

“Girl”

“

Talk

Folge 2

“Prämenstruelles
Syndrom”

Girls Talk: PMS

Ausgehend von einem Infovideo aus der Always-Reihe *Girls Talk* erfahren bzw. wiederholen die Schüler*innen nicht nur wichtige Infos rund ums Prämenstruelle Syndrom, sondern üben sich auch in der kritischen Videoanalyse.

Der modulare Aufbau des Materialienpaketes bietet die Möglichkeit, die Arbeitsmaterialien sowohl im Biologie-Unterricht (dort im Sexualkunde-Unterricht) als auch im fächerübergreifenden beziehungsweise fächerverbindenden Unterricht einzusetzen.

Auch der Vertiefungsgrad der Videoanalyse kann auf die Bedürfnisse und Möglichkeiten der Schüler*innen abgestimmt werden.

- Übungen zur vertiefenden Auseinandersetzung mit wichtigen Begriffen aus dem Filmwesen sind in der Materialienübersicht mit folgendem Symbol gekennzeichnet: 
- Übungen zur Gestaltung eines erfolgreichen Erklärvideos sind in der Materialienübersicht mit folgendem Symbol gekennzeichnet: 

Sie wollen die inhaltliche Auseinandersetzung mit PMS weiter vertiefen?

Das Materialienpaket „PMS – was ist das?“ auf pubertaet.lehrer-online.de liefert umfangreiche Arbeitsmaterialien zur inhaltlichen Auseinandersetzung mit dem prämenstruellen Syndrom im koedukativen Unterricht.

Die Schüler*innen

- wissen, was „PMS“ bedeutet, kennen verschiedene Symptome und können Verhaltensweisen aufzählen, die gegen PMS-Beschwerden helfen. (Übung 1/2/3/5/6.3/11/12/13)
- üben die kritische Videoanalyse. (Übung 4/6)
- kennen wesentliche Fachbegriffe aus dem Filmwesen und können diese erklären. (Übung 7/8/9/10)
- können verschiedene Kameraeinstellungen und Kameraperspektiven nennen und deren Wirkungen beschreiben. (Übung 8/9)
- wissen, worauf sie beim Schreiben und Aufnehmen eines Sprechtextes achten müssen, und sind in der Lage, Lesetexte entsprechend umzuformulieren. (Übung 16)
- kennen die wesentlichen Grundlagen zur Gestaltung eines erfolgreichen Erklärvideos und können erklären, worauf beim Schreiben eines Drehbuchs für ein Erklärvideo zu achten ist. (Übung 14/15)
- üben die Recherche und Aufbereitung von Inhalten für spezifische Zielgruppen. (Übung 6.8/11/14/15)

Materialien

Übung 4:	Arbeitsblatt 1:	Schau genau!
Übung 5:	Arbeitsblatt 2/Lösungsblatt 1:	Was ist hängengeblieben?
 Übung 6:	Arbeitsblatt 3:	Inhalt
	Arbeitsblatt 4:	Sprechtext & Sprecherin
	Arbeitsblatt 5:	Kameraperspektive & Kameraeinstellung
	Arbeitsblatt 6:	Grafische Elemente
	Arbeitsblatt 7:	Filmset & Farben
	Arbeitsblatt 8:	Protagonistinnen
 Übung 7:	Infoblatt 1:	Filmsprache
 Übung 8:	Arbeitsblatt 9/Infoblatt 2:	Kameraeinstellungen
 Übung 9:	Infoblatt 3/Arbeitsblatt 10:	Kameraperspektiven
 Übung 10:	Infoblatt 4:	Drehbuch & Storyboard
	Vorlage 1:	Storyboard
Übung 11:	Recherchefragen 1:	Noch Fragen?
Übung 12:	Arbeitsblatt 11/Lösungsblatt 2:	Alle Begriffe begriffen?
Übung 13:	Arbeitsblatt 12/Lösungsblatt 3:	Dos & Don'ts
 Übung 14:	Infoblatt 5:	Erklärvideos leicht gemacht
 Übung 15:	Infoblatt 6:	Drehbuch
 Übung 16:	Arbeitsblatt 13/Lösungsblatt 4:	Challenge: Sprechtext
	Infoblatt 7:	Tipps fürs Sprechen

Einstieg ins Thema

Aufbau der Unterrichtseinheit	Materialien
<p>Einstiegsvariante 1</p> <p>Übung 1 – Anonymbefragung</p> <p>Unter den Schüler*innen wird eine Anonymbefragung rund um PMS durchgeführt:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wofür steht die Abkürzung „PMS“? 2. Wie äußert sich PMS? Welche Beschwerden sind möglich? 3. Was hilft gegen PMS? <p>Die Ergebnisse werden im Klassenverband ausgewertet und auf der Tafel oder Plakaten festgehalten.</p> <p>Einstiegsvariante 2</p> <p>Übung 2 – Infosammlung zu PMS in Gruppenarbeit: Brainstorming & Video als Inhaltslieferant</p> <p>Die Klasse wird in zwei Gruppen geteilt:</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ Gruppe 1 erhält den Auftrag, alle Infos, die den Gruppenmitgliedern zu PMS bekannt sind, zu sammeln und strukturiert auf einem einfachen Infoplakat festzuhalten. ⇒ Gruppe 2 sieht sich das Infovideo „Was ist das Prämenstruelle Syndrom (PMS)? - Girl Talk Folge 2“ von Always Deutschland (www.youtube.com/watch?v=2inQ8UsiFKg) an und hält alle Infos, die in diesem Infovideo zu PMS angeführt werden, in einem einfachen Infoplakat fest. <p>Anschließend werden die Ergebnisse bzw. Plakate der beiden Gruppen miteinander verglichen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gibt es Übereinstimmungen? • Gibt es auf den beiden Plakaten Infos, die einander widersprechen? Falls ja – welche sind das und worin könnte die Ursache liegen? • Welche Infos werden nur auf einem Plakat angeführt? <p>Einstiegsvariante 3</p> <p>Übung 3 – Mindmapping</p> <p>Die Schüler*innen werden in mehrere Gruppen geteilt. Jede Gruppe erstellt eine Mindmap zum Thema PMS.</p> <p>Jede Gruppe präsentiert ihre Mindmap im Anschluss im Klassenverband. Gemeinsam kann versucht werden, aus den verschiedenen Mindmaps eine gemeinsame zu erstellen.</p>	

Hauptteil: Videoanalyse

Alle Analyseanleitungen beziehen sich auf das Video „**Was ist das Prämenstruelle Syndrom (PMS)? – Girl Talk | Folge 2**“ von Always Deutschland: www.youtube.com/watch?v=2inQ8UsIFKg.

Das Infovideo mit der Dauer von 1:59 Minuten richtet sich an Mädchen in der Pubertät und gibt einen ersten Überblick zu den Fragen, was PMS ist, welche Symptome es gibt, wie intensiv diese sind und wie man am besten damit umgehen kann.

Das Video ist Teil der Reihe „Girl Talk“, die weitere Infovideos zu den Themen „Die erste Periode“, „Binden und Slipeinlagen“, „Binden richtig verwenden“ sowie „Was ist Scheidenausfluss?“ umfasst.

Übung 4 – Umfassende Videoanalyse anhand eines Analysebogens

Anhand **Arbeitsblatt 1** wird das Video nach verschiedenen Kriterien analysiert.

Die Ergebnisse werden in Gruppen oder im Klassenverband miteinander verglichen und zusammengeführt.

Tipp – geschlechtergetrennte Auswertung mit anschließendem Ergebnisvergleich

Bei koedukativem Unterricht kann die Klasse zur Auswertung nach Geschlechtern getrennt werden. Anschließend werden die Ergebnisse verglichen und diskutiert:

- Wo gibt es besonders deutliche Unterschiede in den geschlechterorientierten Ergebnissen? Was könnten die Ursachen dafür sein?
- Bei welchen Fragen gibt es größtenteils Übereinstimmung zwischen den Geschlechtern? Was könnten die Ursachen dafür sein?
- Haben die Jungen die Attraktivität des Videos für die Zielgruppe, also für die Mädchen in ihrer Klasse, richtig eingeschätzt?
- Bei welchem Geschlecht ist die Gesamtbewertung des Videos schlechter ausgefallen? Was sind die Gründe dafür?
- ...

Übung 5 – Überprüfung des Wissenstransfers

Anhand **Arbeitsblatt 2** überprüfen die Schüler*innen in Einzelarbeit, ob die im Video vermittelten Informationen auch tatsächlich bei ihnen angekommen sind. Die Ergebnisse werden im Klassenverband zusammengeführt und ausgewertet.

Übung 6 – Videoanalyse zu 6 Themenschwerpunkten mit Einzelanalysebögen

⇒ **Variante 1 – Schwerpunktanalyse in Gruppenarbeit**

Die Klasse wird in sechs Gruppen geteilt. Jeder Gruppe wird ein Themenschwerpunkt zugewiesen. Aufgabe ist es, anhand des dazugehörigen Arbeitsblattes das Video erst in Einzelarbeit zu analysieren. Die Einzelergebnisse werden anschließend in der Gruppe zusammengeführt, diskutiert und geordnet.

Abschließend wird das gemeinsame Gruppenergebnis im Klassenverband präsentiert und gemeinsam diskutiert.

⇒ **Variante 2 – Schwerpunktanalyse zu ausgewählten Themen**

Nach Auswahl des Analyseschwerpunktes erhalten die Schüler*innen das dazu passende Arbeitsblatt und führen die Analyse in Einzelarbeit durch. Die Ergebnisse werden anschließend im Klassenverband zusammengeführt und gemeinsam diskutiert.

 **Schau genau!**
Arbeitsblatt 1, Seite 7-9

 **Was ist hängengeblieben?**
Arbeitsblatt 2, Seite 10

 **Lösungsblatt 1, Seite 11**

 **Inhalt**
Arbeitsblatt 3, Seite 12

 **Sprechttext & Sprecherin**
Arbeitsblatt 4, Seite 13

 **Kameraperspektive & Kameraeinstellung**
Arbeitsblatt 5, Seite 14

 **Kameraeinstellungen**
Infoblatt 2, Seite 21

 **Grafische Elemente**
Arbeitsblatt 6, Seite 15

 **Filmset & Farben**
Arbeitsblatt 7, Seite 16

 **Protagonistinnen**
Arbeitsblatt 8, Seite 17

Hauptteil: Grundbegriffe des Filmwesens

<p>Übung 7 – Auseinandersetzung mit den wichtigsten Begriffen aus der Filmwelt</p> <p>Anhand Infoblatt 1 werden die wichtigsten Begriffe rund um die Entstehung eines Films gemeinsam besprochen.</p> <p>Übung 8 – Zuordnungsübung zu Kameraeinstellungen</p> <p>In Einzelarbeit ordnen die Schüler*innen kurze Erklärtexte den Beispielfiguren für verschiedene Kameraeinstellungen zu. Die Ergebnisse werden im Klassenverband verglichen.</p> <p>Übung 9 – Lückentext zu Kameraperspektiven</p> <p>Ausgehend von einer grafischen Darstellung ergänzen die Schüler*innen einen Lückentext zu den verschiedenen Kameraperspektiven und deren Wirkung. Die Ergebnisse werden im Klassenverband verglichen.</p> <p>Übung 10 – Diskussion der Unterschiede von Drehbuch & Storyboard</p> <p>Ausgehend von Infoblatt 4 werden die Unterschiede zwischen Drehbuch und Storyboard thematisiert. Anschließend werden die Schüler*innen in 2er-Teams geteilt: Ein Teammitglied hält die ersten 20 Sekunden des Videos „Was ist das Prämenstruelle Syndrom (PMS)? – Girl Talk Folge 2“ in Form eines Drehbuchs fest, das andere Teammitglied in Form eines Storyboards.</p> <p>Die Ergebnisse werden miteinander verglichen und diskutiert:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wer hat länger gebraucht? - Welches Ergebnis lässt für die konkrete Umsetzung weniger Fragen offen? 	<p>i Filmsprache Infoblatt 1, Seite 18</p> <p>📄 Kameraeinstellungen Arbeitsblatt 9, Seite 19 Infoblatt 2, Seite 20-21</p> <p>i Kameraperspektiven Infoblatt 3, Seite 22</p> <p>📄 Arbeitsblatt 10, Seite 23</p> <p>i Drehbuch & Storyboard Infoblatt 4, Seite 24</p> <p>Vorlage Storyboard Vorlage 1, Seite 25</p>
--	---

Abschluss

<p>Variante 1 - Inhaltliche Vertiefung zu PMS</p> <p>Übung 11 – Recherche von Zusatzinfos & Infoblattgestaltung</p> <p>Die Schüler*innen erhalten die Aufgabe, ergänzende Informationen zu PMS zu recherchieren. Dies kann in Einzel- oder Gruppenarbeit passieren; ob jede*r alle Fragen beantwortet oder nur jeweils einen Fragenkomplex recherchiert, hängt von den zeitlichen Möglichkeiten ab.</p> <p>Die Antworten auf die Fragen werden in Form einfacher Infoblätter gestaltet. Zielgruppe der Infoblätter sind 10-jährige Mädchen, maximaler Umfang eines Infoblattes zu einem Fragekomplex ist eine A4-Seite.</p> <p>Übung 12 – PMS-Worträtsel</p> <p>Aufbauend auf ihrem im Rahmen von Übung 11 erworbenen Zusatzwissen zu PMS lösen die Schüler*innen ein Worträtsel zum Thema.</p> <p>Übung 13 – Zuordnungsübung</p> <p>Die Schüler*innen wiederholen die wichtigsten Dos & Don'ts in Sachen PMS.</p>	<p>Noch Fragen? Recherchefragen 1, Seite 26</p> <p>📄 Alle Begriffe begriffen? Arbeitsblatt 11, Seite 27</p> <p>✓ Lösungsblatt 2, Seite 28</p> <p>📄 Dos & Don'ts Arbeitsblatt 12, Seite 29</p> <p>✓ Lösungsblatt 3, Seite 30</p>
---	--

Variante 2 - Gestaltung eines Erklärvideos

Zum Abschluss erhalten die Schüler*innen die Aufgabe, ein Erklärvideo zum Thema „PMS“ für Jungen in der Pubertät zu gestalten.

Alternativ kann auch jedes andere Thema sowie eine andere Zielgruppe gewählt werden.

Falls nicht ausreichend Zeit zur Verfügung steht, kann nur ein Drehbuch bzw. ein Storyboard entworfen werden.

Zur Vorbereitung bzw. Unterstützung bei dieser Aufgabe stehen die nachfolgenden Übungen und Materialien zur Verfügung.

Übung 14 – Gedächtnis- bzw. Aufmerksamkeitsübung rund um die wichtigsten Infos zu Erklärvideos

Der Infotext zur den Erklärvideos wird entweder laut vorgelesen oder für fünf Minuten projiziert. Die Schüler*innen dürfen sich während des Vorlesens bzw. Lesens keine Notizen machen. Direkt im Anschluss daran sollen sie die wichtigsten Informationen zu Erklärvideos stichwortartig festhalten.

Die Ergebnisse werden im Klassenverband zusammengeführt und strukturiert und abschließend noch einmal mit dem Originaltext verglichen:

- Gibt es Informationen, die im Vergleich zum Original gänzlich verlorengegangen sind? Wenn ja – woran könnte das liegen?
- Ist bei der Gedächtnisleistung der Schüler*innen ein Unterschied zwischen im Originaltext früh und spät vorkommenden Informationen erkennbar?

Übung 15 – Recherche zum Thema „Drehbuch“

Die Schüler*innen recherchieren, was ein gutes Drehbuch ausmacht. Die Informationen werden stichwortartig festgehalten und im Klassenverband zu einer gemeinsamen Checkliste zusammengeführt.

Diese Checkliste kann mit den Tipps auf **Infoblatt 6** verglichen werden.

Übung 16 – Umformulierung von Texten

Arbeitsblatt 13 liefert die wichtigsten Regeln für das Schreiben von Sprechtexten. Diesen Regeln folgend formulieren die Schüler*innen vorgegebene Textpassagen um. Die Ergebnisse werden anschließend im Klassenverband verglichen. **Lösungsblatt 4** liefert eine Lösungsvariante.

Anschließend können anhand von **Infoblatt 7** noch die wichtigsten Regeln für das Einsprechen von Sprechtext gemeinsam besprochen werden.

i **Erklärvideos leicht gemacht**
Infoblatt 5, Seite 31

i **Drehbuch**
Infoblatt 6, Seite 32-33

📄 **Challenge Sprechtext**
Arbeitsblatt 13, Seite 34-35

✓ **Lösungsblatt 4**, Seite 36-37

i **Tipps fürs Sprechen**
Infoblatt 7, Seite 38

Zusatzinformation

Übung 9

Kameraperspektiven

✓ **Arbeitsblatt 10**

Lösung:

höherer, kleiner, Vogelperspektive, Augenhöhe, gegenüberstehen, niedrigerer, größer, Froschperspektive

Schau genau!



Suche nach dem Video „**Was ist das Prämenstruelle Syndrom (PMS)? – Girl Talk | Folge 2**“ auf YouTube. Lies die Informationen zum Video und beantworte die Fragen.

1. Wer hat das Video erstellt?

.....

2. Worum geht es laut Info in dem Video?

.....
.....

3. Ist die Zielgruppe des Videos erkennbar?

Ja

Nein

Wenn „Ja“: Welche ist es und woran hast du das erkannt?

.....
.....

4. Was erwartest du vom Video angesichts des Infotextes und des Ankündigungsbildschirms?

.....
.....

Schau dir nun das Video an und beantworte die nachfolgenden Fragen.

5. Hast du das Video verstanden?

Ja

Nein

6. Braucht man Vorwissen, um das Video zu verstehen?

Ja

Nein

Wenn „Ja“: Welches Vorwissen wird benötigt?

.....

7. Wo spielt das Video?

.....

8. Wie erfolgt der Einstieg ins Thema bzw. ins Video?

.....
.....
.....

9. Welche gestalterischen Mittel werden eingesetzt, um die Informationen zu vermitteln?

.....
.....
.....

10. Welche grafischen Effekte werden verwendet?

.....

.....

.....

11. Wann wird Musik eingesetzt und welche Funktion hat sie?

.....

.....

12. Welche zusätzlichen akustischen Signale werden verwendet?

.....

.....

13. Werden die Informationen verständlich und anschaulich vermittelt?
Bewerte nach dem Schulnotensystem.

1 2 3 4 5

14. Hast du zum Thema des Videos noch Fragen, die nicht beantwortet wurden? Ja Nein

Wenn „Ja“: Welche sind das?

.....

.....

15. Passen die visuelle Darstellung und der Audiokommentar zusammen?
Bewerte nach dem Schulnotensystem.

1 2 3 4 5

16. Wer ist Zielgruppe des Videos?

.....

Hast du mit deiner ursprünglichen Einschätzung (Frage 3) richtig gelegen? Ja Nein

17. Passt die verwendete Sprache zur Zielgruppe des Videos? Bewerte nach dem Schulnotensystem.

1 2 3 4 5

Deine Wertung liegt bei „3“ oder schlechter? Nenne konkrete Beispiele für deine Bewertung.

.....

.....

.....

18. Passt die verwendete Bildsprache zur Zielgruppe des Videos?

1 2 3 4 5

Deine Wertung liegt bei „3“ oder schlechter? Nenne konkrete Beispiele für deine Bewertung.

.....

.....

19. Wirken die Darstellerinnen auf dich glaubwürdig?

1 2 3 4 5

Du bewertest deren Glaubwürdigkeit mit 3 oder schlechter? Begründe deine Bewertung.

.....

.....

20. Denkst du, dass Vertreter*innen der Zielgruppe sich mit den Darstellerinnen identifizieren?

1 2 3 4 5

Deine Wertung liegt bei „3“ oder schlechter? Begründe deine Bewertung.

.....

.....

21. Was sagst du zur Länge des Videos?

Die Länge passt.

Es sollte kürzer sein.

Es sollte länger sein.

22. Du hast vor Ansehen des Videos bei Frage 4 deine Erwartungen an den Film festgehalten. Wurden diese Erwartungen erfüllt? Bewerte nach dem Schulnotensystem.

1 2 3 4 5

Deine Wertung liegt bei „3“ oder schlechter? Begründe deine Bewertung.

.....

.....

23. Wie hat dir der Film gefallen? Bewerte nach dem Schulnotensystem.

1 2 3 4 5

24. Gibt es etwas, das dir bei dem Video besonders positiv oder negativ aufgefallen ist?

.....

.....

.....

.....

Was ist hängengeblieben?



Gut zugehört und genau hingeschaut?

Dann sollte es dir einfach fallen, die nachfolgenden Fragen rund um PMS zu beantworten.

1. Wofür steht die Abkürzung „PMS“?

.....

2. Wann tritt PMS üblicherweise auf?

.....

3. Wann verschwindet PMS wieder?

.....

4. Wie viele Prozent aller Frauen erleben PMS in irgendeiner Form?

.....

5. Nenne fünf PMS-Symptome.

.....

.....

.....

6. Was kann man tun, um PMS zu lindern? Nenne vier Dinge.

.....

.....

.....

.....

7. Welche Aussagen treffen auf PMS bzw. PMS-Symptome zu?

- PMS-Symptome werden von allen davon betroffenen Frauen sehr intensiv erlebt.
- PMS kann auch bei ein und derselben Frau jedes Mal anders sein: sowohl die Symptome als auch deren Stärke.
- Mit Freunden und Familie übers eigene Befinden zu sprechen, lindert bei allen Frauen die PMS-Symptome.
- Jede dritte Frau erlebt PMS.
- Eine Frau, die PMS erlebt, hat jedes Mal dieselben Symptome.
- Mit einfachen Verhaltensregeln können Frauen PMS verhindern.
- Jede Frau erlebt PMS anders.
- Es gibt viele Möglichkeiten, PMS-Symptome zu lindern.

Was ist hängengeblieben?



1. Wofür steht die Abkürzung „PMS“?

Prämenstruelles Syndrom

2. Wann tritt PMS üblicherweise auf?

Rund fünf Tage vor dem ersten Tag der Periode

3. Wann verschwindet PMS wieder?

Während der Menstruation

4. Wie viele Prozent aller Frauen erleben PMS in irgendeiner Form?

75 Prozent

5. Nenne fünf PMS-Symptome.

Krämpfe, Völlegefühl, empfindliche Brüste, Hautprobleme, Stimmungsschwankungen, Müdigkeit, Heißhunger bzw. Appetitsteigerung

6. Was kann man tun, um PMS zu lindern? Nenne vier Dinge.

Mit Freunden und der Familie darüber sprechen, wie es einem geht; früh ins Bett gehen; gut und gesund essen; entspannende Dinge tun, z.B. spazieren gehen; bei einem Arzt/einer Ärztin Hilfe suchen.

7. Welche Aussagen treffen auf PMS bzw. PMS-Symptome zu?

- PMS-Symptome werden von allen davon betroffenen Frauen sehr intensiv erlebt.
- PMS kann auch bei ein und derselben Frau jedes Mal anders sein: sowohl die Symptome als auch deren Stärke.*
- Mit Freunden und Familie übers eigene Befinden zu sprechen, lindert bei allen Frauen die PMS-Symptome.
- Jede dritte Frau erlebt PMS.
- Eine Frau, die PMS erlebt, hat jedes Mal dieselben Symptome.
- Mit einfachen Verhaltensregeln können Frauen PMS verhindern.
- Jede Frau erlebt PMS anders.*
- Es gibt viele Möglichkeiten, PMS-Symptome zu lindern.*

Inhalt



Suche nach dem Video „**Was ist das Prämenstruelle Syndrom (PMS)? – Girl Talk | Folge 2**“ auf YouTube. Zielgruppe des Videos sind junge Mädchen, die über PMS informiert werden sollen. Schau dir das Video an und achte dabei besonders auf den Inhalt. *Beantworte anschließend die nachfolgenden Fragen.*

1. Welcher Inhalt wird in der Info zum Video angekündigt?

.....

2. Welchen Inhalt hat das Video? Welche Fragen werden beantwortet?

.....
.....
.....

3. Wie erfolgt die Beantwortung dieser Fragen?

.....
.....

4. Waren die Fragen und die Antworten für dich einfach zu verstehen? Ja Nein

5. Wurden die Fragen ausreichend beantwortet?

1 2 3 4 5

6. Wurden wichtige Fragen zum Thema ausgelassen? Ja Nein

Wenn „Ja“: welche sind das?

.....
.....

7. Denkst du, dass die Fragen und Antworten für die Zielgruppe einfach zu verstehen sind?

1 2 3 4 5

Deine Wertung liegt bei „3“ oder schlechter? Begründe deine Bewertung.

.....
.....

8. Sind die Informationen im Video für dich glaubhaft?

1 2 3 4 5

Deine Wertung liegt bei „3“ oder schlechter? Begründe deine Bewertung.

.....
.....
.....

Sprechtext & Sprecherin



Suche nach dem Video „**Was ist das Prämenstruelle Syndrom (PMS)? – Girl Talk | Folge 2**“ auf YouTube. Zielgruppe des Videos sind junge Mädchen, die über PMS informiert werden sollen. Schau dir das Video an und achte dabei besonders auf Sprechtext und Sprecherin. Beantworte anschließend die nachfolgenden Fragen.

1. Sind die gesprochenen Sätze einfach und verständlich? Bewerte nach dem Schulnotensystem.

1 2 3 4 5

Deine Bewertung liegt bei 3 oder schlechter? Begründe mit einem Beispiel.

.....

2. Sind die benutzten Begriffe verständlich?

1 2 3 4 5

Deine Bewertung liegt bei 3 oder schlechter? Begründe mit einem Beispiel.

.....

3. Passt die benutzte Sprache zur Zielgruppe?

1 2 3 4 5

Deine Bewertung liegt bei 3 oder schlechter? Begründe mit einem Beispiel.

.....

4. In welchem Verhältnis steht die Sprecherin zu den im Video gezeigten Mädchen?

- Die Sprecherin wirkt wie ein gleichaltriges Mädchen mit demselben Infostand.
- Die Sprecherin wirkt wie eine Expertin, zum Beispiel eine Frauenärztin.
- Die Sprecherin wirkt, als wäre sie die Mutter eines der Mädchen.
- Die Sprecherin wirkt wie eine Lehrerin der Mädchen.
- Die Sprecherin wirkt wie eine ältere Schwester oder Freundin, die die Mädchen aufklärt.
- Die Sprecherin wirkt

5. Wie klingt die Stimme der Sprecherin? Notiere mindestens drei Adjektive.

.....

6. Wie wirkt die Stimme auf dich? Notiere mindestens drei Adjektive.

.....

7. Gelingt es der Sprecherin, den Text so zu performen, als ob sie mit den Mädchen ganz normal sprechen würde?

1 2 3 4 5

Deine Bewertung liegt bei 3 oder schlechter? Wo ist der Sprecherin die glaubwürdige Vermittlung des Sprechtextes am wenigsten gelungen?

.....

Was könnten die Ursachen dafür sein?

.....

Kameraperspektive & Kameraeinstellung

Suche nach dem Video „**Was ist das Prämenstruelle Syndrom (PMS)? – Girl Talk | Folge 2**“ auf YouTube. Zielgruppe des Videos sind junge Mädchen, die über PMS informiert werden sollen. Schau dir das Video an und achte dabei besonders auf Kameraperspektive und Kameraeinstellung. Beantworte anschließend die nachfolgenden Fragen.

1. Die Kameraperspektive gibt den Winkel an, aus dem die Kamera das Filmobjekt aufnimmt. Welche Kameraperspektive wird im Video genutzt?

.....

2. Findest du die Perspektive passend? Bewerte nach dem Schulnotensystem.

1 2 3 4 5

3. Gibt es eine Szene, in der du eine andere Perspektive ebenso passend oder sogar passender finden würdest? Ja Nein

Wenn „Ja“: Für welche Szene würdest du welche Perspektive nutzen? Begründe deine Entscheidung.

.....

.....

.....

.....

.....

4. Die Kameraeinstellung gibt die scheinbare Entfernung der Zuschauer*innen zu den gezeigten Filmobjekten an. Details dazu findest du auf dem Infoblatt „Kameraeinstellungen“.

Mit welcher Kameraeinstellung beginnt das Video?

.....

Warum könnte diese Kameraeinstellung gewählt worden sein?

.....

5. Wie viele bzw. welche weiteren Einstellungsgrößen werden im Video verwendet?

.....

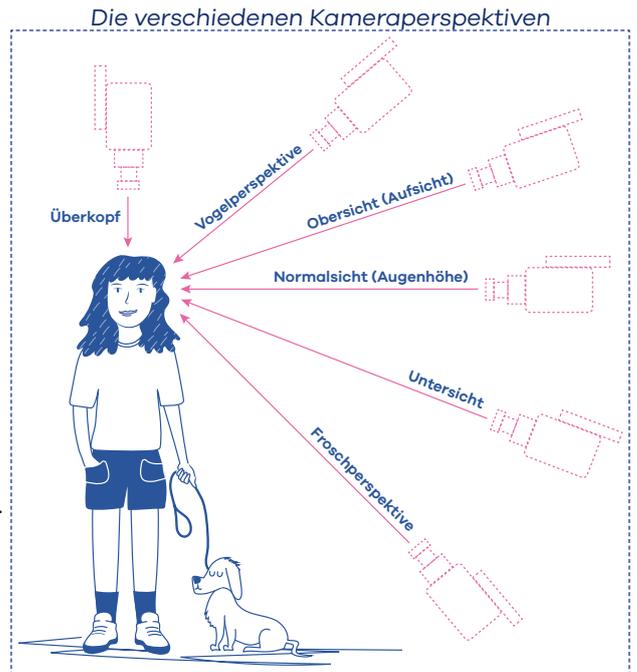
.....

.....

6. Was könnten Gründe für die Änderung der Einstellungsgrößen sein?

.....

.....



Grafische Elemente



Suche nach dem Video „**Was ist das Prämenstruelle Syndrom (PMS)? – Girl Talk | Folge 2**“ auf YouTube. Zielgruppe des Videos sind junge Mädchen, die über PMS informiert werden sollen. Schau dir das Video an und achte dabei besonders auf die grafischen Elemente. Beantworte anschließend die nachfolgenden Fragen.

1. In welchen Szenen werden welche zusätzlichen grafischen Elemente eingesetzt?

Zeit	Grafikelement	Funktion

2. Passen die Grafikelemente zur Zielgruppe des Videos? Bewerte nach dem Schulnotensystem.

Deine Bewertung liegt bei 3 oder schlechter? Begründe sie mit einem Beispiel.

.....

3. Helfen die Grafikelemente bei der Vermittlung der Inhalte? Begründe deine Beurteilung.

Ja Nein

.....

4. Welche Aussage trifft deiner Ansicht nach am ehesten zu?

- Mehr Grafikelemente würden dem Video guttun.
- Es werden zu viele Grafikelemente verwendet.
- Einige Grafikelemente irritieren und lenken ab.
- Auswahl und Einbindung der Grafikelemente sind gelungen.

5. Gibt es zusätzliche Grafikelemente, die du dir wünschst? Ja Nein
 Wenn „Ja“: welche wären das in welchen Szenen?

.....

.....

Filmset & Farben



Suche nach dem Video „**Was ist das Prämenstruelle Syndrom (PMS)? – Girl Talk | Folge 2**“ auf YouTube. Zielgruppe des Videos sind junge Mädchen, die über PMS informiert werden sollen. Schau dir das Video an und achte dabei besonders auf Filmset & Farbgestaltung. Beantworte anschließend die nachfolgenden Fragen.

1. Schau dir noch einmal den Anfang des Videos an und beschreibe einer Freundin* einem Freund in Stichworten das Filmset, in dem sich alles abspielt: die Location. Achte dabei sowohl auf die Einzelelemente als auch auf deren Farbgebung.

.....

.....

.....

.....

.....

2. Handelt es sich bei der Location um einen Raum, wie man ihn in einer herkömmlichen Wohnung findet? Ja Nein

Wenn „Ja“: Welcher Raum wäre das?

.....

Wenn „Nein“: Woran erinnert dich der Raum am ehesten?

.....

3. Was verbindest du mit dem Raum? Notiere mindestens fünf Begriffe: Adjektive, Substantive, Verben,

.....

.....

4. In welcher Farbfamilie ist der Raum gestaltet?

.....

Was könnte der Grund für die Wahl dieser Farbfamilie sein? Welchen Eindruck wollen die Videomacher*innen damit vermitteln?

.....

5. Findest du die Location für das Video bzw. die Zielgruppe passend? Ja Nein
Begründe deine Entscheidung.

.....

.....

.....

.....

Protagonistinnen



Suche nach dem Video „**Was ist das Prämenstruelle Syndrom (PMS)? – Girl Talk | Folge 2**“ auf YouTube. Zielgruppe des Videos sind junge Mädchen, die über PMS informiert werden sollen. Schau dir das Video an und achte dabei besonders auf die grafischen Elemente. Beantworte anschließend die nachfolgenden Fragen.

1. Beschreibe die vier Darstellerinnen in Stichwörtern.

Name	Merkmale

2. Wirken sie auf dich authentisch? Benehmen sie sich natürlich? Ja Nein
Begründe deine Entscheidung.

.....

.....

3. Wirken sie auf dich sympathisch? Ja Nein

4. Wie gehen sie miteinander um?

.....

.....

5. Denkst du, dass die Zielgruppe sich mit den Darstellerinnen identifizieren kann?

Ja Nein Unterschiedlich

Begründe deine Entscheidung.

.....

.....

.....

.....

Filmsprache



» **Filmische Einheiten = Einzelbestandteile eines Films**

Einzelbild – Einstellung (Take) – Sequenz (Szene) – Komplex – Akt – Gesamtfilm

Ein 90 Minuten langer Kinofilm besteht aus rund 1.045 Einstellungen.

» **Einstellungsgröße = Größe des dargestellten Ausschnittes**

Von Detail- und Großaufnahme bis zu Totale oder Panoramaaufnahme

» **Kameraperspektive = Standpunkt der Kamera**

- Vogelperspektive für den guten Überblick
- Augenhöhe als Normalperspektive
- Froschperspektive zur Unterstreichung der Wichtigkeit des Filmobjektes

» **Kamerabewegungen = Veränderungen der Kameraposition**

Kameraschwenks, Kamerafahrten etc. zur Darstellung zunehmender Nähe oder Entfremdung, zur Lenkung des Zuschauerblicks, zur Tempoänderung, zur Steigerung der Realitätsnähe

Die subjektive Kamera zeigt den Blickwinkel der handelnden Person. Mit einer Handkamera wird aufgenommen, worauf der Blick des Kameramenschen bzw. der handelnden Person fällt.

» **Filmschnitt (Montage) = Zusammenschneiden des Filmmaterials**

Die Einstellungen (Takes) werden zu einem stimmigen Gesamtfilm zusammengefügt. Damit wird auch das Tempo des Films bestimmt.

» **Filmton**

Geräusche und Soundeffekte unterstützen die Wirkung des Bildes. Hintergrundmusik vermittelt Stimmung und beeinflusst das empfundene Tempo eines Films.

» **Setting = Szenenbild = Schauplatz inklusive Ausstattung**

» **Drehbuch = in Wörtern festgehaltene Geschichte nach Szenen unterteilt**

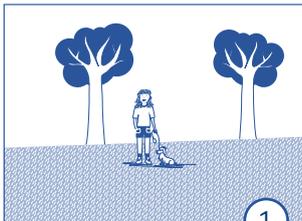
Dialoge + einfache Szenenbeschreibungen in Buchform

» **Storyboard = Drehbuch + Skizzen zur Bildbeschreibung + Anweisungen zu Kamera/Schnitt/Ton/... nach Einstellungen unterteilt**

Kameraperspektiven

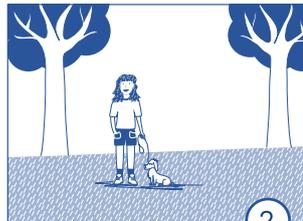
Die Kameraeinstellungen bzw. Einstellungsgrößen geben die scheinbare Entfernung der Zuschauer*innen zu den gezeigten Filmfiguren an.

Schau und lies genau und ordne die Erklärungen den Beispielgrafiken zu.



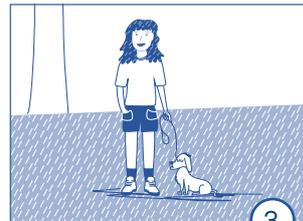
Weit(e)

1



Totale

2



Halbtotale

3



Amerikanisch

4



Halbnah

5



Nah

6



Groß

7



Detail

8



Nur ein Ausschnitt des Gesichts der Figur wird gezeigt.



Der Ort des Geschehens steht in all seiner Weite und Größe im Mittelpunkt. Er dominiert die Einstellung. Figuren sind nur klein zu erkennen.



Das Gesicht der Figur füllt den Bildschirm. Deren Gefühle stehen im Fokus.



Die Figur wird vom Kopf bis knapp unter die Hüfte gezeigt. Auch der Ort des Geschehens ist deutlich erkennbar.



Die Figur rückt in den Vordergrund, sie ist vom Kopf bis weit über die Hüfte gut erkennbar, oft sogar in gesamter Größe.



Der Oberkörper der Figur und das engste räumliche Umfeld werden gezeigt. Gefühlsregungen sind noch nicht klar erkennbar.

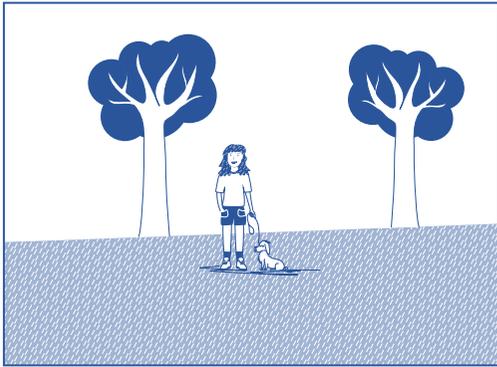


Figuren werden in voller Größe im Ort des Geschehens gezeigt.

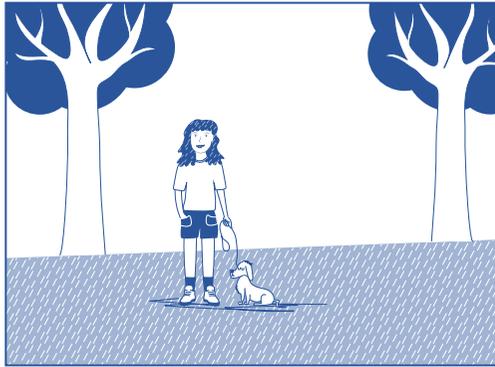


Die Figur steht im Mittelpunkt, Gefühle werden sichtbar. Das räumliche Umfeld tritt in den Hintergrund.

Kameraeinstellungen



Weit(e)



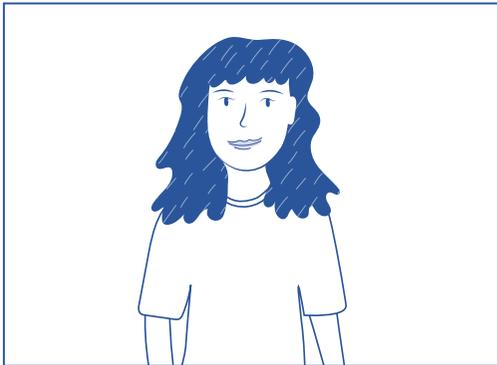
Totale



Halbtotale



Amerikanisch



Halbnah



Nah

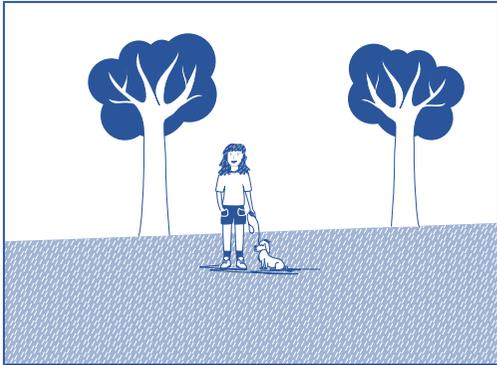


Groß

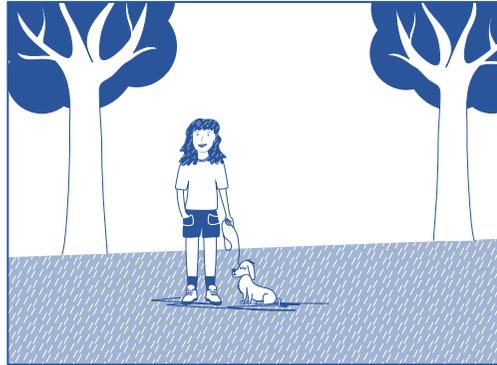


Detail

Kameraeinstellungen



Der Ort des Geschehens steht in all seiner Weite und Größe im Mittelpunkt. Er dominiert die Einstellung. Figuren sind nur klein zu erkennen.



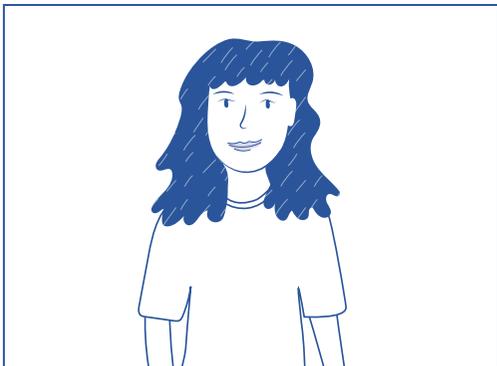
Figuren werden in voller Größe im Ort des Geschehens gezeigt.



Die Figur rückt in den Vordergrund, sie ist vom Kopf bis weit über die Hüfte gut erkennbar, oft sogar in gesamter Größe.



Die Figur wird vom Kopf bis knapp unter die Hüfte gezeigt. Auch der Ort des Geschehens ist deutlich erkennbar.



Der Oberkörper der Figur und das engste räumliche Umfeld werden gezeigt. Gefühlsregungen sind noch nicht klar erkennbar.



Die Figur steht im Mittelpunkt, Gefühle werden sichtbar. Das räumliche Umfeld tritt in den Hintergrund.



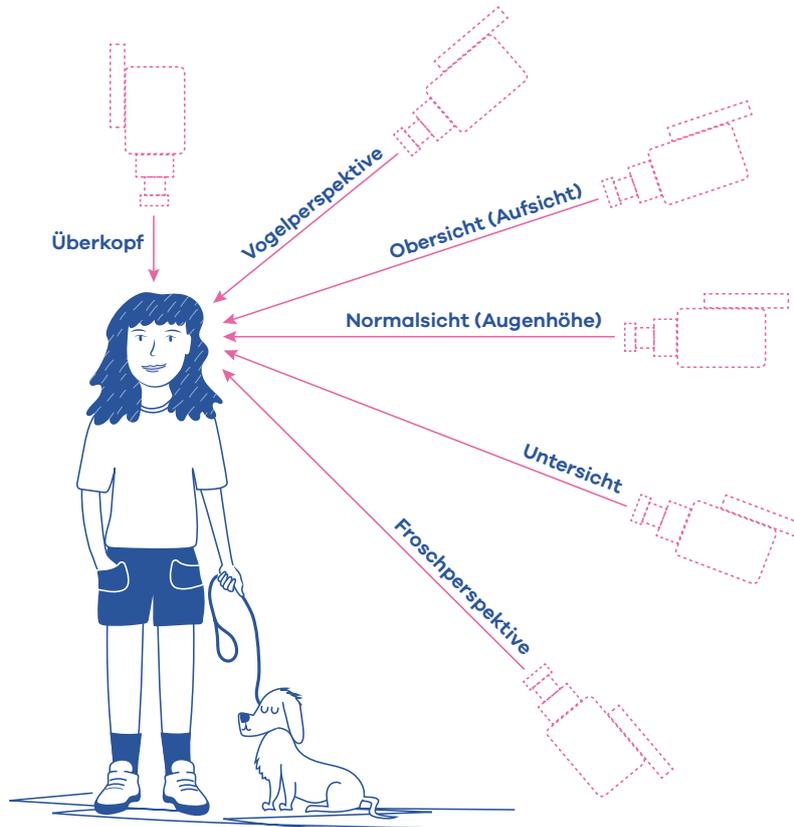
Das Gesicht der Figur füllt den Bildschirm. Deren Gefühle stehen im Fokus.



Nur ein Ausschnitt des Gesichts der Figur wird gezeigt.

Kameraperspektiven

Die Kameraperspektiven geben an, aus welchem Winkel die Kamera den Filmgegenstand filmt. Sie bestimmt den Blick der Zuschauer*innen auf das dargestellte Objekt/Geschehen.



Vervollständige die nachfolgenden Sätze.

Bei der Obersicht ist die Kamera in Position als die Figur bzw. der Gegenstand. Dadurch wirkt die Figur/der Gegenstand

Besonders extrem ist dieser Effekt in der

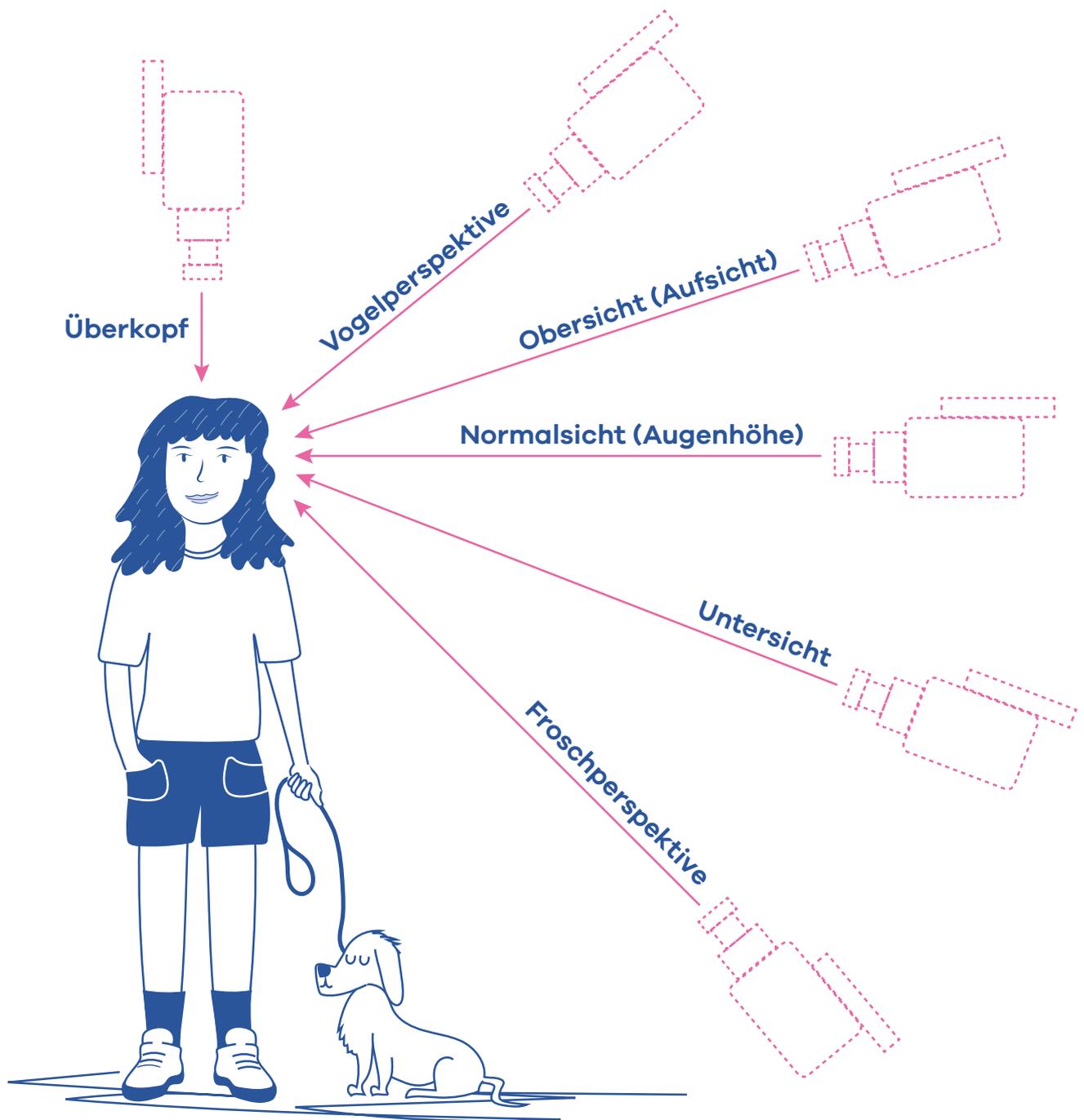
Bei der Normalsicht ist die Kamera auf mit der Figur/dem Gegenstand.

Das führt zu einer natürlichen perspektivischen Wahrnehmung: Wir nehmen die Figur/den Gegenstand wahr, als würden wir ihr/ihm

Bei der Untersicht befindet sich die Kamera in Position als die Figur bzw. der Gegenstand. Dadurch wirkt die Figur/der Gegenstand und mächtiger.

Dieser Effekt ist am stärksten in der

Kameraeinstellungen



Drehbuch & Storyboard

Das **Drehbuch** unterteilt nach **Szenen**.

Es enthält die **Geschichte** und die **Dialoge** sowie einfache **Szenenbeschreibungen**.

Szene 1

Büro, Person A sitzt am Schreibtisch und telefoniert.

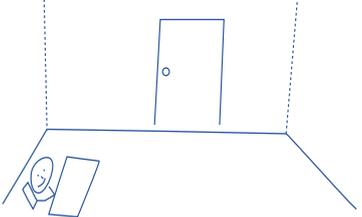
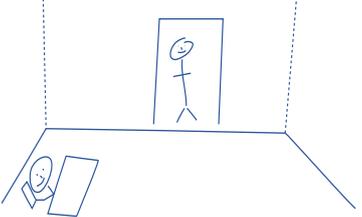
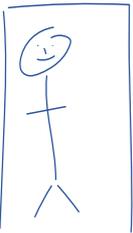
Person B kommt hinein.

Person B zu Person A: Guten Morgen!

Person A telefoniert weiter und nickt Person B zu.

Das **Storyboard** ist als Tabelle angelegt und nach **Einstellungen** unterteilt.

Für jede Einstellung gibt es zusätzlich zu **Geschichte** und **Dialogen** eine einfache **Skizze** sowie für **Kamera/Ton/Schnitt/Special Effects** relevante Informationen.

Lfd.Nr.	Zeit	Bildbeschreibung/Skizze	Sprechertext/Dialog	Sonstiges
1	0:00			Büro in der Totale. A sitzt am Schreibtisch und telefoniert.
2	0:04			Die Tür wird geöffnet und B tritt ein.
3	0:05		B: Guten Morgen!	Wechsel von der Totale auf Halbtotale B. Beim Sprechen: Schnitt auf Nahaufnahme B.



Lfd.Nr.	Zeit	Bildbeschreibung/Skizze/Scribble	Sprechertext/Dialog	Sonstiges

Noch Fragen?



Recherchiert die Antworten zu den nachfolgenden Fragen.

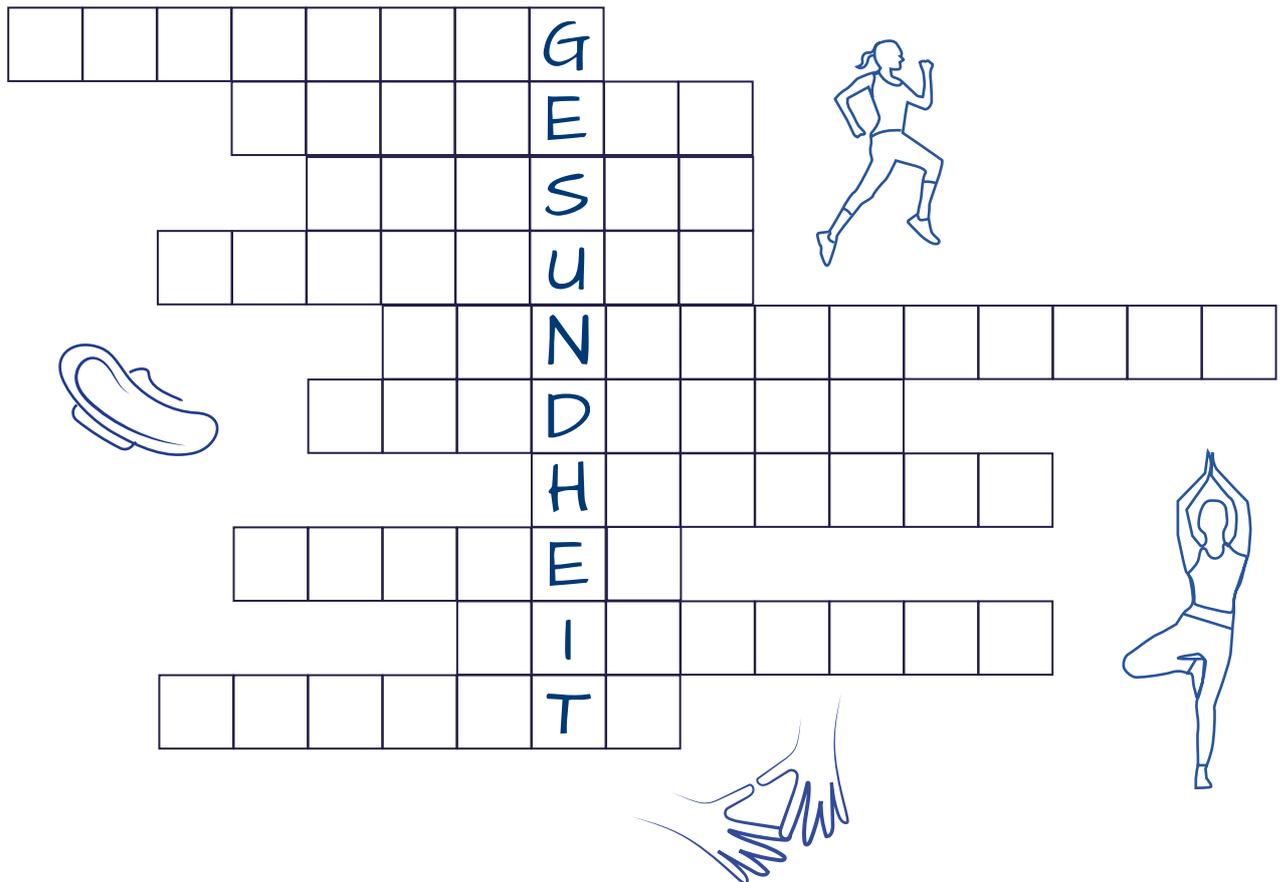
1. Wie reiht sich PMS zeitlich in die Abfolge des weiblichen Zyklus ein?
2. Welche Bedeutung haben Hormone für PMS?
3. Es gibt Verhaltensweisen, die PMS fördern.
 - Welche sind das?
 - Wie sollte man sein Verhalten ändern, um PMS zu lindern?
4. In welche Gruppen werden PMS-Symptome eingeteilt?
Sammelt pro Gruppe so viele Symptome wie möglich.
5. Wie wird PMS diagnostiziert?
6. Welche Möglichkeiten gibt es, um PMS-Symptome zu lindern?

Gestaltet die Antworten als einfaches Infoblatt für 10-jährige Mädchen.
Ein Infoblatt sollte auf einer A4-Seite Platz finden.

Alles begriffen?

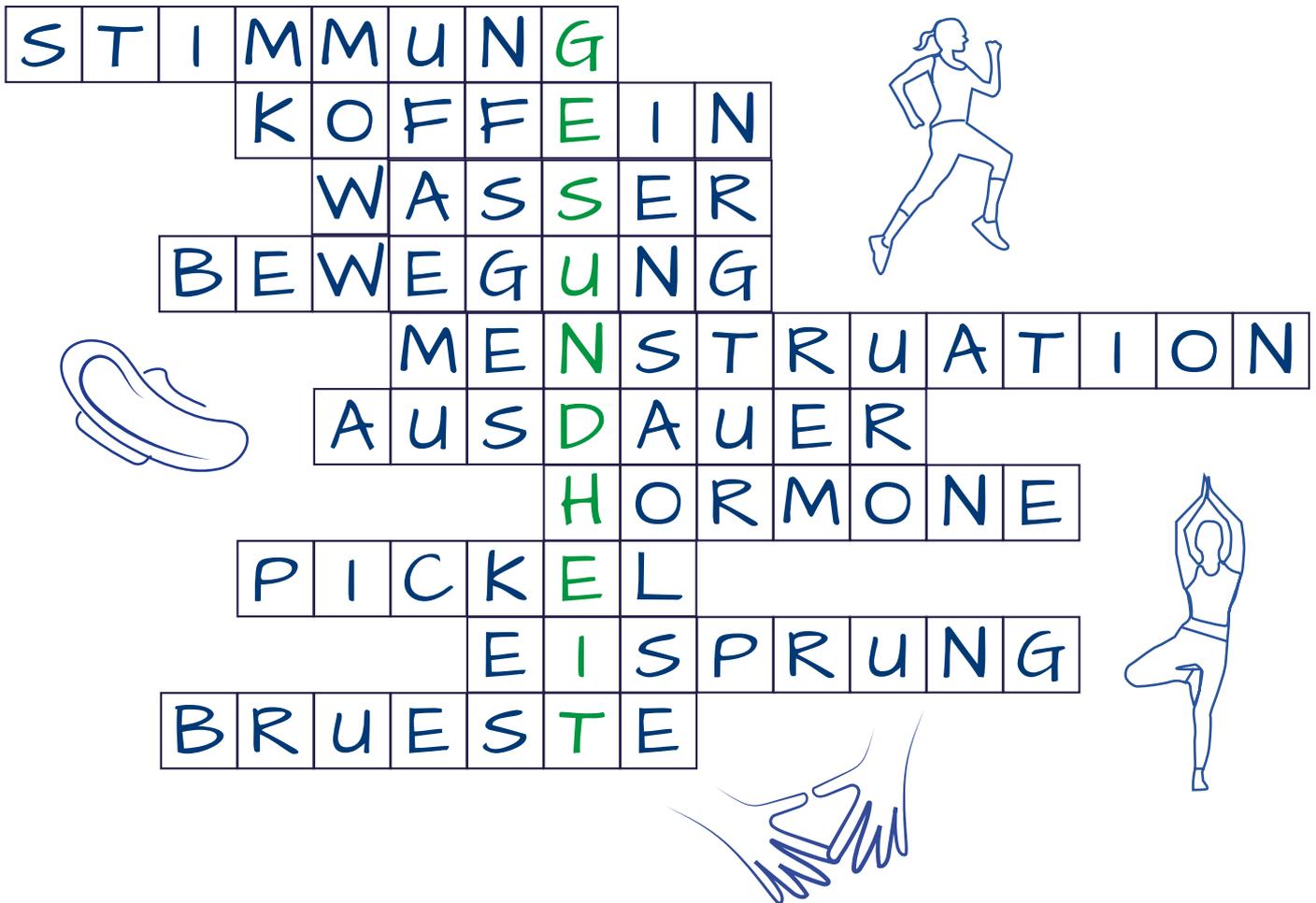


Auch wenn PMS-Symptome teilweise sehr unangenehm und sogar schmerzhaft sind, ist PMS keine Krankheit, sondern ein Zeichen weiblicher Gesundheit.
Kennst du die gesuchten Begriffe und kannst du sie der richtigen Lösungszeile zuordnen?



- » Sie kann vor Einsetzen der Regelblutung stark schwanken.
- » Dieser Stoff in Kaffee und Energydrinks erhöht den Blutdruck und setzt Adrenalin frei. Das kann PMS verstärken.
- » Dieses kann sich im Gewebe einlagern und für geschwollene Arme und Beine sorgen.
- » Sie sorgt dafür, dass im Körper eingelagertes Wasser schneller abtransportiert wird, und erzeugt auch jede Menge Glückshormone.
- » Mit ihrem Eintreten verschwinden üblicherweise die PMS-Symptome.
- » Sportliche Höchstleistungen verstärken PMS. An den Tagen vor den Tagen ist sportlich gefragt, was sie erfordert.
- » Sie steuern nicht nur den weiblichen Zyklus, sondern sind auch mit verantwortlich für PMS.
- » Sie sind unerwünschte, weithin sichtbare Vorboten der Regelblutung.
- » Ab diesem Ereignis im Eierstock können PMS-Symptome einsetzen.
- » Diese sekundären weiblichen Geschlechtsmerkmale können vor Einsetzen der Menstruation spannen.

Alles begriffen?



- ✓ Sie kann vor Einsetzen der Regelblutung stark schwanken. ➡ STIMMUNG
- ✓ Dieser Stoff in Kaffee und Energydrinks erhöht den Blutdruck und setzt Adrenalin frei. Das kann PMS verstärken. ➡ KOFFEIN
- ✓ Dieses kann sich im Gewebe einlagern und für geschwollene Arme und Beine sorgen. ➡ WASSER
- ✓ Sie sorgt dafür, dass im Körper eingelagertes Wasser schneller abtransportiert wird, und erzeugt auch jede Menge Glückshormone. ➡ BEWEGUNG
- ✓ Mit ihrem Eintreten verschwinden üblicherweise die PMS-Symptome. ➡ MENSTRUATION
- ✓ Sportliche Höchstleistungen verstärken PMS. An den Tagen vor den Tagen ist sportlich gefragt, was sie erfordert. ➡ AUSDAUER
- ✓ Sie steuern nicht nur den weiblichen Zyklus, sondern sind auch mit verantwortlich für PMS. ➡ HORMONE
- ✓ Sie sind unerwünschte, weithin sichtbare Vorboten der Regelblutung. ➡ PICKEL
- ✓ Ab diesem Ereignis im Eierstock können PMS-Symptome einsetzen. ➡ EISPRUNG
- ✓ Diese sekundären weiblichen Geschlechtsmerkmale können vor Einsetzen der Menstruation spannen. ➡ BRUESTE

Dos & Don'ts



Der Zyklus jeder Frau und jedes Mädchens ist unterschiedlich, ebenso ist es auch mit PMS. Nachfolgend findest du einige Dos und Don'ts, die allerdings etwas durcheinandergewürfelt wurden. Setze sie wieder richtig zusammen.

- | | |
|---|--|
| 1 Auch wenn PMS keine Krankheit ist, | und legt an Gewicht zu. |
| 2 Daher ist es an diesen Tagen besonders wichtig, | Alles was ihm gut tut, hilft gegen PMS-Beschwerden. |
| 3 Gegen Bauchkrämpfe und Rückenschmerzen helfen Entspannung und Wärme, | Beine und Arme können dadurch anschwellen. |
| 4 Denn durch die Bewegung wird die Durchblutung gefördert, | aber auch Bewegung kann die Schmerzen vertreiben. |
| 5 Außerdem werden Glückshormone freigesetzt, | und Krämpfe werden gelöst. |
| 6 Wobei zu viel Anstrengung die PMS-Beschwerden verstärkt, | an PMS-Tagen sind Ausdauersportarten angesagt. |
| 7 Laufen, Rad fahren oder einfach spazieren gehen – | indem man Kaffee und Energydrinks auslässt. |
| 8 Auch ernährungstechnisch kann man sich Gutes tun, | alles was Spaß macht und nicht an die körperliche Leistungsgrenze führt, tut auch gut. |
| 9 Salzige Speisen fördern die Einlagerung von Wasser im Gewebe, | darauf zu achten, sich Gutes zu tun. |
| 10 Man fühlt sich noch aufgeblähter | Er bringt den Blutzuckerspiegel und damit auch die Laune ins Schwanken. |
| 11 Auch mit Zucker sollte sparsam umgegangen werden. | können die Symptome sehr unangenehm sein. |
| 12 Am besten hören Mädchen und Frauen in Sachen PMS einfach auf ihren Körper. | die die oftmals soundso schon angeschlagene Stimmung heben. |

Dos & Don'ts



- 1 Auch wenn PMS keine Krankheit ist, können die Symptome sehr unangenehm sein.
- 2 Daher ist es an diesen Tagen besonders wichtig, darauf zu achten, sich Gutes zu tun.
- 3 Gegen Bauchkrämpfe und Rückenschmerzen helfen Entspannung und Wärme, aber auch Bewegung kann die Schmerzen vertreiben.
- 4 Denn durch die Bewegung wird die Durchblutung gefördert, und Krämpfe werden gelöst.
- 5 Außerdem werden Glückshormone freigesetzt, die die oftmals soundso schon angeschlagene Stimmung heben.
- 6 Wobei zu viel Anstrengung die PMS-Beschwerden verstärkt, an PMS-Tagen sind Ausdauersportarten angesagt.
- 7 Laufen, Rad fahren oder einfach spazieren gehen – alles was Spaß macht und nicht an die körperliche Leistungsgrenze führt, tut auch gut.
- 8 Auch ernährungstechnisch kann man sich Gutes tun, indem man Kaffee und Energydrinks auslässt.
- 9 Salzige Speisen fördern die Einlagerung von Wasser im Gewebe, Beine und Arme können dadurch anschwellen.
- 10 Man fühlt sich noch aufgeblähter und legt an Gewicht zu.
- 11 Auch mit Zucker sollte sparsam umgegangen werden. Er bringt den Blutzuckerspiegel und damit auch die Laune ins Schwanken.
- 12 Am besten hören Mädchen und Frauen in Sachen PMS einfach auf ihren Körper. Alles was ihm gut tut, hilft gegen PMS-Beschwerden.

Erklärvideos leicht gemacht



Wie hängen CO₂ und Klimawandel zusammen? Was bewirkt ein Impfstoff im Körper?
Wieso wirkt sich ein niedrigeres Tempolimit positiv auf die Verkehrslage aus?
Und wie kann ich einen dicken, fetten Pickel abdecken, ohne dass er jeden sofort anlacht?

Antworten zu diesen und Unmengen anderer Fragen findet man in Erklärvideos im Internet, die oft mehrere Millionen Klicks und Views erreichen.

Die Verknüpfung von Ton und Bild macht es den Zuschauer*innen einfacher, die Informationen aufzunehmen und zu verstehen. Und die Konzentration aufs Wesentliche beschleunigt diesen Prozess nicht nur, sie macht ihn auch unterhaltsamer. Dank der anschaulichen Darstellung in Wort und bewegtem Bild bleiben die Informationen noch dazu länger im Gedächtnis.

Erklärvideos können ganz unterschiedlich aussehen: von einer einfach animierten Präsentation über Realbildaufnahmen bis hin zu einem echten Animationsfilm ist alles möglich.

Auch eingeschränkte technische Möglichkeiten sind kein Problem. Was zählt ist das Wissen über die eigenen Möglichkeiten und die richtige Idee, um eine Information zu vermitteln. Einfache Bilder und Skizzen, die mit der Hand ins Bild geschoben oder von Sprecher*innen in die Kamera gehalten werden, können mit jeder 3D-Animation mithalten. **Wichtig ist nur, dass die verwendeten Mittel klug gewählt sind und den Informationstransfer unterstützen.**

Du möchtest selbst ein Erklärvideo erstellen

Vier Fragen solltest du im Vorfeld schriftlich beantworten. Die Antworten helfen dir, auch während der Videoproduktion nie dein Ziel aus den Augen zu verlieren.

1. Ziel

Was ist das Ziel des Videos? Was möchtest du damit erreichen?



2. Inhalt bzw. Botschaft

Was möchtest du mit dem Video kommunizieren? Was ist der konkrete Inhalt, die konkrete Botschaft?



- Versuche, den Inhalt/die Botschaft deines Videos kurz und verständlich aufzuschreiben. Was sollen die Zuschauer*innen mitnehmen?
- Eine kurze Darstellung in maximal zwei einfachen Sätzen gelingt dir nicht? Vielleicht ist der Themenbereich zu groß gewählt. Versuche, den Inhalt weiter einzuschränken.

3. Zielgruppe

Wem möchtest du die Inhalte/Botschaften kommunizieren? Wer ist das Publikum?

Es jedem recht zu machen, wird schwierig. Je überschaubarer deine Zielgruppe ist und je besser du sie kennst, umso größer sind deine Chancen, sie mit deinem Video bzw. deinen Inhalten und deiner Botschaft auch wirklich zu erreichen.



4. Ressourcen

Welche Mittel stehen dir für die Gestaltung deines Videos zur Verfügung?
Wer kann dich unterstützen?

Liste auf, welche technischen Möglichkeiten und welche Personen mit welchen Fähigkeiten dir zur Umsetzung deines Erklärvideos zur Verfügung stehen.

So stellst du sicher, dass du bei der Entwicklung deines Drehbuchs nicht übers Ziel hinausschießt.

Alle Fragen beantwortet? Schlaf eine Nacht drüber und lies dir deine Antworten noch einmal durch. Sprich auch mit anderen darüber – je früher du Fehler in deinen Überlegungen bemerkst, umso besser.

Drehbuch



Für ein erfolgreiches Erklärvideo braucht es kein großes Budget und keine tollen technischen Möglichkeiten. Was es allerdings braucht, ist ein gutes Drehbuch. Mit ihm stellst du sicher, dass alles, was du zeigen möchtest, auch tatsächlich gezeigt wird. Hier ordnest du all deine Informationen und sorgst dafür, dass sie verständlich und überzeugend vermittelt werden. Und dass dein Publikum dabei auch noch unterhalten wird.

In der Kürze liegt die Würze!

Was ist das Ziel des Videos? Was möchtest du damit erreichen?

⇒ **Notiere die Inhalte, die du vermitteln möchtest** und reduziere sie anschließend auf das Wesentliche. Wiederhole diesen Vorgang mehrere Male, bis alles nicht wirklich Notwendige entsorgt ist.

Köder auswerfen!

Die ersten acht Sekunden entscheiden darüber, ob jemand dein Video bis zum Ende anschaut oder wegklickt.

⇒ **Was ist dein Köder?** Womit erregst du die Aufmerksamkeit deiner Zuschauer*innen und motivierst sie zum Weiterschauen?

Nie dein Publikum vergessen!

Du weißt, wen du mit dem Erklärvideo erreichen möchtest. Beim Schreiben des Drehbuchs musst du dich in diese Personen und deren Lebenswelt hineinversetzen. Nur so kannst du sie auch mit deinem Video erreichen.

⇒ **Stell dir bei jeder Szenenbeschreibung und jedem Text die nachfolgenden Fragen:**

- Welche Sprache sprechen die Personen, die ich erreichen möchte?
- Welche Bilder bzw. Szenarien finden sie ansprechend, was schreckt sie ab?
- Welche Probleme haben sie, welche Bedürfnisse, Hoffnungen und Wünsche?

So schaffst du in deinem Video ein Umfeld, in dem sich die Zielgruppe zu Hause und verstanden fühlt.

⇒ **Begegne deinen Zuschauer*innen auf Augenhöhe.** Belehrungen schrecken ab. Rhetorische Fragen, die zeigen, dass du die Zielgruppe verstehst, machen Lust aufs Weiterschauen.

Erzähle eine Geschichte!

Verpacke deinen Inhalt in eine Geschichte. Figuren und Handlung machen es nicht nur einfacher, Inhalte zu verstehen. Sie führen auch dazu, dass man sich Inhalte länger merkt. Indem du Gefühle bei den Zuschauer*innen erzeugst, wird dieser Merkeffekt noch verstärkt.

Einfach & kurz!

Wortwahl und Satzbau bestimmen, wie verständlich dein Text ist. Das gilt für den Sprechertext, aber auch für Untertitel.

⇒ **Leicht verständlich sind häufig verwendete, allgemein bekannte Wörter (Umgangssprache), kurze Wörter und konkrete, bildhafte Wörter.**

Entscheidend ist nicht nur, was gesagt wird, sondern auch, wer es sagt.

Besonders überzeugend wirken Menschen,

- wenn sie über spezielle Erfahrungen und Kenntnisse verfügen.
- wenn sie Expert*innen auf einem bestimmten Gebiet sind.
- wenn man Vertrauen zu ihnen hat.
- wenn man glaubt, sich auf die Aussagen dieser Person/en verlassen zu können.
- wenn man die Person/en sympathisch findet.

⇒ **Falls du jemanden ins Bild rückst, solltest du gut überlegen, ob diese Person für deine Zielgruppe auch glaubwürdig ist.**

Du willst dein Erklärvideo noch attraktiver machen?

⇒ **Stelle Fragen, bevor du sie beantwortest!**
Das beschäftigt die Seher*innen und hält sie am Ball.

⇒ **Füge Untertitel hinzu!**
Diese Texte am unteren Bildschirmrand geben den Inhalt des jeweiligen Bildschirms wieder. Je mehr Sinneskanäle du nutzt, umso eher kommt der Inhalt, den du transportieren möchtest, beim Publikum an.
Außerdem wird dein Video so barrierefrei und ist auch für hörbehinderte Menschen nutzbar.

⇒ **Animationen beleben dein Video!**
Videos, die nur aus statischen Bildern oder Text bestehen, werden rasch langweilig. Mit animierten Grafiken bringst du Bewegung in dein Video und hältst das Publikum am Ball. Außerdem kannst du damit auch wichtige Botschaften hervorheben.
Dafür brauchst du keine Trickfilmtechnik: oft reicht schon ein Zoom auf ein Bildelement oder ein Pfeil, der eingeblendet wird.

Challenge: Sprechtext



Sprechtext wird fürs Ohr und nicht fürs Auge geschrieben.
Anders als Leser*innen können Zuhörer*innen übers Tempo nicht selbst bestimmen. Sie sind den Sprecher*innen ausgeliefert.

Damit deine Informationen und Botschaften trotzdem bei ihnen ankommen, solltest du ein paar einfache Regeln beachten.



Informiere dein Publikum Schritt für Schritt in kurzen Sätzen!

Packe nicht zu viele Informationen in einen Satz.
Achte darauf, dass deine Sätze nicht zu lang, verschachtelt oder inhaltlich überladen sind.

Der weibliche Zyklus, der durch Hormone, von unserem Körper produzierte Botenstoffe, gesteuert wird, dauert im Normalfall zwischen 21 und 35 Tagen, und zwar vom ersten Tag der Regelblutung bis zum letzten Tag vor der nächsten Periode.



Vermeide Verbklammern!

In der deutschen Sprache steht das Hauptzeitwort in zweiteiligen Prädikaten am Ende eines Satzes. In Sprechtexten sollten solche Verbklammern vermieden werden.

PMS ist untrennbar mit den Hormonschwankungen rund um den weiblichen Zyklus verbunden.



Wiederhole zentrale Begriffe!

Bei Lesetexten gelten Wortwiederholungen als Ausdrucksfehler.
Ganz anders ist es bei Hörtexten. Denn beim ersten Hören werden wichtige Begriffe oft nicht gleich verstanden oder als solche erkannt. Daher sollten wichtige Begriffe wiederholt werden.
Wiederholung schafft Verständlichkeit.

Hormone steuern nicht nur den weiblichen Zyklus, sie sind auch wesentlicher Grund für PMS.
Ein Botenstoff ist Östrogen.



Meide den Nominalstil!

Nomen sind schwieriger verständlich als Verben. Daher sollte man den Nominalstil meiden.

Ein PMS-Symptom sind Wasseransammlungen. Sie führen zum Anschwellen von Beinen und Händen sowie zur kurzfristigen Gewichtszunahme.



Meide Wortzusammensetzungen!

Lange zusammengesetzte Wörter sind beim Hören schwer zu verstehen.

Es gibt zahlreiche PMS-Symptom-Vorbeugungsmaßnahmen.



Meide die Reihung von präpositionalen Fügungen!

Präpositionen sind Verhältniswörter. Sie setzen Wörter zueinander in Beziehung, wie zum Beispiel: an, auf, bei, für, neben, über, zu, ...
Jede Präposition leitet eine Information ein. Bei einer Häufung präpositionaler Fügungen wird ein Satz mit zu vielen Informationen überladen.

Es gibt auch Ursachen für Beschwerden im Vorfeld der Menstruation, auf die wir anders als beim Hormonhaushalt dank einfacher Verhaltensänderungen selbst direkten Einfluss nehmen können: etwa Nikotin und Alkohol.



Vermeide Anhäufungen von Adjektiven und Partizipien!

Zu viele Zusatzinformationen erschweren die Textverständlichkeit.

Zyklische Hormonschwankungen führen zu vermehrten Wasseransammlungen im Gewebe und damit zu anschwellenden Beinen und Armen und sich kurzfristig erhöhendem Gewicht.

- ✓ **Ob ein Sprechtext gelungen ist, erkennst du am besten, wenn du ihn laut vorliest. Überall wo du beim Sprechen stolperst, solltest du den Text noch einmal überprüfen.**
- ✓ **Und Achtung: Sprechtext darf nicht einfach nur vorgelesen, sondern muss erzählt werden. Sonst wirkt er langweilig und im schlimmsten aller Fälle sogar sinnentleert.**

Challenge: Sprechtext



Informiere dein Publikum Schritt für Schritt in kurzen Sätzen!

Der weibliche Zyklus, der durch Hormone, von unserem Körper produzierte Botenstoffe, gesteuert wird, dauert im Normalfall zwischen 21 und 35 Tagen, und zwar vom ersten Tag der Regelblutung bis zum letzten Tag vor der nächsten Periode.

Der weibliche Zyklus dauert vom ersten Tag der Regelblutung bis zum letzten Tag vor der nächsten Periode. Das sind im Normalfall zwischen 21 und 35 Tagen. Gesteuert wird er durch Hormone. Das sind Botenstoffe, die unser Körper selbst produziert.



Vermeide Verklammern!

PMS ist untrennbar mit den Hormonschwankungen rund um den weiblichen Zyklus verbunden.

PMS ist untrennbar verbunden mit den Hormonschwankungen rund um den weiblichen Zyklus.



Wiederhole zentrale Begriffe!

Hormone steuern nicht nur den weiblichen Zyklus, sie sind auch wesentlicher Grund für PMS. Ein Botenstoff ist Östrogen.

Hormone steuern nicht nur den weiblichen Zyklus, sie sind auch wesentlicher Grund für PMS. Eines dieser Hormone ist Östrogen.



Meide den Nominalstil!

Ein PMS-Symptom sind Wasseransammlungen. Sie führen zum Anschwellen von Beinen und Händen sowie zur kurzfristigen Gewichtszunahme.

Ein PMS-Symptom sind Wasseransammlungen. Sie führen dazu, dass Beine und Hände anschwellen und man kurzfristig Gewicht zulegt.



Meide Wortzusammensetzungen!

Es gibt zahlreiche PMS-Symptom-Vorbeugungsmaßnahmen.

Es gibt zahlreiche Maßnahmen, mit denen man PMS-Symptomen vorbeugen kann.



Meide die Reihung von präpositionalen Fügungen!

Es gibt auch Ursachen für Beschwerden im Vorfeld der Menstruation, auf die wir anders als beim Hormonhaushalt dank einfacher Verhaltensänderungen selbst direkten Einfluss nehmen können: etwa Nikotin und Alkohol.

Nicht nur Hormone verursachen Beschwerden im Vorfeld der Menstruation. Auch Nikotin und Alkohol wirken sich negativ aus. Diese beiden Ursachen kann man selbst einfach vermeiden.



Vermeide Anhäufungen von Adjektiven und Partizipien!

Zyklische Hormonschwankungen führen zu vermehrten Wasseransammlungen im Gewebe und damit zu anschwellenden Beinen und Armen und sich kurzfristig erhöhendem Gewicht.

Hormonschwankungen während des Zyklus führen dazu, dass sich mehr Wasser im Gewebe ansammelt. Dadurch schwellen Beine und Arme an, und das Gewicht kann sich kurzfristig erhöhen.

Tipps fürs Sprechen



Übe laut!

Nur wer laut liest, findet die richtige Sprechweise für den Text.

Variiere dein Sprechtempo!

Sprichst du zu langsam, werden deine Hörer*innen unaufmerksam. Oft verliert der Text dadurch sogar seinen Sinngehalt.
Sprichst du zu schnell, kommen die Hörer*innen mit dem Zuhören und Verarbeiten nicht mit. Indem du dein Sprechtempo variierst, belebst du die Aufnahme. Nebensächliches und Zusatzinfos kannst du etwas rascher sprechen, bei wichtigen Zusammenhängen dafür etwas langsamer werden. Die Übergänge sollten dabei fließend sein.

Du musst schnell sprechen, um den Text unterzubringen? Offensichtlich ist dein Text zu lang. Streich ein paar Textzeilen.

Mach Pausen!

Beim Sprechen eines Textes sind Pausen eines der wichtigsten Gestaltungsmittel. Hörer*innen können nicht zurückblättern, sie sind deinem Sprechtempo ausgeliefert. Gönn ihnen beim Hören diese Pausen. Sie erleichtern ihnen das Verstehen und dir das Sprechen.

Bleib bei einer Lautstärke!

Bei Live-Vorträgen ist die Lautstärkevariation ein wichtiges Gestaltungsmittel. Bei Sprachaufnahmen ist sie ein Ärgernis, weil entweder die Technik oder die Zuhörer*innen die Lautstärke ständig regulieren müssen.

Sprich dich vor der Aufnahme ein!

Das macht deine Stimme frei und hilft, Nervosität in den Griff zu bekommen.

Aufrechtes Stehen wirkt sich positiv auf den Stimmklang aus.

Und nicht vergessen: Störquellen entfernen!

Checke vor der Aufnahme, ob mögliche Störquellen ausgeschaltet sind: Smartphones, Laptoplüfter, knarrende Türen, ...