



# Voll verzuckert – That Sugar Film

Kinostart: 29.10.2015

**Um die Folgen des Zuckerkonsums auf seine Gesundheit zu prüfen, unternimmt der Filmmacher Damon Gameau einem Selbstversuch: 60 Tage lang ernährt er sich ausschließlich von als gesund deklariertem Essen. Das Resultat ist erschreckend.**

Zucker ist heute in nahezu allen industriell produzierten Nahrungsmitteln vorhanden. Über ihren Zuckerkonsum machen sich dennoch die wenigsten Menschen Gedanken. Unsere Monatsausgabe im November behandelt das Thema Ernährung mit dem Schwerpunkt Zucker. Der australische Filmmacher Damon Gameau unternimmt in „Voll verzuckert – That Sugar Film“ einen Selbstversuch: 60 Tage lang ernährt er sich ausschließlich von als gesund deklariertem Lebensmitteln mit dem durchschnittlichen Zuckergehalt,

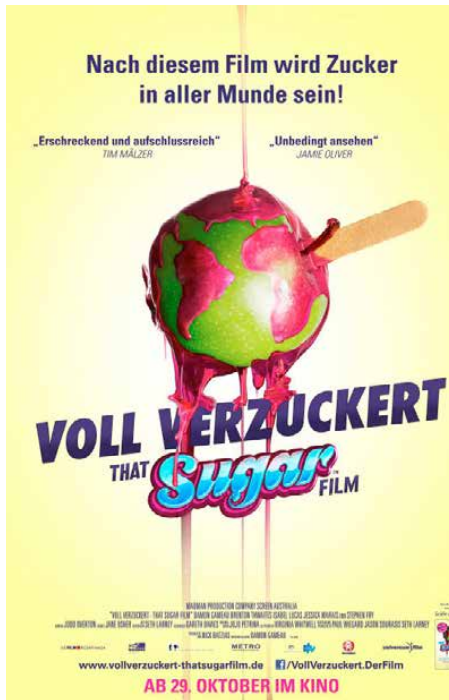
den die australische Bevölkerung konsumiert – 40 Teelöffel Zucker täglich. Gesundheitliche Folgen machen sich schnell bemerkbar. Mit der Ökotrophologin Manuela Marin sprachen wir über die Voraussetzungen für eine gesunde Ernährung. Unsere Hintergrundartikel beleuchten die visuellen Stilmittel von Damon Gameaus Dokumentarfilm und die Arbeit der Zucker-Lobby. Begleitend zu den Texten gibt es Unterrichtsvorschläge und Aufgabenblätter.

## INHALT

---

Filmbesprechung	<b>Voll verzuckert – That Sugar Film</b>
Interview	<b>„Jeder kann sich ohne künstlichen Zucker ernähren“</b>
Hintergrund	<b>Infotainment zur Aufklärung: Spezialeffekte und Situationskomik in „Voll verzuckert – That Sugar Film“</b>
Hintergrund	<b>Lobbyismus in der Zuckerindustrie</b>
Anregungen für den Unterricht	<b>Unterrichtsvorschläge für die Fächer Biologie, Deutsch, Sozialkunde, Sachkunde, Ethik und Wirtschaft</b>
Arbeitsblätter	<b>Sechs themenbezogene Aufgaben zur Arbeit mit dem Film</b>

## FILMBESPRECHUNG



## Voll verzuckert – That Sugar Film

USA 2014

Dokumentarfilm

Kinostart: 29.10.2014

Verleih: Universum Film

Regie und Drehbuch: Damon Gameau

Mitwirkende: Damon Gameau, Zoe Tuckwell-Smith, Hugh Jackman, Stephen Fry, Brenton Thwaites, Isabel Lucas u.a. u.a.

Kamera: Judd Overton

Laufzeit: 102 min, Dt. F., OmU

Format: Digital, Farbe

FSK: ohne Altersbeschränkung

Altersempfehlung: ab 12 J.

Klassenstufen: ab 7. Klasse

Themen: Ernährung, Sucht/Suchtgefahren, Erziehung, Kapitalismus, Werbung, Gesellschaft, Forschung, Lobbyismus, Popkultur, Verantwortung

Unterrichtsfächer: Biologie, Deutsch, Sozialkunde, Sachkunde, Ethik, Wirtschaft

Der 24. September 1955 war ein bedeutsames Datum für die Ernährungsforschung. An diesem Tag erlitt US-Präsident Dwight D. Eisenhower einen Herzinfarkt, der die Öffentlichkeit auf ein gesellschaftliches Phänomen aufmerksam machte: die Zunahme von Herzerkrankungen in der amerikanischen Bevölkerung. In den folgenden zwanzig Jahren bildeten sich unter Ernährungsexpertinnen und -experten zwei Fraktionen heraus. 1956 schrieb der US-Amerikaner Ancel Keys gesättigten Fettsäuren in tierischen Produkten die Schuld für die wachsende Zahl an chronischen Herzerkrankungen zu. Der englische Physiologe John Yudkin identifizierte in seinem 1972 veröffentlichten Buch „Süß, aber gefährlich“ (deutsche Übersetzung 1974) hingegen raffinierten Industriezucker als größte Gefahr für die Gesundheit des Menschen. Keys gewann den Expertenstreit und beeinflusste mit seiner These die öffentliche Meinung: In den 1980er-Jahren erklärte die US-Gesundheitspolitik fettarme Ernährung für unbedenklich. Als Konsequenz begann die Nahrungsmittelindustrie, Cholesterin durch hochkonzentrierten Fruchtzucker wie Maissirup zu ersetzen.

### Selbstversuch am eigenen Körper

Der Streit zwischen Keys- und Yudkin-Anhängern ist nur eine Fußnote in Damon Gameaus Dokumentarfilm „Voll verzuckert – That Sugar Film“, doch beide Wissenschaftler fungieren als Kronzeugen für den historischen Irrtum. Der australische Schauspieler und Filmemacher will in seinem Film die Folgen des Zuckerkonsums auf seine eigene Gesundheit testen und unterzieht sich dafür einem Selbstversuch: 60 Tage lang wird er sich ausschließlich von als gesund und „natürlich“ deklariertem Essen ernähren und dabei täglich 40 Teelöffel Zucker zu sich nehmen – die durchschnittliche Ration der australischen Bevölkerung. Beraten wird er von einem Team aus Ärztinnen und Ärzten und Ernährungswissenschaftlerinnen und -wissenschaftlern, die mit zunehmender Besorgnis sein Experiment beaufsichtigen. Die Folgen der Ernährungsumstellung werden bald sichtbar: In zwölf Tagen nimmt Gameau 3,2 Kilo zu, nach drei Wochen zeigt er erste Anzeichen einer Fettleber – obwohl sich die Kalorienwerte seiner Nahrung nicht geändert haben und er weiterhin Sport treibt. Verblüfft von diesen ersten Ergebnissen stellt

## FILMBESPRECHUNG



er Nachforschungen über die Ursachen für seinen sich rasch verschlechternden Gesundheitszustand an.

### Die Folgen des Zuckerkonsums

Damon Gameau übernimmt in „Voll verzuckert – That Sugar Film“ eine Doppelrolle als Erzähler und Versuchskaninchen. Mit Charme und Witz führt er das Publikum durch sein Experiment, gelegentlich unterstützt von prominenten Gästen wie Hugh Jackman und Stephen Fry, die in humorvollen Einschüben Hintergründe zum Thema Zucker erläutern. Im Mittelpunkt aber steht Gameau, der die unterschiedlichsten Orte aufsucht, um Belege für die schädlichen Folgen des Zuckerkonsums zusammenzutragen: die Aborigine-Gemeinde Amata, die 2007 alle Zuckerprodukte aus ihren Supermärkten verbannte; die Kleinstadt Barbourville im verarmten US-Bundesstaat Kentucky, in der ihm der Zahnarzt Edwin Smith das unter Kindern und Jugendlichen verbreitete Phänomen des nach dem Softdrink benannten „Mountain-Dew-Munds“ demonstriert; oder gar – mit Hilfe von CGI-Animationen – die Leber des Schauspielers Brenton Thwaites, in die er sich in Anlehnung an den Science-Fiction-Film „Die phantastische Reise“ (1966) begibt, um den Zuckerstoffwechsel aus nächster Nähe zu erklären.

### Clip-Ästhetik statt Talking Heads

Solche visuellen Spielereien machen den besonderen Reiz von Gameaus populärwissenschaftlichem Ansatz aus. Der Regisseur erzielt durch seine persönlichen Erfahrungen, die er mit seinem Publikum und via Skype-Kamera mit seiner schwangeren Freundin teilt, ein hohes Identifikationspotenzial gerade für junge Zuschauende, für die medizinische Fakten allein möglicherweise zu trocken wären. Das Prinzip, sachliche Interviews und kurze Sketch- und Musiceinlagen zu

kombinieren, ermöglicht es ihm, mit seiner Darstellung eines gesellschaftlichen Problems eine möglichst große Zielgruppe zu erreichen. Selbst den Dokumentarfilm-Standard der Talking Heads umgeht Gameau spielerisch, indem er die Köpfe seiner Expertinnen und Experten z.B. auf Lebensmittelverpackungen platziert.

### Die Rolle der Nahrungsmittelindustrie

Neben wissenschaftlichen Standards folgt „Voll verzuckert – That Sugar Film“ auch einem journalistischen Ansatz, denn Gameau beleuchtet genauso die Rolle der Nahrungsmittelkonzerne, die wie im Fall der Keys-Studie wissenschaftliche Forschungsergebnisse benutzen, um die Politik zu beeinflussen. So erzählt der Ernährungsforscher John Sievenpiper unverblümt vor der Kamera, dass Coca-Cola seine „zuckerfreundlichen“ Forschungen finanziell unterstützt. Der populärwissenschaftliche Ansatz ist jedoch nicht ganz unproblematisch, weil sich „Personality-Dokumentarfilmer“ wie Morgan Spurlock („Super Size Me“), Michael Moore („Fahrenheit 9/11“) oder Damon Gameau gerne des rhetorischen Stilmittels der Polemik bedienen. So verwendet der Australier Gameau immer wieder Bilder von übergewichtigen US-Amerikanerinnen und -Amerikanern, um seine Argumente zu bekräftigen. Auch geht sein Film nur am Rande auf die sozialen Gründe – wie Armut oder Bildung – für die starke Verbreitung von Adipositas in westlichen Gesellschaften ein. Insgesamt überwiegen jedoch die positiven Aspekte von „Voll verzuckert – That Sugar Film“, der kritisch und leicht verständlich den aktuellen Erkenntnisstand über die Volksdroge Zucker zusammenfasst.

Autor: Andreas Busche, Filmkritiker und Kinofenster-Redakteur, 29.10.2015

## INTERVIEW

**MANUELA MARIN**

Manuela Marin arbeitet seit fast 20 Jahren als selbstständige Diplom-Ökotrophologin in Berlin. Sie hat Ökotrophologie, Fachrichtung Ernährungswissenschaften, an der Universität Bonn und der Washington State University studiert. Nach einer zweijährigen wissenschaftlichen Tätigkeit an der Universität Bonn und der Technischen Universität Berlin arbeitete sie als Dozentin/Referentin in Aus- und Weiterbildungseinrichtungen sowie in der betrieblichen Gesundheitsförderung. Sie ist Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) und des Berufsverbands Ökotrophologie (VDOE).

## „Jeder kann sich ohne künstlichen Zucker ernähren“

In unserem Interview kommentiert die Ernährungsexpertin Manuela Marin einige Ergebnisse von Damon Gameaus Selbstversuch und gibt Tipps, worauf Eltern bei der Ernährung ihrer Kinder achten sollten.

### **Frau Marin, ist der Zuckerkonsum für die menschliche Gesundheit tatsächlich so schädlich, wie „Voll verzuckert – That Sugar Film behauptet?“**

Da möchte ich den Arzt und Philosophen Paracelsus zitieren: Die Dosis macht das Gift. Zucker ist per se nicht schädlich. Wenn aber der Mensch so viele gezuckerte Produkte zu sich nimmt, wie es in Industrieländern der Fall ist, dann ist das des Guten zu viel. Darunter leidet dann oft die Gesundheit.

### **Im Film wird erläutert, dass nicht alle Zuckerarten gleichermaßen nachteilig sind. Warum ist gerade Fruchtzucker so ungesund?**

Das Bundesinstitut für Risikobewertungen hat dazu 2009 Stellung genommen. Es hat die frühere Empfehlung von Fruktose als Ersatzstoff für Diabetiker zurückgenommen, denn die Fruktose ist bei einem Konsum in hohen Mengen – wie es im Film geschildert wird – mitverantwortlich für das Metabolische Syndrom, also das gleichzeitige Vorliegen von Übergewicht, Fettstoffwechselstörungen, Bluthochdruck und Diabetes. Man hat herausgefunden, dass die Fruktose das normale Sättigungsgefühl beeinträchtigt, sodass der Appetit auf Süßes zunimmt. Wenn die Fruktose in der Leber eingelagert und in Fett umgebaut wird, entsteht wie bei zu viel Alkohol eine Fettleber. Das ist das erste Anzeichen des Metabolischen Syndroms. Deshalb muss man beim Fruchtzucker unbedingt auf die Menge achten.

### **Die Nahrungsmittelindustrie hat Tricks entwickelt, um Zucker auf der Zutatenliste zu verschleiern. Wie kann man ihn dennoch erkennen?**

Alle Zutaten eines Fertiglernmittels müssen auf der Zutatenliste gekennzeichnet werden. Wenn Zucker dort erst am Ende steht, glauben Verbraucher gern, dass das Produkt zuckerarm ist. Wenn man genauer hinsieht, findet man aber oft Begriffe, die auf „-ose“ oder „-sirup“ enden. Sie weisen auf Zucker hin. Ob Fruktose, Dextrose, Glukose, Maltose oder Maltosesirup, das alles ist letztlich nichts anderes als Zucker, ebenso wie die „natürliche Fruchtsüße“.

## INTERVIEW

**In einer Passage des Films ist von neurologischen Störungen bei Kindern durch Zuckerkonsum die Rede. Kommen die tatsächlich vor? Wie können Eltern dies verhindern?**

Hier befinden wir uns wie so oft beim Thema Ernährung im Grenzbe- reich zur Psychologie. Die Nahrungsmittelaufnahme ist ein multifakto- rieller Prozess, der auf sozialen, physischen und ernährungsphysiologi- schen Voraussetzungen beruht. Es wird schwierig sein herauszufinden, ob der Zucker oder eine Verknüpfung diverser Faktoren eine solche Störung verursacht. An der Stelle wäre ich sehr vorsichtig. Ich verweise nur auf das Thema hyperaktive Kinder, das lange Zeit gerne mit Zucker und Phosphaten zusammengebracht wurde. Man konnte das nie endgültig beweisen, ebenso wenig allerdings das Gegenteil.

**Wie definiert die Wissenschaft nach jüngsten Er- kenntnissen „gesunde Ernährung“? Gehört dazu auch der Verzehr von Zucker?**

In dieser Hinsicht richte ich mich nach den Empfehlungen der Deut- schen Gesellschaft für Ernährung (DGE), die zehn Regeln für eine ausgewogene Ernährung aufgestellt hat. Grundsätzlich lässt sich sagen: Es kommt auf die gesunde Mischung an. Natürlich haben pflanzliche Nahrungsmittel Vorrang. Aber Zucker ist keineswegs verboten. Anderer- seits nennt die DGE Obergrenzen. So sollte ein Mensch maximal zehn Prozent seiner täglichen Energiezufuhr durch Zucker bestreiten. Wenn wir einen durchschnittlichen Tagesverbrauch von 2000 Kalorien anset- zen, sollte man also Zucker im Wert von nur 200 Kalorien aufnehmen. Diese Menge ist mit Süßigkeiten oder Softdrinks relativ schnell erreicht.

**Welchen Einfluss können Eltern nehmen, um ihre Kinder für den Zuckerkonsum zu sensibilisieren?**

An erster Stelle steht natürlich immer das eigene Verhalten. Wie viel Zucker esse ich selbst? Welche Produkte konsumiere ich? Nur Fertig- produkte oder auch mal ein selbst gekochtes Gericht? Da werden sich Kinder viel anschauen. Vor allem sollten Eltern auch auf die Getränke schauen, die ihre Kinder konsumieren. Bei Kindern sind gesüßte Geträn- ke sehr beliebt, dennoch sollte man sie nur in Ausnahmefällen anbieten.

**Wie kann die Aufklärung über die Wirkungen von Zucker auf den menschlichen Körper generell an den Schulen verbessert werden?**

Wir plädieren schon seit Jahren dafür, dass Ernährungslehre zum Schul- fach wird. Es gibt bereits lobenswerte Initiativen wie den Auswertungs- und Informationsdienst der deutschen Landwirtschaft, der einen Ernäh- rungsführerschein in Grundschulen anbietet. Aber das ist natürlich alles andere als flächendeckend, allein schon wegen der Kosten. In diesem Zusammenhang muss man bedenken, dass das Wissen ja im Prinzip oft schon vorhanden ist. Am Ende hapert es bei Kindern wie Erwachsenen an der Umsetzung. Diese Schwelle zu überschreiten, fällt leichter, wenn

## INTERVIEW

---

ich mit den Kindern auch etwas Praktisches machen kann, wie zum Beispiel das Kochen in der Schulküche.

**Am Ende des Films will sich der Regisseur gesund ernähren, indem er vollständig auf Zucker verzichtet. Geht das?**

Ja, das Gehirn ist zwar in jeder Sekunde auf Glukose, sprich Traubenzucker, angewiesen. Durch stärkehaltige Produkte oder Obst mit natürlichem Traubenzucker kann der Körper das Gehirn aber ausreichend mit Glukose versorgen. Industriezucker oder andere Zuckersorten wie Maltose braucht der Mensch nicht. Insofern kann sich jeder ohne künstlichen Zucker ernähren.

*Autor: Reinhard Kleber, Journalist  
mit den Arbeitsschwerpunkten Film und Medien, 29.10.2015*

## HINTERGRUND 1



## Infotainment zur Aufklärung: Spezialeffekte und Situationskomik in „Voll verzuckert – That Sugar Film“

Eine assoziative Montage steht am Anfang von „Voll verzuckert – That Sugar Film“. Zum euphorischen Popsong „Just Can't Get Enough“ von Depeche Mode sieht man in hoher Schnittfrequenz farbgesättigte Zuckerimpressionen: Über Fließbänder rollen Unmengen an Süßigkeiten, Maschinen überziehen Schaumküsse mit Kuvertüre, Mandeln purzeln in Schokoladensoße, Zuckerperlen auf Cupcakes. Die Kamera gleitet über Landschaften aus Fruchtgummibergen und Schokoladenflüssen und erfasst schließlich den Erzähler des Films. Auf einem Zuckerhügel sitzt eine Miniaturversion des Regisseurs und Autors Damon Gameau und berichtet von seinen Erfahrungen mit dem Nahrungsmittel Zucker.

### Exkursion in den menschlichen Körper

Schon diese Eröffnungssequenz zeigt, dass Gameau sich mit „Voll verzuckert – That Sugar Film“ an einer poppigen Werbeclip-Ästhetik orientiert und humorvolle Gestaltungsmittel und Spezialeffekte für eine jugendgerechte Vermittlung seines Themas einsetzt. Ein wiederkehrendes Stilmittel ist das Spiel mit Größenverhältnissen. Hier tritt der Regisseur

selbst mehrfach als „Däumling“ auf: Er steht als Anschauungsobjekt in Reagenzgläsern oder begibt sich auf eine Reise in das Innere des menschlichen Körpers. So geht Gameau mit Schutzhelm bewehrt auf eine fantasievolle Exkursion in den Körper des Schauspielers Brenton Thwaites: Er reist durch Blutbahnen, reitet auf verfetteten Zuckermolekülen und erklärt dabei die Wirkung von Fruchtzucker in der Leber. Nicht von ungefähr erinnert diese tricktechnische Reise an die französische Zeichentrickserie „Es war einmal ... das Leben“ (1987). Auch dieser Lehrfilm-Klassiker erklärte den menschlichen Körper und die Funktionen der Organe mit Comic-Animationen und witzigen Dialoge auf verständliche und zugleich unterhaltsame Weise. Solche ungewöhnlichen Perspektiven und Innenansichten helfen Gameau, komplexe Zusammenhänge zu veranschaulichen und gezielt die Aufmerksamkeit eines jungen Publikums zu schärfen.

### Wissenschaftler als Superhelden

Der Regisseur bedient sich noch anderer visueller Tricks. Einige seiner Interviewpartner/-innen filmt er vor Green



## HINTERGRUND 1

Screens und projiziert ihre Köpfe im Film auf Lebensmittelverpackungen oder die Monitore medizinischer Messgeräte. Wenn zum Beispiel der Ernährungsberater Gary Taubes als Talking Head vom Etikett einer Müslischachtel herab spricht, bekommen dessen Erklärungen eine humorvolle Note. Sein Expertenteam stellt Gameau wiederum im Stile eines Superhelden-Comics mit durchgeknallten Inserts vor: Seine Ärztin Debbie Herbst trägt Basecap und Hip-Hop-Goldkette und erhält den Namen „Dr. Checkerin“, der Klinikpathologe Ken Sikaris, ausgestattet mit Vampircape und Blutampulle, wird zu „Professor Blut“. Der Comic-Stil charakterisiert Gameaus Spezialisten auf spielerische Weise und stellt damit eine einprägsamere Einführung dar als die aus dem Fernsehen bekannten Einblendungen in der unteren Bildhälfte, die sogenannten „Bauchbinden“.

### Prominente Unterstützung

Gameaus Bemühungen um eine populärwissenschaftliche Vermittlung gehen so weit, dass er den australischen Schauspieler Hugh Jackman und den britischen Komiker Stephen Fry für Gastauftritte gewinnen konnte. Jackman präsentiert in der Tradition eines Music-Hall-Entertainers im Schnelldurchlauf die Kulturgeschichte des Zuckers: Historische Episoden visualisiert er, indem er mit Kristallzucker auf einem Lichtpanel „malt“, Pointen werden im Stil einer Sitcom mit Gelächter aus dem Off kommentiert. Stephen Fry stellt in seinem kurzen Segment die „Familie Zucker“ in ihren unterschiedlichen Erscheinungsformen vor: Glukose (Traubenzucker), Laktose (Milchzucker), Saccharose (Kristallzucker) und Fruktose (Fruchtzucker). Zur Illustration kommen während seiner Präsentation wie im Theater die jeweiligen Worte und Bilder von Lebensmitteln an Seilen von der Decke. Die Bühnenshows stellen ein weiteres komödiantisches Format dar, mit denen sich „Voll verzuckert – That Sugar Film“ vom klassischen Dokumentarfilm unterscheidet.

Statt seine Thesen ausschließlich mit Archivaufnahmen und Experteninterviews zu unterstreichen, wählt Gameau also einen didaktischeren Ansatz der Vermittlung. Die animierten Schlagworte und Bildelemente heben wichtige Themen hervor und verwandeln die Kinoleinwand in eine interaktive Tafel. So zählt in einer Szene die Schauspielerin Isabel Lucas die verschiedenen Begriffe auf, welche die Nahrungs-

mittelindustrie für den schädlichen Zusatz „konzentrierter Fruchtzucker“ erfunden hat, während die Worte visualisiert durch das Bild wandern. Schauspieler/-innen erfüllen neben den Expertinnen und Experten in „Voll verzuckert – That Sugar Film“ eine wichtige Funktion.

### Emotionale Vermittlung

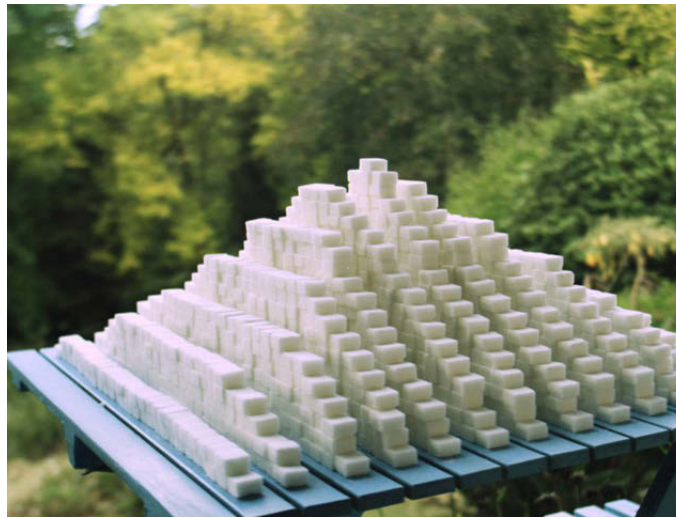
Auch Regisseur Damon Gameau bleibt nicht unauffällig hinter der Kamera. In seiner Selbstinszenierung als Versuchskaninchen verlässt er bewusst die Rolle des objektiven Beobachters. Um das Thema seines Films einführender darzustellen, setzt er beispielsweise auf seine persönlichen Erfahrungen und bettet das Experiment in sein Privatleben ein. Nicht zuletzt ist die Schwangerschaft seiner Freundin Zoe für Gameau ein Beweggrund, sich mit dem Thema Ernährung und gesunder Lebensweise zu beschäftigen. In Gesprächen mit Zoe rekapituliert er seine physischen und psychischen Veränderungen. Indirekt sind diese intimen Ansprachen immer auch an sein Kinopublikum gerichtet, das durch die Anteilnahme der Freundin eine emotionale Bindung zu Gameau entwickeln soll.

### Infotainment und investigative Recherche

Persönliche Erfahrungen verknüpft Gameau jedoch auch mit investigativen Recherchen, die ihn um die halbe Welt führen. Dieser Infotainment-Strategie bediente sich bereits Morgan Spurlock in seinem Dokumentarfilm „Super Size Me“. Auch Spurlock machte sich zum Subjekt seiner Erzählung und lieferte durch einen Selbstversuch anschauliche Beweise für die Gefahren des Fast-Food-Konsums. Dennoch unterscheiden sich die Ansätze bei näherem Hinsehen. „Voll verzuckert – That Sugar Film“ wirkt weniger agitatorisch und plakativ, da Gameau die Gefahren des Zuckerkonsums nicht an naheliegenden Beispielen wie Süßigkeiten oder Fast-Food aufzeigt, sondern sich auf vermeintlich gesunde Lebensmittel konzentriert. Bei allem Humor wirkt die Botschaft von Damon Gameau ernsthafter – und sein Auftritt dadurch weniger selbstverliebt.

*Autor: Friederike Horstmann, Filmjournalistin  
und Kunsthistorikerin, 29.10.2015*

## HINTERGRUND 2



## Lobbyismus in der Zuckerindustrie

Die Politik hat die Verantwortung, die Menschen zu schützen. Zu diesem Zweck werden Gesetze und Verordnungen erlassen, denn die Bürger/-innen sind laut Grundgesetz zwar mündig und in ihrem Willen frei, aber viele Entscheidungen, die unseren Alltag betreffen, sind so komplex, dass wir als Einzelpersonen die Konsequenzen oftmals kaum überblicken können. In einer demokratischen Gesellschaft stehen sich Gruppen mit widerstreitenden Interessen gegenüber. Während Gesundheitsorganisationen und Verbraucherschützer die Gesundheit der Bürger bewahren und fördern wollen, sehen sich Unternehmen der Lebensmittelindustrie primär in der Verantwortung gegenüber ihren Gesellschaftern und Aktionären. Es geht ihnen um wirtschaftliches Wachstum und Gewinnmaximierung – die langfristige Gesundheit der Bevölkerung ist nicht ihr Geschäft. Die Politik hat hier eine moderierende und regulierende Funktion.

### Die Verantwortung der Verbraucher/-innen

In Deutschland sind heute zwei Drittel der Männer und jede zweite Frau übergewichtig. Vereinte Nationen und WHO weisen darauf hin, dass der „westliche“ Lebensstil und die Gestaltung unserer Umwelt „adipogen“ seien, d.h. Übergewicht und die damit verbundenen Folgeerkrankungen Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Krebs fördern. Die Lebensmittelkonzerne argumentieren hier mit der

Eigenverantwortung der Bürger/-innen, denn sie erfüllen bereits die gesetzliche Verpflichtung, die Inhalte ihrer Produkte zu deklarieren. Jedes zugelassene Nahrungsmittel sei in Maßen zu genießen und in kleinen Mengen gesundheitlich nicht schädlich. Die Industrie setzt also auf Information, Aufklärung und den „mündigen“ Bürger, der rationale Entscheidungen trifft, gleichzeitig versucht sie jedoch, den Konsum (durch Werbung, Portionsgrößen, Preissignale) zu maximieren. Diese einseitige Verschiebung der Verantwortung auf die Verbraucher/-innen ist eine gängige Methode der Industrie, um von der eigenen Verantwortung abzulenken und strengere Richtlinien und Gesetze zu verhindern.

### Kinder sind Werbung ausgeliefert

Darum setzen sich Gesundheitsorganisationen dafür ein, dass es Menschen leichter gemacht wird, sich gesund zu verhalten. Jeder Mensch – unabhängig von Wohlstand und Bildung – soll die gleiche Chance auf Gesundheit und eine ausgewogene Ernährung haben. Denn wer über wenig Geld verfügt, kauft z.B. eher billige Lebensmittel – und die sind häufiger zu fettig, zu süß oder zu salzig. Besonders Kinder sind gefährdet, denn Geschmacksvorlieben des Menschen werden von klein auf geprägt. Darum will die Bundesregierung das Essen in Kitas und Schulen zukünftig verbessern. Eine andere Möglichkeit wäre ein Verbot von Werbung für ungesunde Lebensmit-

## HINTERGRUND 2

tel. Gerade Kinder sind Werbung schutzlos ausgeliefert, da sie die Mechanismen der Werbung noch nicht verstehen können und sich leicht durch berühmte Vorbilder oder Comicfiguren auf Verpackungen begeistern lassen. Die sozialen Medien sind hier ein zunehmend beliebter Kanal, um solche Werbebotschaften zu verbreiten. Doch Unternehmen treten auch direkt an die Schulen heran, um auf ihre Produkte aufmerksam zu machen. Bereits 2006 veröffentlichte die Pisa-Studie, dass in Deutschland 87 Prozent der 15-Jährigen Schulen besuchen, an denen Unternehmen und Wirtschaftsverbände durch Sponsoring- und Promotion-Aktionen sowie eigens erstellte Unterrichtsmaterialien Einfluss auf Lehrinhalte nehmen.

### Desinformation durch Überinformation

Ab Dezember 2016 ist die Nährwertkennzeichnung nach der neuen Lebensmittelinformationsverordnung auf vorverpackten Lebensmitteln verbindlich. Nährwerte plus der Brennwert werden hier nummerisch (in Gramm bzw. kcal/100 g oder 100 ml) angegeben. Die Lebensmittelindustrie hatte bereits früher die sogenannte „GDA-Kennzeichnung“ durchgesetzt. Diese weist zusätzlich aus, wieviel Prozent der empfohlenen Tageszufuhr eines Nährwertes eine Portion liefert. Verbraucherschützer halten diese Angaben jedoch für unverständlich und gezielt verwirrend, dies sei „Desinformation durch Überinformation“. Sie plädieren dagegen für leicht verständliche Symbole auf der Vorderseite der Verpackung wie die sogenannte „Lebensmittelampel“. „Rot“ bedeutet dann beim Zuckergehalt, dass der Verzehr langfristig gesundheitsschädlich ist (zuckerreich), bei „Grün“ ist der Zuckergehalt unbedenklich (wenig Zucker).

### Streit um Lebensmittelampel

Seit knapp zehn Jahren ist die Forderung nach einer gesetzlichen Lebensmittelampel (für Zucker, gesättigte Fette, Salz, Kalorien) im Bundestag und im EU-Parlament hart umkämpft. Ärzte- und Verbraucherverbände sowie Krankenversicherungen und die großen Lebensmittelkonzerne versuchen, die Gesetzgebung zu beeinflussen. Interessenverbände beider Seiten arbeiten intensiv daran, dass die gesetzlichen Richtlinien zu ihren Gunsten ausfallen. Im März 2010 wurde die Einführung einer Verbraucherampel vom EU-Parlament abgelehnt, obwohl sich z.B. laut einer Umfrage der Vereinigung Foodwatch zwei Drittel der Verbraucher/-innen für eine Ampelkennzeichnung ausgesprochen hatten. Für das Lobbying zur Verhinderung der

Ampel hat die Lebensmittelindustrie rund eine Milliarde Euro ausgegeben. Vertreter der Initiative „Ausgezeichnet informiert“, zu der sich die Unternehmen Coca-Cola, Danone, Kellogg, Kraft, Mars, Nestlé, Pepsi und Unilever zusammengeschlossen haben, bezeichnen die Ampelkennzeichnung als eine Bevormundung der Verbraucher/-innen.

### Die Tricks der Lobbyisten

Die Initiative „Ausgezeichnet informiert“ ist ein gutes Beispiel dafür, wie Lobbyarbeit in der Praxis funktioniert. Die Industrie erklärt sich zu Zugeständnissen bereit („Selbstverpflichtungen“), um ihren „guten Willen“ gegenüber der Politik zu zeigen, damit diese nicht staatlich regulierend eingreift. Die Mitglieder einigten sich in diesem Fall auf die Formulierung, dass eine bewusste Aufnahme von Zucker, Fett und Salz wichtig für eine ausgewogene Ernährung sei. Deshalb boten sie einen Kompromiss an: Die Richtwerte bemessen sich nach dem Nährwertgehalt von „Portionen“. Diese freiwillige Angabe finden wir in Deutschland heute als Empfehlung auf vielen Nahrungsmitteln vor. Doch die Angaben gehen oftmals am Konsumverhalten vorbei. Eine Portion sei keine verbindliche Maßeinheit, kritisieren die Verbraucherschützer/-innen. So werden auf den Verpackungen bewusst unrealistisch kleine Mengen als Portionen angegeben, damit die Werte für Zucker, Fett und Salz in Chips oder einem Riegel Schokolade niedrig erscheinen. Genau an diesem Punkt verweisen die Hersteller immer wieder auf die Eigenverantwortung der Verbraucher/-innen.

Im Lebensmittelbereich gehören zu den führenden Lobby-Organisationen z.B. der Bund für Lebensmittelrecht und Lebensmittelkunde (BLL), der Verein Die Lebensmittelwirtschaft und der Verband der Deutschen Süßwarenhersteller. Auf der anderen Seite stehen eine Vielzahl von gesundheits- und verbraucherschutz-orientierten Organisationen und Verbänden wie der Bundesverband der Verbraucherzentralen, medizinische Fachgesellschaften, z.B. die Deutsche Adipositas-Gesellschaft, Organisationen wie Foodwatch, die Deutsche Diabetes-Hilfe und die Deutsche Allianz Nicht-übertragbarer Krankheiten.

### „Zucker ist der neue Tabak“

Von der Vorsitzenden des Ausschusses für Verbraucherschutz im Deutschen Bundestag Renate Künast (Bündnis 90/Die Grünen) stammt der Ausspruch: „Zucker ist der neue Tabak“. Der Satz weist zum einen darauf hin, dass

## HINTERGRUND 2

Zucker genauso verzichtbar wie Tabak ist. Zucker ist kein essenzieller Nährstoff, der Mensch kann sogar gänzlich auf Zucker verzichten, ohne Mangelerscheinungen zu entwickeln. Was der Körper an Zucker benötigt, kann er aus anderen Stoffen selber herstellen, z.B. aus der Stärke in Brot, Nudeln und Kartoffeln, aus dem körpereigenen Kohlenhydratspeicher (dem Glykogen in der Leber und der Muskulatur) sowie aus „glukogenen“ Eiweißbestandteilen (das sind einige Aminosäuren). Es gibt deshalb auch keine „Zufuhrempfehlung“ für Zucker, wie z.B. für Vitamine und Mineralstoffe, sondern nur Empfehlungen für eine maximale Tagesaufnahme, um die Menschen vor zu viel Zucker zu schützen.

Mit ihrer Aussage wollte Künast aber vor allem darauf

hinweisen, dass sich die Zucker-Lobbyisten heute zunehmend der gleichen Methoden bedienen, die man bereits von der Tabakindustrie kennt. Die hat das Wissen, dass Tabak gesundheitsschädlich ist, jahrzehntelang verschwiegen, unterdrückt und geleugnet. Dazu wurden Wissenschaftler für Falschaussagen bestochen, wissenschaftliche Studien manipuliert und vorsätzlich falsch ausgelegt. Seit auch Zucker zunehmend in die Kritik gerät, steht die Ernährungsindustrie ebenfalls unter Druck – und wendet vermehrt undurchsichtige Lobby-Strategien an, um die Gefahren des Zuckerkonsums herunterzuspielen..

*Autorin: Dr. Stefanie Gerlach, Leiterin Gesundheitspolitik der Deutschen Diabetes Hilfe und Vorstandsmitglied der Deutschen Adipositas Gesellschaft, 29.10.2015*

ANREGUNGEN FÜR DEN UNTERRICHT

Fach	Thema	Sozialform/Inhalt
<b>Deutsch, Ethik, Sozialkunde, Biologie</b>	Mythen über Zucker	Plenum (PL): Zu Beginn des Films sitzt Damon Gameau vor einer englischsprachigen Internetseite zum Thema „Zehn Mythen über Zucker“. Ein Ausschnitt aus einer Sendung von „Quarks & Co.“ (ab Minute 17:45) zeigt ähnliche fünf Mythen auf: <a href="http://www1.wdr.de/fernsehen/wissen/quarks/sendungen/zucker172.html">http://www1.wdr.de/fernsehen/wissen/quarks/sendungen/zucker172.html</a> Die SuS vergleichen beide Darstellungen.
	Der „Mr. Sugar Song“	Partnerarbeit (PA): Am Ende des Films rappt Damon Gameau in einem Videoclip den „Mr. Sugar Song“. Die SuS untersuchen den Songtext und vergleichen seine Aussagen mit den Fakten über Zuckerkonsum, die im Film dargestellt werden.
	Filmpräsentationen	PA: Die SuS stellen andere Dokumentarfilme zum Thema Ernährung wie z.B. „Unser täglich Brot“ oder „Super Size Me“ vor.
	Verfassen einer Filmkritik	Einzelarbeit (EA): Die SuS verfassen nach dem Filmbe- such für die Schülerzeitung eine Rezension des Films.
<b>Deutsch, Ethik, Sozialkunde, Wirtschaft</b>	Lobbyarbeit	EA/PL: Was ist eine Lobby? Nach der Klärung des Begriffs lesen die SuS den Hintergrundartikel auf Kinofenster und recherchieren eigenständig den Einfluss der Zuckerlobby auf unsere Ernährung.
<b>Biologie</b>	Verdauungsprozesse	Gruppenarbeit (GA): Die SuS vergleichen die Verdauungsprozesse von Proteinen, Fetten, Kohlenhydraten und Ballaststoffen.
	Macht Zucker süchtig?	Der Film spricht den Zusammenhang von Zuckerkonsum und Psyche an. Damons Körper scheint nach Zucker zu verlangen. Die SuS fassen anhand des Clips der WDR-Sendung „Quarks & Co.“ die biochemischen Prozesse zusammen, die der Zuckerkonsum auf das Belohnungssystem des Körpers auslöst.
	Diabetes	PL: Die Schülerinnen und Schüler nehmen kritisch zu dem Mythos Stellung, der Zuckerkonsum sei ein wesentlicher Faktor für Diabetes Typ II, indem sie in Lehrwerken und online die Ursachen der Erkrankung recherchieren und ihre Ergebnisse auf Plakaten zusammenfassen.

Autoren: Ronald Ehlert-Klein, Theater- und Filmwissenschaftler, Pädagoge und Kinofenster-Redakteur  
 Manfred Karsch, Dozent am Seminar für pädagogische Handlungsfelder und Autor filmpädagogischer  
 Materialien, 28.10.2015

## ARBEITSBLATT AUFGABE 1

## FÜR LEHRENDE

Die folgenden Aufgaben richten sich an Schüler/-innen ab 12 Jahre. Sie eignen sich vor allem für den Einsatz in den Schulfächern Biologie, Deutsch, Sozialkunde, Sachkunde, Ethik und Wirtschaft ab der 7. Klasse.

*Autoren: Anja Damrow, Lehrerin für Biologie und Chemie (Aufgaben 5 und 6), Ronald Ehlert-Klein, Theater- und Filmwissenschaftler, Pädagoge und Kinofenster-Redakteur (Aufgabe 1), Manfred Karsch, Dozent am Seminar für pädagogische Handlungsfelder und Autor filmpädagogischer Materialien (Aufgaben 2 bis 4), 29.10.2015*

## Aufgabe 1: Annäherung an den Film – Die Filmsprache

Fächer: Deutsch, Ethik, Sozialkunde, ab Klasse 7

### Methodisch-didaktischer Kommentar:

Dokumentarfilme werden bei Schülerinnen und Schülern der siebten Klasse selten als Lieblingsgenre genannt, was oftmals einer sehr konventionellen Filmsprache geschuldet ist. In der folgenden Aufgabe werden exemplarisch zwei Szenen untersucht, die zeigen, dass sich „Voll verzuckert – That Sugar Film“ filmischer Mittel bedient, die von einer Videoclip-Ästhetik, aber ebenso von den Clips der sogenannten YouTuber inspiriert sind. Das Ziel der Aufgabe ist somit, für den Filmbesuch zu motivieren und Neugier zu entfachen.

In der Phase des Einstiegs wird die Frage gestellt, welche Dokumentarfilme den Schülerinnen und Schülern bereits bekannt sind und durch welche Gestaltungsmittel sie sich auszeichnen. Die Korrektheit der filmischen Fachbegriffe ist hierbei nicht entscheidend. Die Schülerinnen und Schüler können diese im Plenum paraphrasieren. Im Anschluss sollten die von dem Lehrer / der Lehrerin vorgegebenen Fachbegriffe wie „Talking Heads“ oder „Off-Kommentar“ im Glossar-Bereich der Hefter ergänzt werden.

Daraufhin sehen sich die Schülerinnen und Schüler zwei kurze Ausschnitte des Films an. Der eine stellt Gameaus Expertenteam im Stile eines Superhelden-Comics vor. Dabei werden bereits bestimmte Erwartungshaltungen, wie Wissenschaftler präsentiert werden, gebrochen. Der zweite Clip stellt „Familie Zucker“ vor. Dies geschieht als Comedy-Show, in der der britische Autor und Schauspieler Stephen Fry die Charakteristika von Glukose, Fruktose und Laktose erläutert. Die Frage, ob die bisher an der Tafel gesammelten filmischen Gestaltungsmittel ausreichen, um die beiden Ausschnitte zu beschreiben, dürfte sich klar mit Nein beantworten lassen. Somit besteht die Motivation, bei der zweiten Sichtung diese Mittel konkreter zu beschreiben und deren Wirkung zu analysieren. Dies geschieht arbeitsteilig. Die Klasse wird in zwei Gruppen aufgeteilt. Antizipierte Ergebnisse sind unter anderem: Die animierten Schlagworte lenken die Aufmerksamkeit auf bestimmte Themenschwerpunkte. Die Einführung der Experten unterscheidet sich ebenfalls deutlich von den aus TV-Dokumentationen bekannten Präsentationsformen. Ebenfalls auffällig ist, dass Gameau die Zuschauer direkt anspricht, was den Schülerinnen und Schüler aus den Clips von YouTubern bekannt sein dürfte.

Die Filmsprache vereinfacht somit einerseits im Film thematisierte Sachverhalte; dabei darf in der Transferphase auch problematisiert werden, ob die Gefahr einer Simplifizierung besteht. Andererseits bedienen sich die beiden Ausschnitte ästhetischer Mittel, die einem Großteil von Kindern und Jugendlichen vertraut sein dürfte. Somit erscheint „Voll verzuckert – That Sugar Film“ als ein außergewöhnlich niedrigschwelliges Angebot, kritisch Nahrungsgewohnheiten zu reflektieren.

## ARBEITSBLATT AUFGABE 1

---

### Aufgabe 1: Annäherung an den Film – Die Filmsprache

#### Vor dem Filmbesuch:

- a) Welche Dokumentarfilme kennt ihr bereits?
- b) Überlegt gemeinsam, welche filmischen Gestaltungsmittel diese Filme auszeichnen. Tragt die Ergebnisse stichpunktartig an der Tafel zusammen.
- c) Seht euch die beiden Ausschnitte an. Inwieweit reichen die an der Tafel gesammelten filmischen Gestaltungsmittel aus, um diese Ausschnitte zu beschreiben?
- d) Seht euch die Ausschnitte noch einmal in zwei Gruppen an. Haltet fest, welche Gestaltungsmittel die Szenen enthalten.
- e) Aus welchen audiovisuellen Formaten sind euch diese Gestaltungsmittel bereits vertraut?
- f) Diskutiert, welche Wirkung durch den Einsatz der in den beiden Szenen genutzten Gestaltungsmittel erreicht wird. Diskutiert dabei, wer die anvisierte Zielgruppe des Films ist.
- g) Diskutiert am Beispiel von „Voll verzuckert – That Sugar Film“ die Merkmale des Dokumentarfilms. Inwiefern erfüllt der Regisseur die Erwartung an einen Dokumentarfilm, in welchen Punkten weicht er davon ab? Beeinflusst der verspielte visuelle Stil die Botschaft des Films?



## Aufgabe 2: Meine Essgewohnheiten – Zucker in meinem Alltag

Fächer: Deutsch, Ethik, Sozialkunde, Biologie ab Klasse 7

### Methodisch-didaktischer Kommentar:

Ein Schwerpunkt des Films ist die Auseinandersetzung mit den Essgewohnheiten und damit verbunden die Wahrnehmung des unbewussten, alltäglichen Konsums von Zucker in Nahrungsmitteln. „Voll verzuckert“ verfolgt damit sowohl eine unterrichtende, wie eine erziehende Absicht und möchte dazu beitragen, eine Veränderung der Essgewohnheiten herbeizuführen. Eine solche Absicht setzt eine emotionale und kognitive Bereitschaft bei den Zuschauenden voraus, sich mit diesen Fragen auseinanderzusetzen.

Der Einstieg beginnt mit einem Zitat aus dem Film. Eine sprechende Zuckertüte sagt: „Müsste die vierköpfige australische Durchschnittsfamilie ihre Wochenration Zucker in einem Rutsch einkaufen, dann würden sie alles in allem 6,5 Kilo Zucker aus dem Supermarktregal nehmen, die sechs Kilo mit nach Hause schleppen, in einer Woche alles aufessen ...“. Mittels der Methodik des Brainstormings wird an der Tafel gesammelt, was über Zuckerkonsum bekannt ist. Anschließend werden die Ergebnisse mit Schlagworten aus dem Trailer von „Voll verzuckert“ verglichen.

Zur Annäherung an den Film sehen sich die Schülerinnen und Schüler den Trailer an. Nach dieser Phase baut die Lehrkraft eine kleine Pyramide aus Zuckerwürfeln auf. Ggf. kann ein Würfel gewogen werden (ca. 3 Gramm). Die SuS erhalten die Tabelle auf AB 1 und schätzen, wie viel Zuckerwürfel in den Esswaren und Getränken enthalten sind. In Kleingruppen werden die Ergebnisse verglichen, anschließend im Plenum mit den tatsächlichen Werten konfrontiert und das Ergebnis diskutiert. Es ist zu erwarten, dass vor allem bei scheinbar gesunden Esswaren wie Müsli und bei Fruchtsäften hohe Abweichungen gegenüber den Schätzungen vorliegen werden.

## ARBEITSBLATT AUFGABE 2

## FÜR LEHRENDE

Lebensmittel	Gewicht	Zuckergehalt in Gramm	Anzahl der Zuckerwürfel
Kellog's Cornflakes	550 g	43	13
Joghurt mit Frucht	150 g	17,6	6
Nutella	400 g	198,8	66
Ketchup	500 g	120	40
Seitenbacher Müsli	750 g	183	61
Schokolade	100 g	54	18
Gummibärchen	100 g	78	26
Corny Müsli Riegel	25 g	7,3	2
Ferrero Duplo	18 g	7,3	2
Milky Way	25 g	18	6
Mars	58 g	40	13
Orangensaft	Ein Glas (200 ml)	18	6
Hohes C	Ein Glas (200 ml)	15	5
Cola	1 Dose (330 ml)	35	12
Milch	1 Glas (200 g)	10	3
Lipton Eistee	Ein Glas (200 ml)	14,3	5

## ARBEITSBLATT AUFGABE 2

---

### Aufgabe 2: Meine Essgewohnheiten – Zucker in meinem Alltag

#### Vor dem Filmbesuch:

a) Der Film trägt den Titel „Voll verzuckert – That Sugar Film“. Einige Nahrungsmittel, die offensichtlich Zucker enthalten, werden gezeigt. Eine „sprechende Zuckertüte“ sagt: „Müsste die vierköpfige australische Durchschnittsfamilie ihre Wochenration Zucker in einem Rutsch einkaufen, dann würden sie alles in allem 6,5 Kilo Zucker aus dem Supermarktregal nehmen, die sechs Kilo mit nach Hause schleppen, in einer Woche alles aufessen...“

Was wisst ihr bereits über die Bedeutung von Zucker für unsere Ernährung? In welchen Lebensmitteln ist Zucker enthalten? Sammelt die Ergebnisse des Brainstormings an der Tafel.

b) Seht euch den Trailer von „Voll verzuckert – That Sugar Film“ an. Welche Themen greift der Film auf?

c) Was meint ihr? Wie viel Zucker ist in den Esswaren und Getränken, die viele von uns täglich zu sich nehmen? Bearbeite die Tabelle auf der folgenden Seite.

ARBEITSBLATT **AUFGABE 2**

Lebensmittel	Gewicht	Zuckergehalt in Gramm	Anzahl Zuckerwürfel
Kellog's Cornflakes	550 g		
Joghurt mit Frucht	150 g		
Nutella	400 g		
Ketchup	500 g		
Seitenbacher Müsli	750 g		
Schokolade	100 g		
Gummibärchen	100 g		
Corny Müsli Riegel	25 g		
Ferrero Duplo	18 g		
Milky Way	25 g		
Mars	58 g		
Orangensaft	Ein Glas (200 ml)		
Hohes C	Ein Glas (200 ml)		
Cola	Eine Dose (330 ml)		
Milch	Ein Glas (200 g)		
Lipton Eistee	Ein Glas (200 g)		

## Aufgabe 3: Die Geschichte des Zuckers – Wie werden wir informiert?

Fächer: Deutsch, Ethik, Sozialkunde, Biologie ab Klasse 7

### Methodisch-didaktischer Kommentar:

Der Anfang des Films fasst in etwa drei Minuten die Geschichte des Zuckers und die Folgen des Herzinfarkts von US-Präsident Eisenhower Mitte des letzten Jahrhunderts zusammen. In diesem Zusammenhang wurde Fett anstelle von Zucker für viele Erkrankungen verantwortlich gemacht, der Zuckerkonsum ersetzte den Fettkonsum, um die Menschen trotzdem mit der gleichen Menge von Kalorien zu versorgen. Später im Film wird argumentiert, dass nicht die Höhe der Kalorien, sondern deren Herkunft entscheidend für die gesunde Nahrungsaufnahme ist.

Dieser Überblick im Film gibt wichtige Informationen, könnte aber durch eine Recherche im Internet vertieft und ergänzt werden. Bei einer solchen Internetrecherche fällt auf, dass eine Ergebnisliste zum Begriff „Geschichte des Zuckers“ als erster Treffer auf eine Seite der Firma Südzucker führt und als zweiter Treffer auf eine Seite, die von einem Anbieter von Bio-Produkten unterhalten wird. Welche Informationen über Zucker, Zuckerkonsum und Geschichte der Herstellung und des Konsums von Zucker werden eigentlich „auf die Schnelle“ angeboten? Ist immer leicht erkenntlich, von wem diese Informationen stammen und mit welcher Absicht sie ins Internet gestellt werden? Verfolgen die Anbieter der Informationen vielleicht ein besonderes eigenes Interesse an den Informationen?

Nicht nur bei diesem Thema ist eine kritische Mediennutzung erforderlich. Aufgabe b), die im Anschluss an diese Filmsequenz bearbeitet werden kann, enthält Arbeitsaufträge zu einer angeleiteten Internetrecherche zum Begriff „Geschichte des Zuckers“. Die Arbeitsaufträge werden in Partnerarbeit oder Kleingruppen erarbeitet und anschließend im Plenum diskutiert.

ARBEITSBLATT **AUFGABE 3****Aufgabe 3: Die Geschichte des Zuckers –  
Wie werden wir informiert?****Während des Filmbesuchs:**

a) Im Film präsentiert der Schauspieler Hugh Jackman die Geschichte des Zuckers. Sie dauert keine drei Minuten, erzählt aber die wichtigsten Etappen und gibt Informationen über die Nutzung des Zuckers in unserer Gesellschaft. Achtet auf die Sequenz und notiert anschließend Stichworte.

- Was habt ihr über Zucker erfahren?
- Welche Informationen haben euch am meisten überrascht?

**Nach dem Filmbesuch:**

Wo erfahren wir mehr über die Geschichte des Zuckers?

b) Sucht im Internet mit einer Suchmaschine etwas zum Begriff „Geschichte des Zuckers“. Arbeitet mit einem Partner/einer Partnerin oder in einer kleinen Gruppe von maximal vier Personen. Untersucht die ersten fünf Treffer auf eurer Ergebnisliste genau.

- Welche Informationen werden dort über den Zucker angeboten, die ihr für besonders wichtig haltet? Notiert maximal fünf Punkte in Stichworten.
- Untersucht die fünf Internetseiten genauer: Von wem werden sie angeboten? Haben diese Anbieter etwas mit dem Verkauf oder der Produktion von Zucker zu tun? Wenn ja, entdeckt ihr Unterschiede im Informationsangebot auf dieser Seite z.B. zu einem Lexikonartikel im Internet?
- Werden auf den Internetseiten Unterschiede in der Gewinnung von Zucker dargestellt und in welchen Ländern Zucker hergestellt wird? Was bedeutet dies für die Menschen in zuckerproduzierenden Ländern im Gegensatz zu zuckerkonsumierenden Ländern?
- Wird ein Unterschied gemacht zwischen „gutem“ und „schlechtem“ Zucker? Und was sind die entscheidenden Kriterien?
- Welche Informationen werden gegeben zum Thema „Zucker und Krankheiten“?

## Aufgabe 4: Was haben Mai Wiru, der „Mountain-Dew-Mund“, der „Glückspunkt“ und die Zuckerlobby miteinander zu tun?

Fächer: Deutsch, Ethik, Sozialkunde, Geschichte, Politik, Rechtslehre, ab Klasse 9

### Methodisch-didaktischer Kommentar:

Etwa in der Mitte des Films (ca. Min 32:00 bis 1:20:00) werden mit dem Mai-Wiru-Projekt bei den Aborigines in Australien und dem Phänomen des Mountain Dew Mouth und seiner Behandlung durch mobile Zahnarztpraxen in Kentucky/USA zwei besondere Ereignisse dargestellt, bei denen die Einführung von stark zuckerhaltigen Nahrungsmitteln zu gesundheitlichen Schädigungen der Menschen in einer besonderen Region in Australien und in den USA geführt haben.

Der Film schildert durch die konkrete Darstellung von Betroffenen die Auswirkungen des Zuckerkonsums. Es werden aber auch Zusammenhänge zum Handeln der jeweiligen Zuckerindustrie und Zuckerlobby sowie der staatlichen Stellen hergestellt. Deutlich wird, wie die Industrie auf die jeweiligen Entwicklungen durch Sponsoring von Behandlungsmaßnahmen, aber auch Beeinflussung von Forschungsergebnissen durch Subvention von Forschungsprojekten Einfluss nimmt. Am Beispiel der Entwicklung des Softdrinks Dr. Pepper und des Interviews mit einem von Coca Cola unterstützten Forscher wird deutlich, wie diese Forschungsergebnisse in die konkrete Weiterentwicklung und Defensiv-Werbung der Zuckerlobby einfließen.

Es bietet sich an, dass diese politischen, gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Aspekte zum Thema Zucker intensiv bearbeitet werden. Dazu können vor der Präsentation dieser gut 50 Minuten des Films Beobachtungsgruppen gebildet werden, die sich folgende Themen genauer anschauen und anschließend mithilfe weiterer Informationen eine Präsentation gestalten. Nach einem Galeriegang, bei dem die Gruppen ihre Ergebnisse an einer Stellwand oder Pinnwand präsentieren, treffen sich Vertreter der einzelnen Gruppen zu einer Fishbowl-Diskussion zum Thema „Ist Zucker wirklich so gefährlich?“

- Das Mai-Wiru-Projekt
- Der Mountain Dew Mund
- Der „Glückspunkt“
- Die Zuckerlobby

## ARBEITSBLATT AUFGABE 4

## Aufgabe 4: Was haben Mai-Wiru, der „Mountain-Dew-Mund“, der „Glückspunkt“ und die Zuckerlobby miteinander zu tun?

### Während des Filmbesuchs:

a) Achtet während des Filmbesuchs arbeitsteilig auf Informationen über das Mai-Wiru-Projekt, den „Mountain-Dew-Mund“, die Produktentwicklung für den Softdrink Dr. Pepper und die Rolle der Zuckerlobby. Dazu bildet ihr vier Beobachtergruppen. Haltet eure Ergebnisse im Anschluss an den Filmbesuch stichpunktartig fest.

### Nach dem Filmbesuch:

b) Erstellt zu eurem jeweiligen Thema ein Plakat. Als Einstieg in eure Recherche könnt ihr mit den folgenden Internetseiten beginnen. Bewertet die Informationen, die diese Seiten bieten, und sucht nach anderen Quellen im Internet.

#### *Das Mai-Wiru-Projekt*

- [http://www.maiwiru.org.au/about\\_top.html](http://www.maiwiru.org.au/about_top.html)
- <http://maiwirufoundation.org/>

#### *Der „Mountain-Dew-Mund“*

- <http://www.mountaindew.de/>
- [https://de.wikipedia.org/wiki/Mountain\\_Dew](https://de.wikipedia.org/wiki/Mountain_Dew)
- <http://web.de/magazine/gesundheit/k-maeusekadaver-mountain-dew-14462350>

#### *Der „Glückspunkt“*

- <http://www.drpepper.de/>
- <http://www.spiegel.de/wirtschaft/unternehmen/coca-cola-pepsi-dr-pepper-image-kampagne-gegen-fettleibigkeit-a-993592.html>

#### *Die Zuckerlobby*

- <http://www.3sat.de/page/?source=/scobel/151445/index.html>
- <http://www.spiegel.de/spiegel/print/d-38729304.html>
- [http://www.vzhh.de/ernaehrung/338489/vzhh\\_Antworten\\_auf\\_Argumente\\_Zuckerlobby.pdf](http://www.vzhh.de/ernaehrung/338489/vzhh_Antworten_auf_Argumente_Zuckerlobby.pdf)

c) Befestigt eure Plakate an Stellwänden oder an verschiedenen Punkten im Klassenzimmer. Führt nun einen Gallery Walk durch und seht euch die Plakate der anderen Gruppen an.

d) Setzt euch danach zu einer Fish-Bowl-Diskussion mit dem Thema „Ist Zucker wirklich so gefährlich?“ zusammen.



## Aufgabe 5: Zucker als Nahrungselement

Fach: Biologie ab Klasse 8

### Methodisch-didaktischer Kommentar:

Ziel der Einheit ist, dass die Schülerinnen und Schüler nach dem Filmbesuch ihr eigenes Ernährungsverhalten besser reflektieren können. Dazu ist vor dem Filmbesuch die Wiederholung der unterschiedlichen Nahrungsbausteine sinnvoll. Die Bestandteile der Nahrung werden chemisch in folgenden Gruppen zusammengefasst. Nährstoffe (Proteine, Fette, Kohlenhydrate, Ballaststoffe), Mineralstoffe (Mengenelemente, Spurenelemente) und Vitamine gehören zu den lebenswichtigen Nahrungsbestandteilen. Überdies zählt auch Wasser zu den unverzichtbaren Stoffen der Nahrung. Zucker gehört zu den Kohlenhydraten und ist somit ein Energielieferant. Zucker ist jedoch nur ein Gattungsbegriff, der verschiedene Arten zusammenfasst, die allesamt unterschiedliche Auswirkungen auf den Stoffwechsel, insbesondere den Blutzuckerspiegel haben. Mithilfe des Lehrbuchs erstellen die Schülerinnen und Schüler ein Strukturdiagramm und wiederholen damit einerseits die Bausteine der Nahrung und sind zugleich auf den Filmbesuch vorbereitet, sodass sie während des Films darauf achten können, wie sich unterschiedliche Zuckerarten konkret auswirken. Fruktose, ein Einfachzucker, lässt den Blutzuckerspiegel zwar nur langsam ansteigen – darüber hinaus ist für den Abbau kein Insulin nötig – jedoch steigen bestimmte Blutfette, die Triglyceride, an. Glukose, umgangssprachlich Traubenzucker genannt, ist ebenfalls ein Einfachzucker. Er ist der für den Körper am schnellsten verwertbare Zucker. Der Film „Voll verzuckert“ weist auf die Problematik des versteckten Zuckers hin. Im Anschluss an den Filmbesuch vergleichen die Schülerinnen und Schüler ihre Sichtungsergebnisse. Im Anschluss an die Sicherungsphase wenden sie die Erkenntnisse praktisch an und recherchieren den Zuckergehalt unterschiedlicher, vermeintlich gesunder Lebensmittel wie Müsli und reflektieren ihren eigenen Konsum.

## ARBEITSBLATT AUFGABE 5

---

### Aufgabe 5: Zucker als Nahrungselement

#### Vor dem Filmbesuch:

- a) Nennt die Bestandteile der Nahrung und ordnet Zucker einem dieser Stoffe zu. Beschreibt die Funktionen der einzelnen Stoffe in der menschlichen Ernährung.
- b) Erstellt mithilfe eures Biologie-Lehrbuches ein Strukturdiagramm zur Übersicht über alle Zuckerarten und teilt sie dabei nach der Anzahl ihrer Bausteine ein.

#### Während des Filmbesuchs:

- c) Achtet darauf, was ihr im Film über die Wirkungsweisen der unterschiedlichen Zuckersorten erfahrt.

#### Nach dem Filmbesuch:

- d) Vergleicht eure Ergebnisse. Untersucht im Supermarkt die Etiketten verschiedener Cornflakes- bzw. Müslisorten hinsichtlich ihres Kaloriengehalts pro 100g sowie ihres Zuckergehalts je 100g. Sucht das aus eurer Sicht gesündeste Produkt heraus und begründet eure Entscheidung.
- e) Informiert euch im Lehrbuch über die Ernährungspyramide und bewertet diese hinsichtlich einer gesunden Ernährung. Beschreibt, was die Ernährungspyramide hinsichtlich des Zuckerkonsums empfiehlt.
- f) Notiert einen Tag lang, was und wie viel ihr esst. Untersucht eure Lebensmittel auf den Zuckergehalt und rechne deinen Zuckerkonsum zusammen. Rechnet diesen wie Damon in Teelöffel um.

## Aufgabe 6: Der Unterschied zwischen Fruktose und Glukose

Fach: Biologie ab Klasse 8

### Methodisch-didaktischer Kommentar:

Die Verdauung der Nährstoffe ist ein lebensnotwendiger Vorgang, der der Energiegewinnung dient. Dies ermöglicht die Aufrechterhaltung der notwendigen Lebensfunktionen: Wachstum, Zellerneuerung, Körpertemperatur, mechanische und chemische Arbeit. Die komplexen Prozesse der Nährstoffverdauung sind theoretisch für Schülerinnen und Schüler nur schwer nachzuvollziehen. Eine experimentelle Herangehensweise dient dazu, diese Abläufe zu veranschaulichen. Dazu kauen die Schülerinnen und Schüler herkömmliches Weißbrot, das sie jedoch nicht schlucken. Maltose entsteht während des starken Kauens aus Stärke. Im Speichel ist Amylase enthalten, welche Stärke in kleinere Bausteine zerlegt. Der Erkenntnisgewinn dieser Unterrichtsphase ist, dass die explizite Zufuhr von Glukose und Fruktose nicht zwingend notwendig ist, da diese in fast allen Kohlenhydraten enthalten sind und diese bei der Verdauung entstehen. Unterschiedliche „Zuckerarten“ werden vom Körper unterschiedlich verarbeitet und gespeichert. Dies macht der Film spielerisch mit Animationen sehr deutlich. Für den Filmbesuch werden die Schülerinnen und Schüler in zwei Gruppen (A und B) mit unterschiedlichen Beobachtungsaufgaben eingeteilt. Gruppe A achtet darauf, wie Glukose verarbeitet wird, während sich B auf Fruktose konzentriert. Während Glukose für den Körper relativ unproblematisch ist, kann regelmäßiger Konsum von Fruktose zu einer Fettleber und anderen chronischen Erkrankungen führen. Das heißt, es kommt bei der Nahrungsaufnahme nicht nur auf die Anzahl der Kalorien an, die zugeführt werden, sondern auch auf die Qualität der Nahrung. Die Verdauung von Zucker ist – im Gegensatz zu Proteinen - für den Körper ein sehr aufwendiger Prozess, sodass der Aussage „Eine Kalorie ist eine Kalorie. Es ist egal was man isst, Hauptsache der tägliche Energiebedarf wird nicht überschritten“ widersprochen werden muss.

## ARBEITSBLATT AUFGABE 6

## Aufgabe 6: Der Unterschied zwischen Fruktose und Glukose

### Vor dem Filmbesuch:

a) Die Verdauung beginnt bereits im Mund. Führe dazu folgenden Versuch durch und schreibe ein Protokoll.

#### *Experiment zum Nachweis der Verdauung im Mund*

Material: Iod-Kaliumiodid, Fehlingsche Lösung I + II, Pipetten, heißes Wasserbad, Mörser, Reagenzglasständer, vier beschriftete Reagenzgläser (a-d), 1/2 Scheibe Weißbrot

#### Durchführung:

1. Ein kleines Stück des Weißbrots abtrennen und im Mörser mit etwas Wasser zerreiben. Anschließend auf die Reagenzgläser (a) und (b) verteilen.
2. In das Reagenzglas (a) fünf Tropfen Iod-Kaliumiodid geben. In das Reagenzglas (b) fünf Tropfen Fehlingsche Lösung I + II geben. Reagenzgläser schütteln, im Wasserbad erwärmen und eine mögliche Farbänderung beobachten.
3. Das übrige Weißbrot etwa fünf Minuten kauen (ohne zu schlucken). Achte auf eventuelle Geschmacksveränderungen. Danach das gekaute Weißbrot in die Reagenzgläser (c) und (d) geben und mit etwas Wasser vermischen.
4. In das Reagenzglas (c) fünf Tropfen Iod-Kaliumiodid geben. In das Reagenzglas (d) fünf Tropfen Fehlingsche Lösung I + II geben.
5. Die Reagenzgläser (c) und (d) im Wasserbad erwärmen und eine mögliche Farbänderung beobachten.

b) Recherchiere den Weg der Kohlenhydratverdauung durch den menschlichen Körper und beschreibe die besondere Aufgabe des Dünndarms bei der Aufnahme (Resorption) der Glukose in das Blut.

### Während des Filmbesuchs:

- c) Gruppe A: Achtet darauf, wie Glukose im Körper verarbeitet wird.  
Gruppe B: Achtet darauf, wie Fruktose im Körper verarbeitet wird.

### Nach dem Filmbesuch:

d) Vergleicht eure Ergebnisse und beurteilt, wie unterschiedlich der Konsum beider Zuckerarten im menschlichen Körper wirkt. Der tägliche Energiebedarf jedes Menschen variiert je nach Größe, Geschlecht, Metabolismus und anderen Faktoren. Auch die körperliche Ertüchtigung spielt dabei eine Rolle. Seht euch den folgenden Clip an und bewertet aufgrund eurer Erkenntnisse das Zitat: „Eine Kalorie ist eine Kalorie. Es ist egal was man isst, Hauptsache der tägliche Energiebedarf wird nicht überschritten“.

## GLOSSAR

- Animationstechniken** Animationsfilme erschaffen durch eine schnelle Abfolge statischer Bilder die Illusion der Bewegung. Häufig eingesetzte Animationstechniken umfassen:
- den Zeichentrick: Der Bewegungseindruck entsteht durch die schnelle Abfolge zahlreicher unterschiedlicher Zeichnungen. Hierbei können durch mehrere übereinander gelegte Folien (cels) auch nur einzelne Teile einer Zeichnung verändert werden.
  - den Legetrick: Ausgeschnittene Formen oder Elemente von Figuren werden in Einzelbildschaltung animiert. Lotte Reiniger hat diese Technik in ihren Scherenschnittfilmen angewendet.
  - die Objektanimation/den Stopptrick (Stop Motion): Figuren aus Plastilin oder Latex (Claymation), Puppen, Gegenstände des Alltags oder in Einzelbildschaltung aufgenommene Menschen (Pixilation) werden animiert, in dem die Objekte zwischen jeder Aufnahme geringfügig bewegt werden.
  - die Computeranimation/die CGI-Animation: Plastische Modelle der Filmfiguren werden eingescannt. Den digitalen Modellen werden Bewegungspunkte zugeteilt, über die schließlich deren Bewegungen gesteuert werden.
  - die Rotoskopie: Realfilmaufnahmen werden Bild für Bild übermalt.
  - Motion Capture: Schauspieler/innen tragen am gesamten Körper Bewegungssensoren, die die Daten an eine Software weiterleiten. Die Grundzüge der menschlichen Bewegungen dienen als Vorlage für eine Computeranimation und lassen die digitalen Wesen sehr real wirken.

**Blue Screen/Green Screen** Mithilfe der Blue Screen-Technik, auch Blue Box-Technik genannt, wird ein visueller Effekt erzeugt, bei dem Personen oder Gegenstände nachträglich vor einen anderen Hintergrund gesetzt werden können. Dazu wird zunächst vor einem monochromen Hintergrund gefilmt, der als Platzhalter dient. Als Farben haben sich Blau (Blue Screen) oder Grün (Green Screen) etabliert. Die blauen bzw. grünen Anteile werden von der Kamera unterdrückt. Im Anschluss wird die Person oder der Gegenstand mittels foto-, fernseh- oder computer-technischer Verfahren ausgestanzt und mit dem neuen Hintergrundbild kombiniert. Landschaftsaufnahmen können dafür ebenso verwendet werden wie Computeranimationen. Bei computeranimierten Szenen und Filmen ist das Blue bzw. Green Screen-Verfahren zudem für das sogenannte Motion Capturing wichtig.

Während die Blue- oder Green-Screen-Technik im Fernsehen vor allem bei Nachrichtensendungen wie der Tagesschau und Spiel-Shows geläufig sind, werden in Kinofilmen auf diese Weise etwa spektakuläre (Fantasie-)Landschaften („Der Herr der Ringe“, „Matrix“) oder

historische Hintergründe („Titanic“, „300“) eingefügt, nachdem die dazugehörigen Schauspielszenen und Stunts bereits im Studio entstanden sind.

**CGI-Animation** Die Abkürzung CGI steht für „computer generated imagery“ (computergenerierte Bilder) und wird als Sammelbezeichnung für digitale Effekte oder Computeranimationen verwendet, durch die beispielsweise Figuren, Kulissen oder Hintergründe in Real- oder Animationsfilmen von Grund auf neu gestaltet oder verändert werden (siehe auch: Digitalisierung/Digitales Kino).

Während CGI-Effekte in Genres des Phantastischen Films aufgrund der realitätsfernen Darstellungen deutlich als solche erkennbar sind, fügen sie sich mittlerweile nahezu unerkennbar auch in realistische Stoffe ein.

Zu den ersten Filmen, die CGI-Effekte einsetzen, zählen „Krieg der Sterne“ („Star Wars“, George Lucas, USA 1977) und „Tron“ (Steven Lisberger, USA 1982). „Toy Story“ (John Lasseter, USA 1995) war der erste Spielfilm, der vollständig computeranimiert wurde.

**Dokumentarfilm** Im weitesten Sinne bezeichnet der Begriff non-fiktionale Filme, die mit Material, das sie in der Realität vorfinden, einen Aspekt der Wirklichkeit abbilden. John Grierson, der den Begriff prägte, verstand darunter den Versuch, mit der Kamera eine wahre, aber dennoch dramatisierte Version des Lebens zu erstellen; er verlangte von Dokumentarfilmer/innen einen schöpferischen Umgang mit der Realität. Im Allgemeinen verbindet sich mit dem Dokumentarfilm ein Anspruch an Authentizität, Wahrheit und einen sozialkritischen Impetus, oft und fälschlicherweise auch an Objektivität. In den letzten Jahren ist der Trend zu beobachten, dass in Mischformen (Doku-Drama, Fake-Doku) dokumentarische und fiktionale Elemente ineinander fließen und sich Genre Grenzen auflösen.

**Einstellungsgrößen** In der Filmpraxis haben sich bestimmte Einstellungsgrößen durchgesetzt, die sich an dem im Bild sichtbaren Ausschnitt einer Person orientieren:

- Die **Detailaufnahme** umfasst nur bestimmte Körperteile wie etwa die Augen oder Hände.
- Die **Großaufnahme** (engl.: close up) bildet den Kopf komplett oder leicht angeschnitten ab.
- Die **Naheinstellung** erfasst den Körper bis etwa zur Brust („Passfoto“).
- Der Sonderfall der **Amerikanischen Einstellung**, die erstmals im Western verwendet wurde, zeigt eine Person vom Colt beziehungsweise der Hüfte an aufwärts und ähnelt sehr der Halbnah-Einstellung, in der etwa zwei Drittel des Körpers zu sehen sind.
- Die **Halbtotale** erfasst eine Person komplett in ihrer Umgebung.
- Die **Totale** präsentiert die maximale Bildfläche mit allen agierenden Personen; sie wird häufig als einführende Einstellung (engl.: establishing shot) oder zur Orientierung verwendet.
- Die **Panoramaeinstellung** zeigt eine Landschaft so weiträumig, dass der Mensch darin verschwindend klein ist.

Die meisten Begriffe lassen sich auf Gegenstände übertragen. So spricht man auch von einer Detailaufnahme, wenn etwa von einer Blume nur die Blüte den Bildausschnitt füllt.

### Filmmusik

Das Filmerlebnis wird wesentlich von der Filmmusik beeinflusst. Sie kann Stimmungen untermalen (**Illustration**), verdeutlichen (**Polarisierung**) oder im krassen Gegensatz zu den Bildern stehen (**Kontrapunkt**). Eine extreme Form der Illustration ist die Pointierung (auch: **Mickeymousing**), die nur kurze Momente der Handlung mit passenden musikalischen Signalen unterlegt. Musik kann Emotionalität und dramatische Spannung erzeugen, manchmal gar die Verständlichkeit einer Filmhandlung erhöhen. Bei Szenenwechseln, Ellipsen, Parallelmontagen oder Montagesequenzen fungiert die Musik auch als akustische Klammer, in dem sie die Übergänge und Szenenfolgen als zusammengehörig definiert.

Man unterscheidet zwei Formen der Filmmusik:

- **Realmusik, On-Musik** oder **Source-Musik**: Die Musik ist Teil der filmischen Realität und hat eine Quelle (Source) in der Handlung (diegetische Musik). Das heißt, die Figuren im Film können die Musik hören..
- **Off-Musik** oder **Score-Musik**: eigens für den Film komponierte oder zusammengestellte Musik, die nicht Teil der Filmhandlung ist und nur vom Kinopublikum wahrgenommen wird (nicht-diegetische Musik).

### Genre

Der der Literaturwissenschaft entlehnte Begriff wird zur Kategorisierung von Filmen verwendet und bezieht sich auf eingeführte und im Laufe der Zeit gefestigte Erzählmuster, Motive, Handlungsschemata oder zeitliche und räumliche Aspekte. Häufig auftretende Genres sind beispielsweise Komödien, Thriller, Western, Action-, Abenteuer-, Fantasy- oder Science-Fiction-Filme.

Die schematische Zuordnung von Filmen zu festen und bei Filmproduzenten/innen wie beim Filmpublikum bekannten Kategorien wurde bereits ab den 1910er-Jahren zu einem wichtigen Marketinginstrument der Filmindustrie. Zum einen konnten Filme sich bereits in der Produktionsphase an den Erzählmustern und -motiven erfolgreicher Filme anlehnen und in den Filmstudios entstanden auf bestimmte Genres spezialisierte Abteilungen. Zum anderen konnte durch die Genre-Bezeichnung eine spezifische Erwartungshaltung beim Publikum geweckt werden. Genrekonventionen und -regeln sind nicht unveränderlich, sondern entwickeln sich stetig weiter. Nicht zuletzt der gezielte Bruch der Erwartungshaltungen trägt dazu bei, die üblichen Muster, Stereotype und Klischees deutlich zu machen. Eine eindeutige Zuordnung eines Films zu einem Genre ist meist nicht möglich. In der Regel dominieren Mischformen.

### Kamerabewegungen

Je nachdem, ob die Kamera an einem Ort bleibt oder sich durch den Raum bewegt, gibt es zwei grundsätzliche Arten von Bewegungen, die in der Praxis häufig miteinander verbunden werden. Kamerabewegungen lenken die Aufmerksamkeit, indem sie den Bildraum verändern. Sie vergrößern oder verkleinern ihn, verschaf-

fen Überblick, zeigen Räume und verfolgen Personen oder Objekte. Langsame Bewegungen vermitteln meist Ruhe und erhöhen den Informationsgrad, schnelle Bewegungen wie der Reißschwenk erhöhen die Dynamik. Eine wackelnde Handkamera suggeriert je nach Filmsujet Subjektivität oder (quasi-)dokumentarische Authentizität, während eine wie schwerelos wirkende Kamerafahrt häufig den auktorialen Erzähler imitiert.

## Kameraperspektive

Die gängigste Kameraperspektive ist die **Normalsicht**. Die Kamera ist auf gleicher Höhe mit dem Geschehen oder in Augenhöhe der Handlungsfiguren positioniert und entspricht deren normaler perspektivischer Wahrnehmung.

Von einer **Untersicht** spricht man, wenn die Handlung aus einer niedrigen vertikalen Position gefilmt wird. Der Kamerastandpunkt befindet sich unterhalb der Augenhöhe der Akteure/innen. So aufgenommene Objekte und Personen wirken oft mächtig oder gar bedrohlich. Eine extreme Untersicht nennt man **Froschperspektive**. Die **Aufsicht/Obersicht** lässt Personen hingegen oft unbedeutend, klein oder hilflos erscheinen. Hierfür schaut die Kamera von oben auf das Geschehen.

Die **Vogelperspektive** ist eine extreme Aufsicht und kann Personen als einsam darstellen, ermöglicht in erster Linie aber Übersicht und Distanz.

Die **Schrägsicht/gekippte Kamera** evoziert einen irrealen Eindruck und wird häufig in Horrorfilmen eingesetzt oder um das innere Chaos einer Person zu visualisieren.

## Montage

Mit Schnitt oder Montage bezeichnet man die nach narrativen Gesichtspunkten und filmdramaturgischen Wirkungen ausgerichtete Anordnung und Zusammenstellung der einzelnen Bildelemente eines Filmes von der einzelnen Einstellung bis zur Anordnung der verschiedenen Sequenzen.

Die Montage entscheidet maßgeblich über die Wirkung eines Films und bietet theoretisch unendlich viele Möglichkeiten.

Mit Hilfe der Montage lassen sich verschiedene Orte und Räume, Zeit- und Handlungsebenen so miteinander verbinden, dass ein kohärenter Gesamteindruck entsteht. Während das klassische Erzählkino (als Continuity-System oder Hollywood-Grammatik bezeichnet) die Übergänge zwischen den Einstellungen sowie den Wechsel von Ort und Zeit möglichst unauffällig gestaltet, versuchen andere Montageformen, den synthetischen Charakter des Films zu betonen. Als „Innere Montage“ wird ein filmisches Darstellungsmittel bezeichnet, in dem Objekte oder Figuren in einer einzigen durchgehenden Einstellung, ohne Schnitt, zueinander in Beziehung gesetzt werden.

## Sequenz

Unter einer Sequenz versteht man eine Gruppe aufeinanderfolgender Einstellungen, die graphisch, räumlich, zeitlich, thematisch und/oder szenisch zusammengehören. Sie bilden eine Sinneinheit.

Eine Sequenz stellt eine in sich abgeschlossene Phase im Film dar, die meist durch eine Markierung begrenzt wird (beispielsweise durch Auf- oder Abblenden, einen Establishing Shot, Filmmusik, Inserts usw.).



Während eine Szene im Film eine Handlungseinheit beschreibt, die meist nur an einem Ort und in einer Zeit spielt, kann eine Sequenz an unterschiedlichen Schauplätzen spielen und Zeitsprünge beinhalten, das heißt aus mehreren Szenen bestehen. Sie kann auch aus nur einer einzigen Einstellung bestehen. In diesem Fall spricht man von einer Plansequenz.

Besteht eine lange Szene, eine Sequenz oder sogar ein gesamter Film nur aus einer ununterbrochenen und ungeschnittenen Einstellung, so spricht man von einer **Plansequenz**. Da bei dieser Form der Inszenierung auf eine Montage unterschiedlicher Einstellungen verzichtet wird, entsteht die Veränderung des Bildausschnitts und des Blickwinkels entweder durch die Bewegung der Kamera oder im Falle einer statischen Kamera durch die Bewegung der Darsteller/innen im Bildraum. Plansequenzen zeichnen sich oft durch eine akribische Choreografie aus. Für ihre aufwändigen Plansequenzen berühmt sind zum Beispiel Kameramann Michael Ballhaus (bei seiner Zusammenarbeit mit Martin Scorsese in „Goodfellas“ (USA 1990), der Regisseur Andrej Tarkowski (zum Beispiel in „Opfer“ (Schweden 1986) oder der Regisseur Alfonso Cuarón (zum Beispiel in „Gravity“, USA 2013).

**Szene** Szene wird ein Teil eines Films genannt, der sich durch die Einheit von Ort und Zeit auszeichnet und ein Handlungssegment aus einer oder mehreren Kameraeinstellungen zeigt. Szenenanfänge oder -enden sind oft durch das Auf- oder Abtreten bestimmter Figuren(gruppen) oder den Wechsel des Schauplatzes gekennzeichnet. Dramaturgisch werden Szenen bereits im Drehbuch kenntlich gemacht.

Im Gegensatz zu einer Szene umfasst eine Sequenz meist eine Abfolge von Szenen, die durch die Montage verbunden und inhaltlich zu einem Handlungsverlauf zusammengefasst werden können sowie nicht auf einen Ort oder eine Zeit beschränkt sind.

**Talking Heads** Statische Bildgestaltung mit halbnaher bis naher Einstellungsgröße in Augenhöhe der „sprechenden Köpfe“ von Interviewten, die zumeist in Sprechersituationen Anwendung findet und vor allem die Ästhetik von Fernsehdokumentationen und -reportagen dominiert.

## WEITERE INFORMATIONEN & IMPRESSUM

---

### Weiterführende Links

#### WEBSITE DES FILMS

[www.vollverzuckert-thatsugarfilm.de](http://www.vollverzuckert-thatsugarfilm.de)

#### ROBERT LUSTIG, UNIVERSITÄT SAN FRANCISCO: SUGAR – THE BITTER TRUTH (ENGLISCH)

[www.youtube.com/watch?v=dBnniua6-oM](http://www.youtube.com/watch?v=dBnniua6-oM)

#### ZUCKERRICHTLINIE DER WHO (BAYERISCHER RUNDFUNK)

[www.youtube.com/watch?v=FGmYCcpDhDw](http://www.youtube.com/watch?v=FGmYCcpDhDw)

#### WEBSEITE ZUM METABOLISCHEN SYNDROM

[www.internisten-im-netz.de/de\\_was-ist-ein-metabolisches-syndrom\\_647.html](http://www.internisten-im-netz.de/de_was-ist-ein-metabolisches-syndrom_647.html)

#### DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR ERNÄHRUNG: ZEHN REGELN FÜR GESUNDE ERNÄHRUNG

[www.dge.de/ernaehrungspraxis/vollwertige-ernaehrung/10-regeln-der-dge/](http://www.dge.de/ernaehrungspraxis/vollwertige-ernaehrung/10-regeln-der-dge/)

#### ERNÄHRUNGSFÜHRERSCHEIN (AID)

[www.aid.de/lernen/ernaehrungsfuehrerschein.php](http://www.aid.de/lernen/ernaehrungsfuehrerschein.php)

#### BPB: LOBBYISMUS ALS SCHATTENPOLITIK

[www.bpb.de/apuz/29795/lobbyismus-als-schattenpolitik?p=all](http://www.bpb.de/apuz/29795/lobbyismus-als-schattenpolitik?p=all)

#### FAZ: ZUCKERLOBBYISTEN TREIBEN FORSCHER VOR SICH HER

[www.faz.net/aktuell/wissen/medizin/wie-big-sugar-manipuliert-zuckerlobbyisten-treiben-forscher-vor-sich-her-13712648.html](http://www.faz.net/aktuell/wissen/medizin/wie-big-sugar-manipuliert-zuckerlobbyisten-treiben-forscher-vor-sich-her-13712648.html)

#### VERBRAUCHERZENTRALE HAMBURG: AMPELCHECK

[www.ampelcheck.de](http://www.ampelcheck.de)

#### DEUTSCHE ADIPOSITAS-GESELLSCHAFT

[www.adipositas-gesellschaft.de](http://www.adipositas-gesellschaft.de)

#### DEUTSCHE DIABETES GESELLSCHAFT

[www.diabetesde.org](http://www.diabetesde.org)

#### FOODWATCH

[www.foodwatch.org/de](http://www.foodwatch.org/de)

Mehr zum Thema auf [kinofenster.de](http://kinofenster.de)

ESSEN, ERNÄHRUNG UND GLOBALISIERUNG IM FILM

(HINTERGRUNDARTIKEL VOM 18.08.2011)

[www.kinofenster.de/film-des-monats/archiv-film-des-monats/kf1109/essen-ernaehrung-und-globalisierung-im-film/](http://www.kinofenster.de/film-des-monats/archiv-film-des-monats/kf1109/essen-ernaehrung-und-globalisierung-im-film/)

DOKUMENTARFILME MIT MISSION

(HINTERGRUNDARTIKEL VOM 27.01.2010)

[www.kinofenster.de/film-des-monats/archiv-film-des-monats/kf1002/dokumentarfilme\\_mit\\_mission/](http://www.kinofenster.de/film-des-monats/archiv-film-des-monats/kf1002/dokumentarfilme_mit_mission/)

SUPER SIZE ME (FILMBESPRECHUNG VOM 01.07.2004)

[www.kinofenster.de/filme/neuimkino/archiv\\_neuimkino/super\\_size\\_me\\_film/](http://www.kinofenster.de/filme/neuimkino/archiv_neuimkino/super_size_me_film/)

BOTTLED LIFE – NESTLÉ'S GESCHÄFTE MIT DEM WASSER (HINTERGRUNDARTIKEL VOM 12.08.2013)

[www.kinofenster.de/filme/neuimkino/archiv\\_neuimkino/bottled-life-film/](http://www.kinofenster.de/filme/neuimkino/archiv_neuimkino/bottled-life-film/)

„FIT FÜRS LEBEN“ – EIN ARBEITSBLATT ZUM THEMA ERNÄHRUNG

(AUFGABEN FÜR DEN GRUNDSCHULUNTERRICHT VOM 28.03.2013)

[www.kinofenster.de/film-des-monats/archiv-film-des-monats/kf1304/arbeitsblatt-zum-thema-ernaehrung-trommelbauch-kf1304/](http://www.kinofenster.de/film-des-monats/archiv-film-des-monats/kf1304/arbeitsblatt-zum-thema-ernaehrung-trommelbauch-kf1304/)

WIE WIRKLICH IST DIE WIRKLICHKEIT? EINE KURZE GESCHICHTE DES DOKUMENTARFILMS (HINTERGRUNDARTIKEL VOM 28.10.2007)

[www.kinofenster.de/film-des-monats/archiv-film-des-monats/kf0711/wie\\_wirklich\\_ist\\_die\\_wirklichkeit/](http://www.kinofenster.de/film-des-monats/archiv-film-des-monats/kf0711/wie_wirklich_ist_die_wirklichkeit/)

ANIMATION IM REALFILM (HINTERGRUNDARTIKEL VOM 23.06.2011)

[www.kinofenster.de/film-des-monats/archiv-film-des-monats/kf1107-08/animation-im-realfilm/](http://www.kinofenster.de/film-des-monats/archiv-film-des-monats/kf1107-08/animation-im-realfilm/)

VISUELLE EFFEKTE ODER: WIE KOMMT DER TIGER INS BOOT? (HINTERGRUNDARTIKEL VOM 11.12.2012)

[www.kinofenster.de/film-des-monats/archiv-film-des-monats/kf1212/visuelle-effekte-oder-wie-kommt-der-tiger-ins-boot/](http://www.kinofenster.de/film-des-monats/archiv-film-des-monats/kf1212/visuelle-effekte-oder-wie-kommt-der-tiger-ins-boot/)

SUPER SIZE ME (FILMBESPRECHUNG VOM 01.07.2004)

[www.kinofenster.de/filme/neuimkino/archiv\\_neuimkino/super\\_size\\_me\\_film/](http://www.kinofenster.de/filme/neuimkino/archiv_neuimkino/super_size_me_film/)

RITUALE IM BLAUEN DUNST – STAR-IMAGE UND LOBBY-ARBEIT (HINTERGRUNDARTIKEL VOM 11.10.2006)

[www.kinofenster.de/film-des-monats/archiv-film-des-monats/kf0609/rituale\\_im\\_blauen\\_dunst/](http://www.kinofenster.de/film-des-monats/archiv-film-des-monats/kf0609/rituale_im_blauen_dunst/)

THANK YOU FOR SMOKING (FILMBESPRECHUNG VOM 11.10.2006)

[www.kinofenster.de/film-des-monats/archiv-film-des-monats/kf0609/thank\\_you\\_for\\_smoking\\_film/](http://www.kinofenster.de/film-des-monats/archiv-film-des-monats/kf0609/thank_you_for_smoking_film/)

EINE UNBEQUEME WAHRHEIT (FILMBESPRECHUNG VOM 29.09.2006)

[http://www.kinofenster.de/film-des-monats/archiv-film-des-monats/kf0610/eine\\_unbequeme\\_wahrheit\\_film/](http://www.kinofenster.de/film-des-monats/archiv-film-des-monats/kf0610/eine_unbequeme_wahrheit_film/)

UNSER TÄGLICH BROT (FILMBESPRECHUNG VOM 04.01.2007)

[www.kinofenster.de/filme/filmarchiv/unser\\_taeglich\\_brot\\_film/](http://www.kinofenster.de/filme/filmarchiv/unser_taeglich_brot_film/)

## Filmpädagogisches Begleitmaterial

VISION KINO: SCHULE IM KINO – PRAXISLEITFADEN FÜR LEHRKRÄFTE

[www.visionkino.de/WebObjects/VisionKino.woa/wa/CMSshow/1109855](http://www.visionkino.de/WebObjects/VisionKino.woa/wa/CMSshow/1109855)

## IMPRESSUM

---

kinofenster.de

### Impressum

Herausgeber:

Für die Bundeszentrale für politische Bildung/bpb,  
Fachbereich Multimedia verantwortlich:  
Jan-Philipp Kohlmann (Volontär), Ruža Renić (Vo-  
lontärin), Thorsten Schilling, Katrin Willmann  
Adenauerallee 86, 53115 Bonn,  
Tel. 0228 / 99 515 0, info@bpb.de

Für die Vision Kino gGmbH verantwortlich:

Sarah Duve, Sabine Genz  
Große Präsidentenstr. 9, 10178 Berlin,  
Tel. 030 / 275 77 575, info@visionkino.de

Autoren/innen: Andreas Busche, Stefanie Gerlach,  
Friederike Horstmann, Reinhard Kleber

Unterrichtsvorschläge und Arbeitsblätter:

Anja Damrow, Ronald Ehlert-Klein, Manfred  
Karsch

Redaktion: Andreas Busche, Ronald Ehlert-Klein

Basis-Layout: Raufeld Medien GmbH

Layout: Andreas Busche, Ronald Ehlert-Klein

Bildnachweis: Szenen © Universum Film

© November 2015 kinofenster.de