte. Sie sagt, dass die Drei ihr geholfen haben.

a. Was denkst du, was genau Jana geholfen hat? Nutze die folgenden Satzanfänge.

• Ich denke, die drei Kinder haben Jana geholfen, weil ... _____

• Jana weiß jetzt durch die Antworten des magischen Tagebuchs, dass ... _____

• Wenn sie das nächste Mal über ihren Körper nachdenkt, dann ... _____

b. Welche Tipps würdest du Jana geben, wenn sie sich beim nächsten Mal unwohl fühlt in ihrer Haut? Schreibe drei Tipps auf.

c. Die vier Kinder sprechen auch darüber, wie peinlich Erwachsene manchmal sein können. Welche Fragen sollten Erwachsene bzw. Eltern denn deiner Meinung nach auf keinen Fall stellen? Schreibe auf.

2. Lass uns darüber reden (Partnerarbeit)

Auch wenn Erwachsene manchmal nerven, ist es wichtig, dass du mit ihnen sprichst, wenn es dir schlecht geht. Denn sie können weiterhelfen, damit du dir keine Sorgen machst, oder auch einen Experten zu deinem Problem befragen.

Nachdem du oben schon beschrieben hast, welche Fragen nicht gestellt werden sollten, überlegt ihr jetzt in Partnerarbeit, welche Fragen denn in Ordnung wären. Erstellt dazu eine Liste auf einem separaten Blatt.

Vergleicht am Ende eure Liste mit der eurer Mitschüler:innen.



Name:

Ganz normal – nicht peinlich

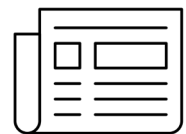
Das magische Tagebuch hat gezeigt, dass viele Kinder etwas an ihrem Körper stört. Das ist also ganz normal.

Leider gibt es viele Kinder, die das nicht wissen und mit ihren Problemen alleine bleiben.

Hilf diesen Kindern, indem du zusammen mit deinen Mitschüler:innen in Gruppenarbeit eine der folgenden Wahlaufgaben bearbeitest.

Wahlaufgabe 1: Zeitungsartikel

Erstellt einen Zeitungsartikel, in dem ihr das Problem beschreibt und Tipps gebt, damit umzugehen. In der Hilfebox findet ihr genauere Anweisungen.



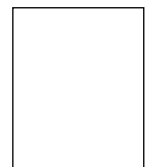
Wahlaufgabe 2: Video erstellen

Erstellt ein Video (mit Smartphone oder Tablet), in dem ihr das Problem beschreibt und Tipps gebt, damit umzugehen. In der Hilfebox findet ihr genauere Anweisungen.



Wahlaufgabe 3: Wandzeitung

Erstellt eine Wandzeitung, auf der ihr das Problem beschreibt und Tipps gebt, damit umzugehen. In der Hilfebox findet ihr genauere Anweisungen.



Wahlaufgabe 4: Podcast

Erstellt einen eigenen Podcast (mit Smartphone oder Tablet), in dem ihr das Problem beschreibt und Tipps gebt, damit umzugehen. In der Hilfebox findet ihr genauere Anweisungen.



Hilfebox:

Vorarbeit:

- Macht euch Notizen, wie das Ergebnis aussehen soll.
- Notiert auch, wie euer Werk aufgebaut sein soll.

Inhalt:

- Thematisiert, welche Probleme diese Kinder haben könnten.
- Überlegt auch, welche Ängste dadurch entstehen könnten.
- Greift auf, wodurch sich die Kinder besser fühlen könnten.
- Zeigt auf, welche Tipps den Kindern geben könnt, damit sie sich besser fühlen.



Mission magisches Tagebuch (Podcast-Reihe)
 Körperscham (Podcast-Folge)
 www.planet-schule.de/koerperscham
 Name:

Tabellarischer Unterrichtsverlauf

Phase/Zeit	Inhalt	Sozialform	Medien
Einstieg	<ul style="list-style-type: none"> • Mindmap zum Thema „Manchmal mache ich mir Sorgen über...“ 	Plenum	Tafel, Stifte
Erarbeitungsphase 1 und Sicherung	<ul style="list-style-type: none"> • Austeilen Arbeitsblatt 1, Besprechen von Aufgabe 1 • Podcast-Ausschnitt hören und Aufgabe 1 bearbeiten (00:00 – 05:35) • Vergleich Aufgabe 1 • Bearbeiten Aufgabe 2 	Plenum Einzelarbeit Plenum Einzelarbeit	Podcast, Abspielgerät, Arbeitsblatt 1
Erarbeitungsphase 2 und Sicherung	<ul style="list-style-type: none"> • Austeilen Arbeitsblatt 2, Besprechen Aufgabe 1 und 2 • Podcast-Ausschnitt hören (05:35-08:22) und Aufgabe 1 und 2 bearbeiten • Vergleich Aufgabe 1 und 2 	Plenum Einzelarbeit/ Partnerarbeit Plenum	Podcast, Abspielgerät, Arbeitsblatt 2
Erarbeitungsphase 3 und Sicherung	<ul style="list-style-type: none"> • Besprechen Aufgabe 3 und 4 • Podcast-Ausschnitt hören (08:22-10:14) und Aufgabe 3 und 4 bearbeiten • Vergleich Aufgabe 3 und 4 	Plenum Einzelarbeit/ Partnerarbeit Plenum	Podcast, Abspielgerät, Arbeitsblatt 2
Erarbeitungsphase 4 und Sicherung	Podcast-Ausschnitt hören (10:14-13:41) (Ende) <ul style="list-style-type: none"> • Austeilen Arbeitsblatt 3 und bearbeiten • Vergleich Arbeitsblatt 3 	Plenum Einzelarbeit/ Partnerarbeit	Podcast, Abspielgerät, Arbeitsblatt 3
Erarbeitungsphase 5 und Sicherung	<ul style="list-style-type: none"> • Austeilen Arbeitsblatt 4 und bearbeiten der Wahlaufgabe • Präsentation der Ergebnisse 	Gruppenarbeit Plenum	Smartphones/Tablets, Plakate, Stifte