

Vorwort	5
Praktische Tipps	6
1 Über Freundschaft und Liebe	7
Freundschaftsgedicht	7
Meine Gefühle und ich	8
Gefühlspaare (Fratzen-Memo)	9
Gefühlsthermometer	10
Freundschaft – was ist das?	11
Gute Freunde	12
Erste Liebe	13
Was ist Liebe?	14
Schmetterlinge im Bauch	15
Liebe kann so bunt sein	16
Das Herz fühlt mit	17
Gute Gefühle – schlechte Gefühle	18
Hier bestimme ich!	19
Gemischte Gefühle	20
Fass mich (nicht) an!	21
Die Nein-Hand	22
Neinsagen	23
Gute Geheimnisse – schlechte Geheimnisse	24
2 Über Mädchen und Jungen	25
Über Mädchen und Jungen	25
Typisch Mädchen? Typisch Junge?	26
Nur für Mädchen oder nur für Jungen?	27
Mädchen sind blöd und Jungen sind doof	28
Mädchen und Jungen entwickeln sich anders	29
3 Über die Pubertät	30
Was bedeutet eigentlich Pubertät?	30
Vom Mädchen zur Frau	31
Die Menstruation (Monatsblutung)	32
Körperpflege für Mädchen	33
Vom Jungen zum Mann	34
Der Stimmbruch	35
Feuchte Träume	36
Körperpflege für Jungen	37
Pubertät bei Mädchen und Jungen	38

4	Über die Sexualität	39
	Fragestunde	39
	Sexualität ist bei jedem anders	40
	Sexualität ist nicht peinlich	41
	Ich fühle mich gut, so wie ich bin	42
	Die Geschlechtsteile 1	43
	Die Geschlechtsteile 2	44
	Die Geschlechtsteile 3	45
	Ganz schön intim	46
	Was ist ein Kondom?	47
5	Wie ein Kind entsteht	48
	Wie ein Kind entsteht 1	48
	Wie ein Kind entsteht 2	49
	Im Doppelpack: Zwillinge	50
	Die Schwangerschaft	51
	Das Baby im Mutterleib	52
	Schwangerschaft-Domino 1	53
	Schwangerschaft-Domino 2	54
	Die Geburt	55
	Was ein Baby alles braucht	56
	Das Baby-Quiz	57
	Buntes Familienleben	58
	Familie – ganz schön knifflig!	59
	Das bin ich	60
	Lösungen	61

Die Abfolge der Kapitel stellt keine verbindliche Reihenfolge für die Behandlung im Unterricht dar. Vielmehr wurde versucht, zu zentralen Aspekten der *Sexualkunde in der Grundschule* Angebote zu schaffen, die die Kinder bei der Beschäftigung mit diesem komplexen Thema sensibel unterstützen. Die Inhalte orientieren sich an den Kompetenzbeschreibungen in den aktuellen Lehrplänen der verschiedenen Bundesländer. Selbstverständlich können die Angebote auch in einer anderen, frei gewählten Zusammenstellung eingesetzt werden.

Es bietet sich an, dass vor Beginn der Arbeit mit den Kindern ein Wortschatz vereinbart wird, der für alle verbindlich ist: Heißt es Penis oder Glied? Sprechen wir von Geschlechtsverkehr oder miteinander schlafen? usw. Auf diese Weise wird vermieden, dass es bei der Wortwahl zu (unge wollten) Peinlichkeiten kommt. Dafür eignet sich u. a. das Arbeitsblatt *Sexualität ist nicht peinlich* (S. 41). Ebenso hat es sich als hilfreich für den Unterrichtsverlauf erwiesen, wenn Fragen zum Thema von den Kindern anonym gesammelt werden können, die dann gemeinsam in der Klasse besprochen werden (siehe S. 39). Dafür eignet sich eine Kiste (oder ein großer Briefumschlag), die für alle Kinder frei zugänglich ist, allerdings nur von der Lehrkraft geöffnet werden sollte. Sie ist es auch, die später die Moderation der „Fragestunde“ übernimmt. Wenn die Möglichkeit besteht, hat es sich in der Praxis auch als sehr gesprächsfördernd erwiesen, die Klasse bei der Beantwortung der Fragen nach Mädchen und Jungen zu trennen. Vielleicht kann ein Kollege oder ein Vater aus der Klasse die Moderation für die Jungen übernehmen bzw. eine Kollegin oder eine Mutter für die Mädchen.

Das Buch versteht sich nicht als Lehrgang und erhebt auch nicht den Anspruch, dass alle Seiten im Rahmen einer Unterrichtseinheit *Sexualunterricht* zum Einsatz kommen. Vielmehr zielen die verschiedenen Arbeitsblätter darauf ab, dass sich die Schüler durch **selbstständiges Bearbeiten** mit verschiedenen Themenaspekten auseinandersetzen, vielleicht auch nach Mädchen und Jungen getrennt. Dies ist individuell von Ihnen als Lehrkraft entsprechend der Klassensituation anzupassen.

Auf den **Kopiervorlagen** werden zentrale Themen einzeln aufgegriffen. Es wurde versucht, die Beschäftigung damit möglichst abwechslungsreich zu gestalten. Auf einigen Arbeitsblättern finden sich **differenzierte Aufgabenstellungen**. Dabei sind komplexere Aufgabenformate mit einem ☆ gekennzeichnet. Ob diese differenzierend oder ergänzend eingesetzt werden, entscheiden Sie als Lehrkraft je nach Unterrichtssituation. Durch die bewusst offen formulierten Aufgabenstellungen besteht grundsätzlich die Möglichkeit, zu differenzieren.

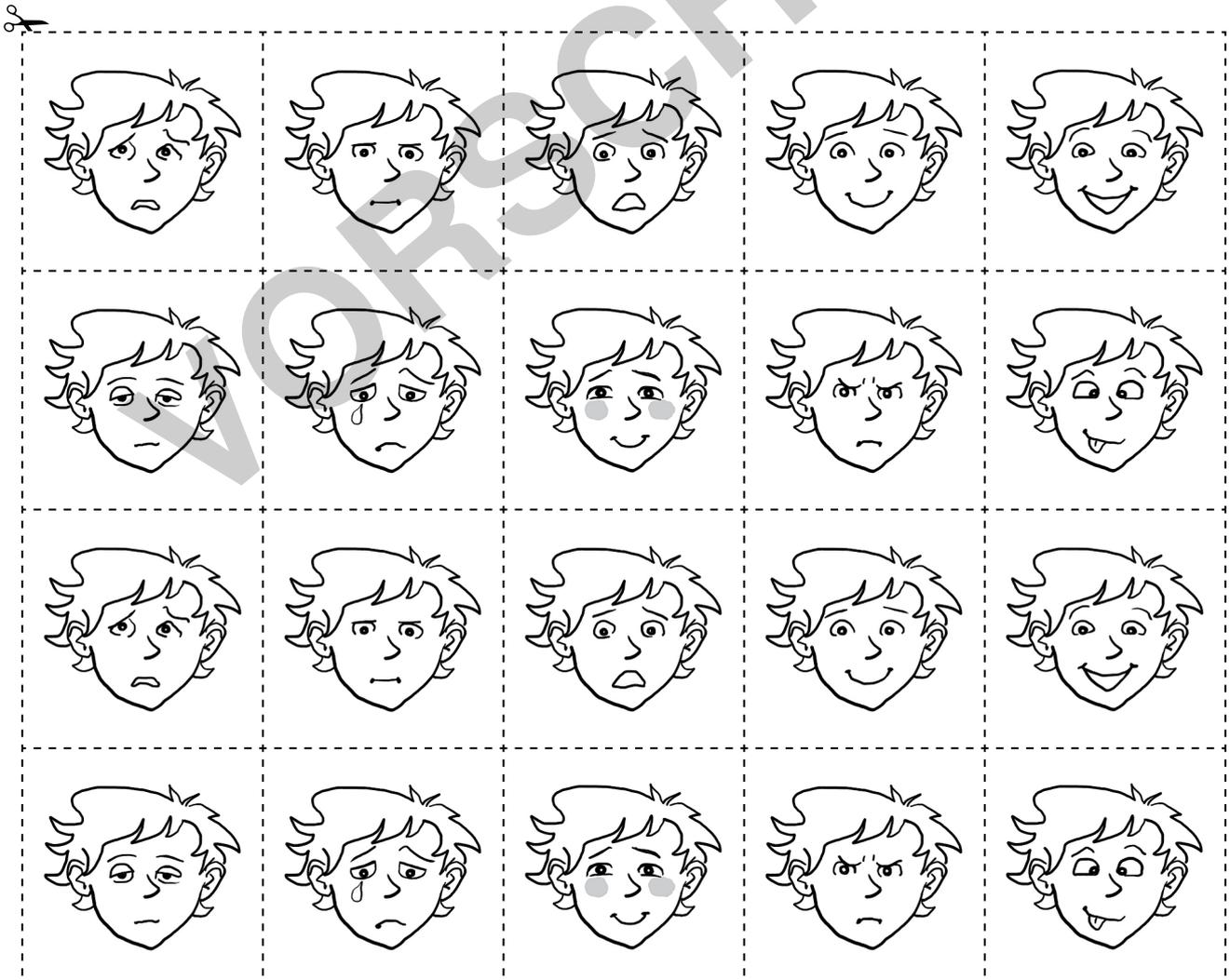
Im Allgemeinen werden die Inhalte der *Sexualkunde* in der **3. und 4. Jahrgangsstufe** behandelt. Entsprechend orientieren sich die meisten Aufgabenformate weitgehend am Lesevermögen der Kinder dieser Jahrgangsstufen. Es gibt aber auch Arbeitsblätter, die bereits in der 2. Klassenstufe eingesetzt werden können. Dies trifft insbesondere auf die Themenblöcke *Über Freundschaft und Liebe* sowie *Über Jungen und Mädchen* zu und wird durch dieses Symbol verdeutlicht: 

Die **Lösungen** (siehe S. 61 ff.) bieten eine schnelle Kontrollmöglichkeit. In der Praxis hat es sich als hilfreich erwiesen, die Arbeitsblätter für die Kinder mit der Lösung zu versehen, wenn sie im Rahmen der Freiarbeit oder des Wochenplans eingesetzt werden, damit die Kinder die Möglichkeit zur Selbstkontrolle „auf einen Blick“ haben.



Gefühlspaare (Fratzen-Memo)

- 1 Suche dir einen Partner oder eine Partnerin.
- 2 Schneidet die Karten aus.
- 3 Spielt das Memo-Spiel:
Legt die Karten mit der Vorderseite nach unten auf den Tisch.
Das Kind mit den meisten Buchstaben im Namen beginnt.
Es deckt zwei Karten auf. Zeigen sie dasselbe Bild,
darf es die nächsten beiden Karten aufdecken.
Passen die Bilder nicht zusammen, ist das andere Kind an der Reihe.
Wer hat am Ende die meisten Kartenpaare?
- 4  Schreibt passend zu jedem Bild ein Wort auf einen Zettel
(zum Beispiel müde, wütend oder lustig).
Spielt dann so, dass immer eine Bild- und eine Wortkarte zusammenpassen müssen.



1 Über Freundschaft und Liebe

Erste Liebe

1 Was weißt du über das Verliebtsein?

Kreuze die passenden Antworten an. Wie heißt das Lösungswort?

a) In welchem Alter kann man sich verlieben?

- bis 18 Jahre (W)
- bis 50 Jahre (U)
- in jedem Alter (G)

b) Wenn man frisch verliebt ist,

- ist man total vernünftig. (R)
- ist man immer traurig. (U)
- ist man aufgeregt. (E)

c) Verlieben können sich

- alle Menschen. (F)
- nur Erwachsene. (N)
- nur Männer in Frauen. (L)

d) Wenn man sich verliebt hat,

- sagt man das niemals. (D)
- sagt man das sofort allen, die man trifft. (A)
- fühlt sich das oft etwas schwierig an. (Ü)

e) Verliebtsein spürt man im Körper als

- Kopfschmerzen. (U)
- Kribbeln im Bauch. (H)
- Rückenschmerzen. (E)

f) Wer verliebt ist,

- schläft überall sofort ein. (R)
- versucht oft, seine Gefühle nicht zu zeigen. (L)
- schreibt nur noch Gedichte und singt Liebeslieder. (B)

g) Man kann sich im Leben

- immer wieder verlieben. (E)
- nur einmal verlieben und dann niemals wieder. (L)
- höchstens sieben Mal verlieben. (S)

Sie werden durch das Verliebtsein ziemlich durcheinandergewirbelt:

a)	b)	c)	d)	e)	f)	g)



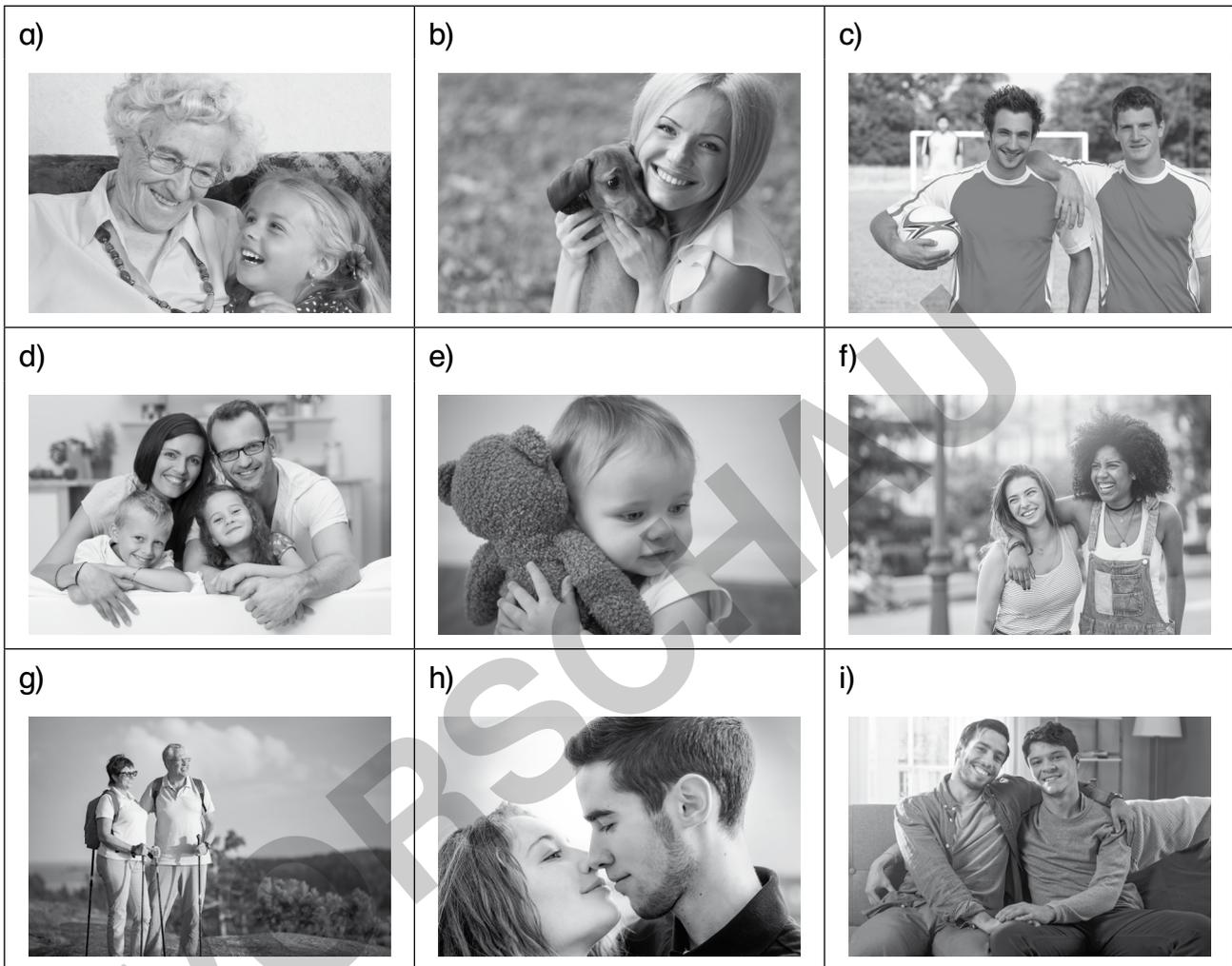
2 Frage deine Mutter oder deinen Vater nach dem ersten Verliebtsein.

Müsst ihr beide über die Geschichte lachen?



Liebe kann so bunt sein

- 1 Welche Fotos haben etwas mit Liebe zu tun?
Sprich mit einem Partnerkind. Begründe deine Meinung.



- 2 Wie setzt du diesen Satz fort?
Vergleiche ihn im Anschluss mit einem Partnerkind.

Es ist Liebe, wenn _____

- 3★ Welches Foto gefällt dir am besten? Begründe deine Wahl.

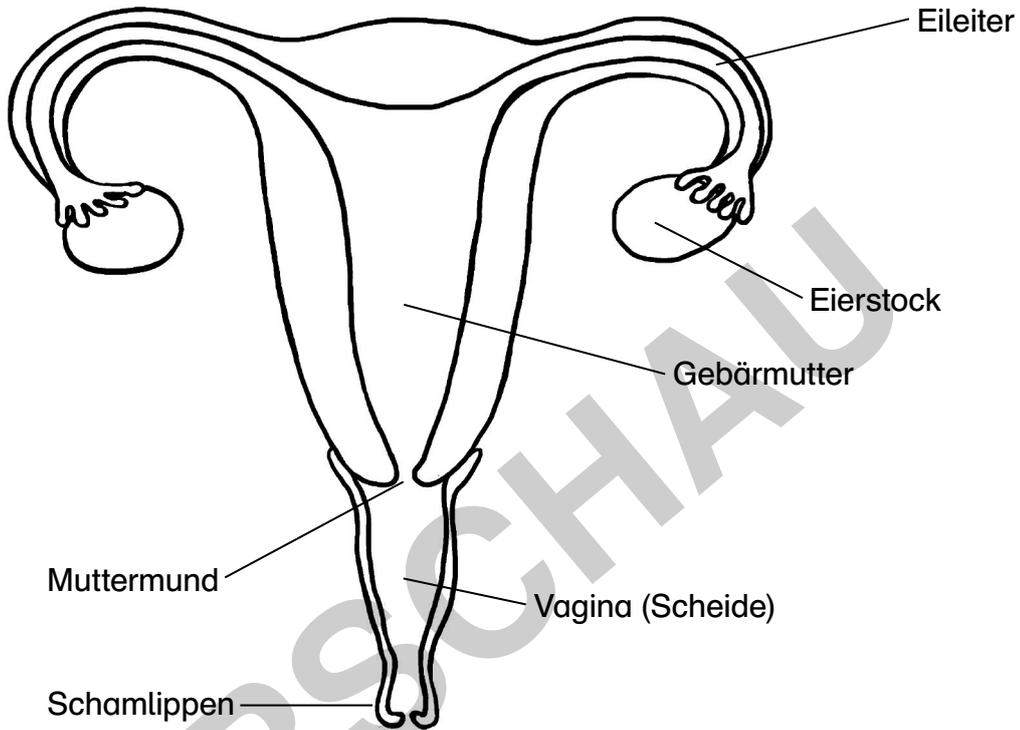
- 4★ Gibt es einen Unterschied, wenn sich junge oder alte Menschen lieben?
Erkläre deine Antwort.

Die Geschlechtsteile (2)

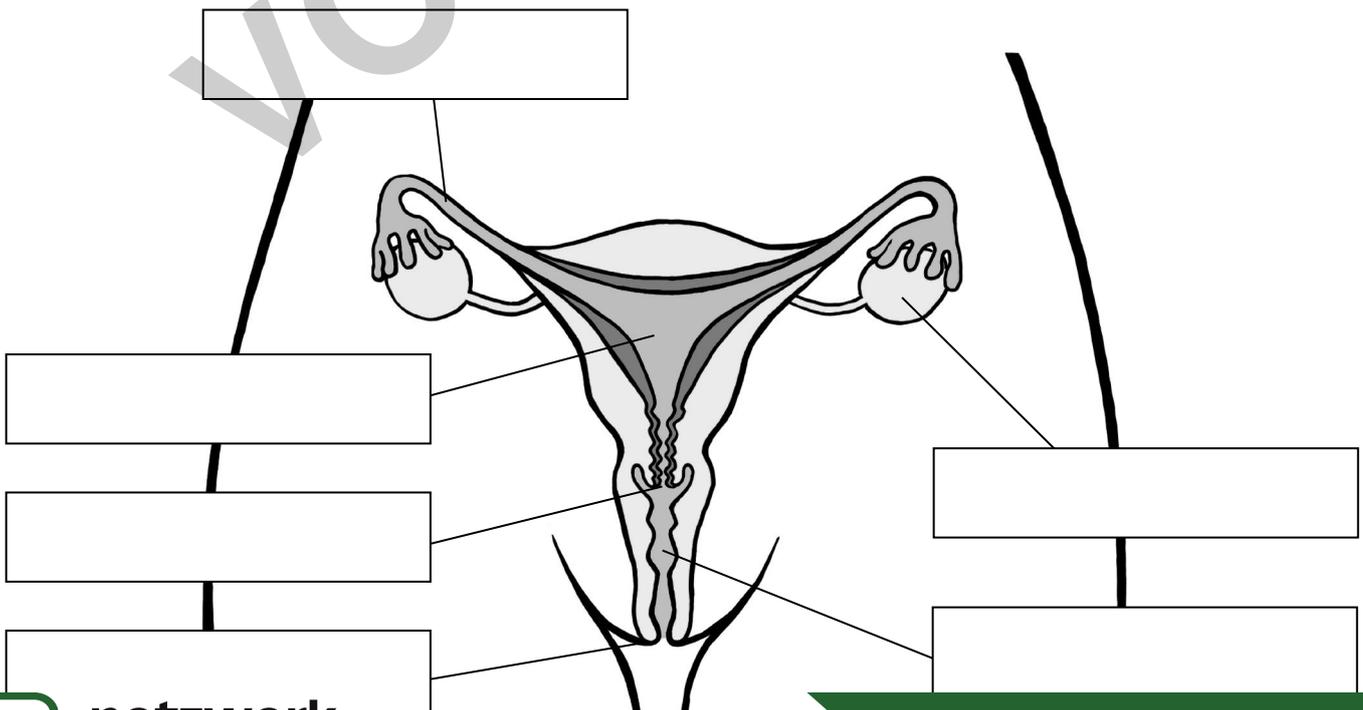
1 Sieh dir die Zeichnung an.
Wessen Geschlechtsteile sind hier zu sehen? Kreuze an.

Frau

Mann



2 Trage die Begriffe von oben richtig ein.



4 Über die Sexualität

Was ist ein Kondom?

1 Kannst du die Fragen beantworten? Die Buchstaben für das Lösungswort helfen dir.

a) Wie sieht ein Kondom aus?



P



B



S

b) Aus welchem Material ist ein Kondom meistens?

Papier

A

Baumwolle

O

Latex

E

c) Wer muss sich das Kondom „anziehen“?

Mädchen

B

Junge

N

beide

D

d) Wo werden Kondome verkauft?

Bäckerei

Y

Apotheke/Drogerie

J

Schule

N

e) Ein Kondom schützt vor AIDS, vor sexuell übertragbaren Krankheiten und vor

Grippe.

E

Schwangerschaft.

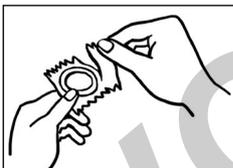
S

Mundgeruch.

K

Lösungswort: _____ (Hier „sitzt“ das Kondom.)

2 Ordne die Texte den Bildern zu.



Rolle das Kondom vorsichtig nach unten. Nicht daran ziehen. Halte den Zipfel oben fest.



Fasse den Zipfel des Kondoms mit Daumen und Zeigefinger an und drücke die Luft aus dem kleinen Ballon oben heraus. Setze das Kondom mit dem Gummiring nach außen auf das steife Glied.



Reiße die Verpackung vorsichtig auf.



Rolle das Kondom bis nach ganz unten.



Streife die Vorhaut (wenn vorhanden)

Die Schwangerschaft

1 Lies den Text.

Zu Beginn der Schwangerschaft sieht man einer Frau noch nicht an, dass sich eine befruchtete Eizelle in ihr befindet, aus der ein Baby entsteht. Der Embryo ist im ersten Monat noch winzig klein.

Erst im vierten Monat wird der Bauch der werdenden Mutter sichtbar runder, was natürlich
5 daran liegt, dass das ungeborene Kind wächst. Im vierten Monat ist der Fötus* ungefähr 12 bis 13 Zentimeter groß. Bei einer Ultraschalluntersuchung ist ab jetzt zu erkennen, ob ein Mädchen oder ein Junge auf die Welt kommen wird. Ab dem fünften Monat sind die Bewegungen des Kindes für die Mutter sehr deutlich zu spüren. Es ist mittlerweile etwa 27 Zentimeter groß und kann die Herztöne seiner Mutter
10 und ihr Sprechen, Singen und Lachen hören.

Zu Beginn des sechsten Monats ist der Fötus bereits etwa 30 Zentimeter groß und wiegt ungefähr 500 Gramm – so viel wie fünf Tafeln Schokolade.

Im siebten Monat ist das Baby bereits sehr weit entwickelt. Es kann schon seine Augen öffnen. Außerdem bildet sich ab jetzt eine kleine Fettschicht. Die ist für die Zeit nach der Geburt
15 wichtig, wenn das Baby nicht mehr das wärmende Fruchtwasser um sich hat. Mittlerweile ist das Baby ungefähr 41 Zentimeter groß.

Im vorletzten Monat der Schwangerschaft geht es vor allem ums Wachsen.

Das gilt auch für die Arme und Beine. Am Ende ist das Baby etwa 46 Zentimeter lang und wiegt ungefähr 2400 Gramm.

20 Während sich das Baby in den ersten Monaten in der Fruchtblase noch recht gut bewegen konnte, ist es mit seinen knapp 50 Zentimetern im neunten Monat jetzt so groß, dass es im Bauch der Mutter eng wird. In den meisten Fällen dreht sich das Kind nun mit dem Kopf nach unten. So ist es bereit für die Geburt.

* der Fötus: So wird der menschliche Embryo ungefähr ab der 9. Schwangerschaftswoche bis zur Geburt bezeichnet.

2 Finde im Text die Angaben zur Größe des Babys. Schreibe sie geordnet auf.

nach 4 Monaten: _____

nach 7 Monaten: _____

nach 5 Monaten: _____

nach 8 Monaten: _____

nach 6 Monaten: _____

nach 9 Monaten: _____

3 Warum ist es wichtig, dass sich ein Baby eine Fettschicht zulegt? Unterstreiche die Antwort im Text.

4 Wie groß und schwer warst du bei der Geburt?

Frage deine Eltern. Vergleiche in der Klasse. Was fällt euch auf?