



Inhalt

Erläuterungen	4	Lösungen	55
Elternbrief	9	Lösung Station 2 – Schmetterlinge im Bauch	55
Laufzettel	10	Lösung Station 7 – Was gehört alles zu meinem Körper?	56
Auftragskarten	11	Lösung Station 8 – Der Mädchenkörper verändert sich	57
Stationen	20	Lösung Station 9 – Der Jungenkörper verändert sich	59
Station 1 – Angenehme und unangenehme Gefühle	20	Lösung Station 10 – Die Geschlechtsorgane	61
Station 2 – Schmetterlinge im Bauch	22	Lösung Station 11 – Sex und wie ein Baby entsteht	65
Station 3 – Wie sieht Liebe aus?	23	Lösung Station 12 – Wie entwickelt sich ein Baby?	66
Station 4 – Was ich mag und was ich nicht so mag	24	Lösung Station 13 – So wird ein Baby geboren	67
Station 5 – Nein, stopp!	25	Lösung Station 14 – So leben Familien zusammen	68
Station 6 – Gute und schlechte Geheimnisse	26	Lösung Station 17 – Liebe kennt kein Geschlecht	70
Station 7 – Was gehört alles zu meinem Körper?	28		
Station 8 – Der Mädchenkörper verändert sich	29		
Station 9 – Der Jungenkörper verändert sich	31		
Station 10 – Die Geschlechtsorgane	33		
Station 11 – Sex und wie ein Baby entsteht	37		
Station 12 – Wie entwickelt sich ein Baby?	39		
Station 13 – So wird ein Baby geboren	42		
Station 14 – So leben Familien zusammen	45		
Station 15 – Typisch Mädchen, typisch Jungs?	49		
Station 16 – Ist Rosa eine Mädchenfarbe?	50		
Station 17 – Liebe kennt kein Geschlecht	52		
Station 18 – Mein Leben in der Zukunft	54		



Der Band enthält digitales Zusatzmaterial zum Download. Die Benutzerhinweise zum Download des Zusatzmaterials und den entsprechenden Zusatzcode finden Sie am Ende des Buches.



Einmal Aufklärung, bitte! Sexualerziehung in der Grundschule

*von Anja Buchholtz, mit freundlicher Unterstützung von Susann Robock (Dipl. Sexualpädagogin)
mit Illustrationen von Carla Miller*

Spätestens ab der dritten, vierten Klasse stellen sich Kinder Fragen zu ihrem Körper, zu Sexualität und Geschlechterrollen. Als Lehrkräfte stehen wir nun vor der Herausforderung, unseren Unterricht so zu gestalten, dass sich alle Schüler*innen wahrgenommen und akzeptiert fühlen und wir die Akzeptanz von allen Menschen und Lebensentwürfen in der Gesellschaft stärken. Deswegen funktioniert sexuelle Bildung nie ohne Sozialerziehung. Sie soll die Reflexions- und Kommunikationsfähigkeit unserer Schüler*innen fördern und weiterentwickeln. In einem Schonraum und in einer offenen Atmosphäre müssen wir den Kindern ermöglichen, über die Fragen, die sie bewegen, ins Gespräch zu kommen. Dazu will diese Lernwerkstatt einen Beitrag leisten.

Aufbau und Inhalt der Werkstatt

Grundsätzlich ist das Material für den Einsatz in den Klassenstufen 3 und 4 vorgesehen. Die 18 Stationen bauen nicht aufeinander auf und sind unabhängig voneinander einsetzbar. Sollten Sie als Lehrkraft feststellen, dass einige Kinder aus Ihrer Lerngruppe entwicklungsbedingt noch nicht bereit für einen bestimmten Inhalt sind, können Sie einzelne Stationen entfallen lassen.

Die Lernwerkstatt steigt ein mit den Themen Gefühle und persönliche Wahrnehmung. Um Freundschaft, Zuneigung und Liebe geht es in den nächsten Stationen. Daran schließt sich eine Station zum Thema Intimsphäre an, die den Kindern ermöglichen soll, besser einzuschätzen, welche Situationen für sie angenehm und welche eher unangenehm sind. Hieran anknüpfend üben sie deutlich „Nein“ und „Stopp“ zu sagen und dabei auch den Widerstand eines Gegenübers zu akzeptieren und zu achten. In Verbindung damit wird der Umgang mit guten sowie schlechten Geheimnissen thematisiert und den Kindern vermittelt, wie sie in Situationen Hilfe finden können, die sie überfordern.

Es schließen sich die klassischen Themen des Aufklärungsunterrichts an, also körperliche Veränderungen während der Pubertät, wie die Menstruation oder der Samenerguss. Weibliche und männliche Geschlechtsorgane werden erklärt. Bei den weiblichen Geschlechtsorganen wird in dieser Werkstatt noch nicht zwischen „Vulva“ und „Vagina“ unterschieden, denn für Grundschul Kinder genügt es in der Regel, wenn sie den Begriff „Scheide“ kennen. Da es sicherlich auch einige Kinder gibt, denen die anderen Bezeichnungen schon begegnet sind, wurden sie jedoch in die Lösungsseite zu Station 7 mit aufgenommen. In dieser Station sollen die Kinder Körperteile selbstständig benennen.



Einladung zum Elternabend

Liebe Eltern,

in den nächsten Wochen möchten wir uns im Sachunterricht mit dem spannenden Thema „sexuelle Bildung“ beschäftigen. Sexuelle Bildung umfasst neben der eigentlichen Sexualerziehung (z. B. Veränderungen in der Pubertät) auch die Beschäftigung mit verschiedenen Familienformen, dem respektvollen Umgang miteinander, der Gleichberechtigung von Frauen und Männern in der Gesellschaft sowie einigem mehr.

Für den Unterricht ist es mir wichtig, auf Ihre individuelle Erziehung aufzubauen und sie zu ergänzen. Dazu werde ich die aufkommenden Fragen der Kinder aufgreifen und versuchen auf diesem Weg Lernprozesse anzubahnen. Mit Ihnen möchte ich in ein offenes Gespräch kommen, um Erfahrungen, Fragen, aber auch Sorgen und Ängsten Raum zu geben und eine vertrauensvolle Zusammenarbeit zu ermöglichen.

Um Ihnen Gelegenheit zu geben, Sie über die Ziele und geplanten Inhalte meines Unterrichts zu informieren, möchte ich Sie hiermit herzlich zu einem Elternabend am

_____ um _____ Uhr in unserem Klassenraum einladen.

Folgende Punkte wollen wir besprechen:

1. Die Fragen Ihrer Kinder
2. Ihre Anliegen, Fragen, Ideen und Sorgen
3. Informationen über Ziele und Inhalte des Unterrichts
4. Die Vorstellung von Medien und Materialien
5. Den Austausch über offen gebliebene Fragen

Um einen regen Austausch miteinander zu ermöglichen, bitte ich Sie, schon vorab mögliche Fragen, Sorgen und Anregungen und Ideen zu notieren und am Elternabend mitzubringen.

Ich freue mich auf unsere kooperative Zusammenarbeit.

Freundliche Grüße





Laufzettel

Name: _____



Station	erledigt	Unterschrift
1 – Angenehme und unangenehme Gefühle		
2 – Schmetterlinge im Bauch		
3 – Wie sieht Liebe aus?		
4 – Was ich mag und was ich nicht so mag		
5 – Nein, stopp!		
6 – Gute und schlechte Geheimnisse		
7 – Was gehört alles zu meinem Körper?		
8 – Der Mädchenkörper verändert sich		
9 – Der Jungenkörper verändert sich		
10 – Die Geschlechtsorgane		
11 – Sex und wie ein Baby entsteht		
12 – Wie entwickelt sich ein Baby?		
13 – So wird ein Baby geboren		
14 – So leben Familien zusammen		
15 – Typisch Mädchen, typisch Jungs?		
16 – Ist Rosa eine Mädchenfarbe?		
17 – Liebe kennt kein Geschlecht		
18 – Mein Leben in der Zukunft		



Station 1 – Angenehme und unangenehme Gefühle



So geht es:

Arbeitet an dieser Station zu zweit oder zu dritt.

1. Besorgt euch alle Dinge, die oben in der Spielanleitung stehen.
2. Lest die Spielanleitung gemeinsam und sorgfältig durch.
3. Spielt das Spiel. Tauscht euch darüber aus, welche Gefühle ihr angenehm und welche Gefühle ihr eher unangenehm findet.



Station 2 – Schmetterlinge im Bauch



So geht es:

1. Tim fühlt sich in letzter Zeit ein bisschen seltsam. Lies den Einleitungstext und finde heraus, warum.
2. Tim fragt seine ältere Schwester Thea um Rat. Schneide alle Abschnitte ihres Gesprächs aus und bringe sie in die richtige Reihenfolge.
3. Vergleiche dein Ergebnis mit dem Lösungsblatt.
4. Hast du die Reihenfolge richtig bestimmt, klebe die Abschnitte auf.
5. Wie könnte ein Gespräch zwischen Lisa und Tim aussehen? Suche dir ein Partnerkind und spielt das Gespräch nach.





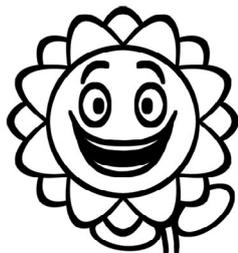
Station 1 – Angenehme und unangenehme Gefühle (1)

Ihr braucht:

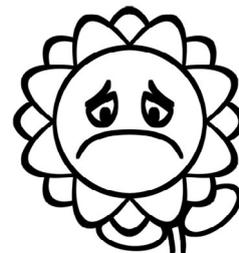
- eine Schnur
- zwei große Kärtchen mit Smileys
- Box mit 40 Gefühlskärtchen

So geht es:

1. Spielt zu zweit oder zu dritt.
2. Legt die Schnur gerade vor euch auf den Tisch. An das linke Ende der Schnur legt ihr das Kärtchen „Das fühlt sich angenehm an.“ und an das rechte Ende das Kärtchen „Das fühlt sich unangenehm an.“.
3. Nun zieht die oder der Erste von euch ein Gefühlskärtchen aus der Box. Sie oder er überlegt jetzt: „Fühlt sich dieses Gefühl eher angenehm oder unangenehm an?“, und legt das Kärtchen entweder auf die linke oder auf die rechte Seite. Ein Gefühl muss dabei nicht immer ganz links oder rechts sein. Es kann auch in der Mitte liegen oder zwischen der Mitte und der rechten oder linken Seite. Für jedes Kind kann das anders sein.
4. Dann ist die oder der Zweite dran, zieht und legt das Kärtchen ab.
5. Wenn alle von euch je zehn Kärtchen gelegt haben, schaut euch das Ergebnis an.
6. Jedes Kind überlegt nun, ob es einige Karten anders gelegt hätte und begründet es, zum Beispiel mit: „Ich finde dieses Gefühl eher unangenehm, weil ...“. Sprecht auch über Situationen, in denen ihr euch so gefühlt habt, zum Beispiel: „Ich habe mich mal fröhlich gefühlt, als ich ...“ Wenn jemand über ein bestimmtes Gefühl nicht sprechen möchte, ist das okay.



Das fühlt sich angenehm an.



Das fühlt sich unangenehm an.



Station 5 – Nein, stopp!

Übung 1

1. Übt zu zweit. Stellt euch ein Stück voneinander entfernt hin und seht euch an.
2. Person 1 steht still da. Person 2 schaut sie wütend an und geht drohend auf sie zu.
3. Wenn Person 1 sich unwohl fühlt und das Gefühl hat, dass Person 2 ihr zu nah kommt, sagt sie laut und bestimmt: „Stopp!“ Dabei muss sie wirklich überzeugend wirken.
4. Person 2 bleibt nur dann stehen, wenn sie das „Stopp!“ überzeugend fand.
5. Wiederholt die Übung zweimal und tauscht dann die Rollen.



Übung 2:

1. Stellt euch einander gegenüber.
2. Person 1 sagt „Bitte, bitte“ auf verschiedene Art und Weise und versucht Person 2 zum Lachen zu bringen. Person 2 muss dabei ernst bleiben und laut und deutlich „Nein!“ sagen.
3. Sobald Person 2 lachen muss, tauscht ihr die Rollen und beginnt von vorn.
4. Übt so lange, bis ihr beide nicht mehr lachen müsst.

Wie habt ihr euch während der beiden Übungen gefühlt?

Was ist euch dabei schwer gefallen und warum?

Was fiel euch dabei leicht und wieso?

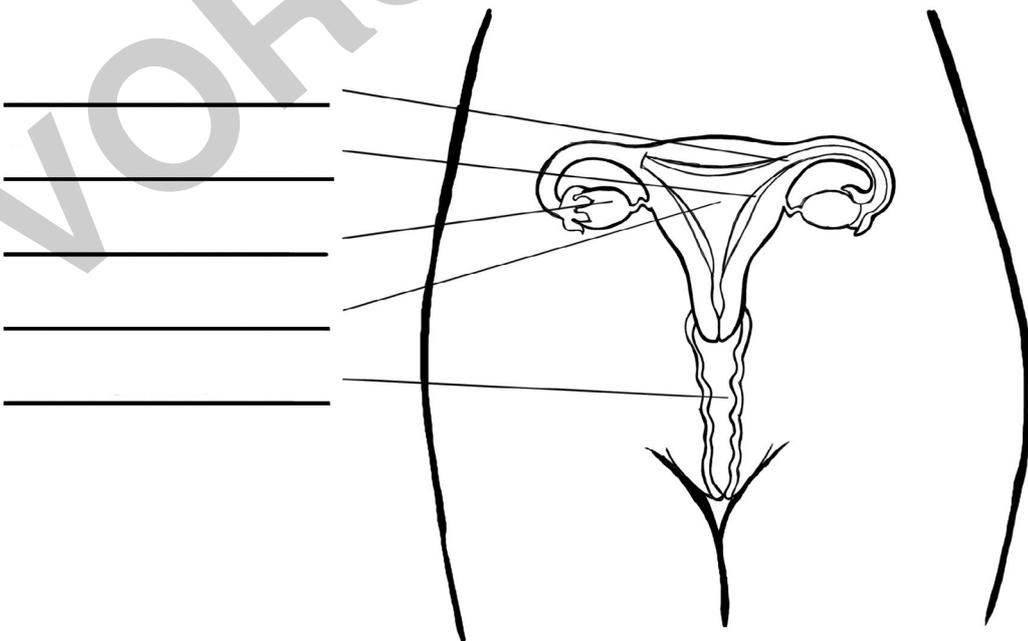
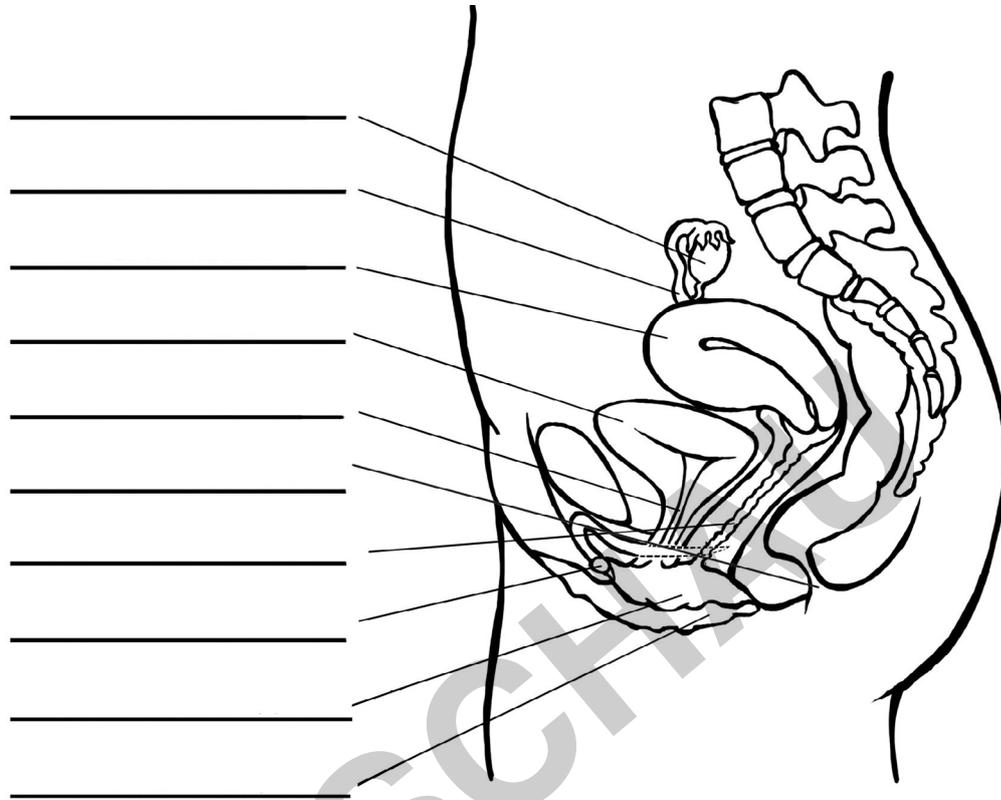


Station 6 – Gute und schlechte Geheimnisse (1)

<p>Du hast dir mit deinem Bruder ein tolles Geschenk für deine Mama ausgedacht. Aber sie soll noch nichts davon wissen.</p>	<p>Mehrere Kinder aus deiner Klasse ärgern während der Pause immer gemeinsam einen Mitschüler auf dem Schulhof. Sie drohen dir, es mit dir genauso zu machen, wenn du es verrätst.</p>
<p>Deine beste Freundin stiehlt etwas in einem Laden, während du dabei bist. Wenn du es nicht weitersagst, bekommst du auch etwas davon ab.</p>	<p>Ihr sucht alle gemeinsam Ostergeschenke im Garten. Du hast das Geschenk für deine Schwester schon entdeckt. Aber du willst es ihr noch nicht verraten.</p>
<p>Die Trainerin deiner Sportgruppe kommt immer mit in die Umkleidekabine, wenn ihr euch alle umzieht. Sie sagt, dass ihr alle ein Bonbon bekommt, wenn ihr es nicht verrätet.</p>	<p>Ihr plant eine Überraschungsparty für eine Freundin zum Geburtstag. Ihr dürft es ihr aber noch nicht verraten.</p>
<p>Mehrere Kinder schauen sich im Schulbus Videos mit nackten Menschen an. Sie sagen, dass du mitschauen kannst, wenn du es niemandem verrätst.</p>	<p>Du sprichst mit einer Freundin oder einem Freund darüber, in wen ihr verliebt seid. Ihr macht aus, es niemand anderem zu sagen.</p>
<p>Du hast deiner besten Freundin oder deinem besten Freund etwas Besonderes geschenkt, was du niemand anderem schenken würdest. Damit niemand neidisch wird, soll das keiner wissen.</p>	<p>Deine Eltern erlauben dir keine Haustiere. Du bekommst von einem Freund eine Schnecke geschenkt. Du versteckst sie in einer Dose unter dem Bett und kümmerst dich um sie.</p>
<p>Eine Freundin erzählt dir, dass ihre Mutter immer wütend wird und sie manchmal schlägt, wenn sie eine schlechte Note mit nach Hause bringt. Sie fleht dich an, es niemandem zu erzählen.</p>	<p>Ein Freund erzählt dir, dass er es seltsam findet, dass der neue Mann seiner Mama ihn immer fotografiert, wenn er sich umzieht.</p>
<p>Du schenkst die Hälfte deines Taschengeldes jeden Monat deiner Freundin, weil sie keins bekommt. Dein Vater möchte wissen, was du mit dem Geld machst.</p>	<p>Du bekommst mit, wie ein kleineres Mädchen auf der Toilette heimlich die Kleidung wechselt, weil sie in die Hose gemacht hat. Sie bittet dich, es niemandem zu sagen.</p>



Station 10 – Die Geschlechtsorgane (4)



Harnblase	Scheide	äußere Schamlippen	Eileiter	innere Schamlippen	Gebärmutter-schleimhaut
	Klitoris	Darmausgang	Eierstock	Gebärmutter	Harnröhre



**netzwerk
lernen**

Anja Buchmoltz: Einmal Aufklärung, bitte! Sexualerziehung in der Grundschule
© Lernbiene Verlag

zur Vollversion



Station 11 – Sex und wie ein Baby entsteht (1)

Wenn sich zwei erwachsene Menschen sehr lieben und sich vertrauen, wollen sie manchmal unter sich und sich ganz nah sein. Das können ein Mann und eine Frau, zwei Männer oder auch zwei Frauen sein.

Dann kuscheln sie ganz viel miteinander und sehen sich liebevoll an. Sie küssen sich gern und streicheln sich am ganzen Körper. Das ist für beide ein ganz schönes Gefühl. Beide können dadurch ganz erregt sein.

Wenn Frau und Mann miteinander schmusen, dann kann der Penis des Mannes steif werden und sich aufrichten und die Scheide der Frau kann feucht werden. Wenn beide es möchten, kann beim innigen Kuscheln der Penis in die Scheide der Frau gleiten. Das fühlt sich dann für beide meistens wunderschön und unbeschreiblich an.

Dazu sagt man „Geschlechtsverkehr“, „Sex haben“ oder „miteinander schlafen“. Man darf frühestens mit 14 Jahren Sex haben. Ab 14 ist Geschlechtsverkehr nicht strafbar – aber er muss freiwillig sein und beide müssen damit einverstanden sein. Erwachsene, die älter als 21 Jahre sind, dürfen nicht mit Jugendlichen unter 16 Jahren schlafen.

Viele Jugendliche möchten mit dem Sex auch lieber warten, bis sie älter sind. Wichtig ist, dass niemand zu etwas gedrängt oder gezwungen wird.

Wie entsteht ein Baby, wenn man Sex hat? Wenn das Gefühl am schönsten ist, dann wandern die Samenzellen aus dem Penis des Mannes in Richtung der Eizelle der Frau. Die schnellste Samenzelle kann die Eizelle der Frau befruchten und ein Kind kann entstehen. Wenn man nicht schwanger werden möchte, haben beide verschiedene Möglichkeiten zu verhüten.



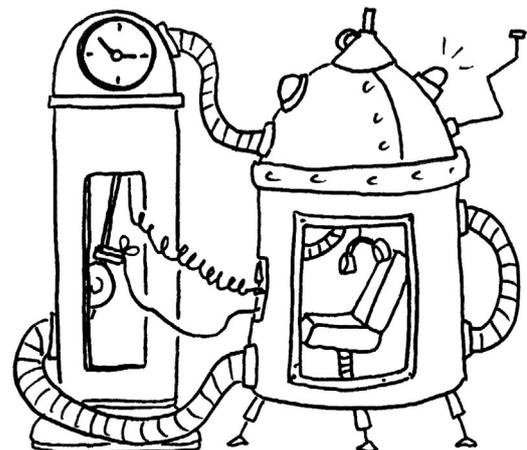


Station 18 – Mein Leben in der Zukunft

So sieht mein Leben in 20 Jahren aus:



VORSCHAU



netzwerk
lernen

Anja Buchholtz: Einmal Aufklärung, bitte! Sexualerziehung in der Grundschule
© Lernbiene Verlag

zur Vollversion



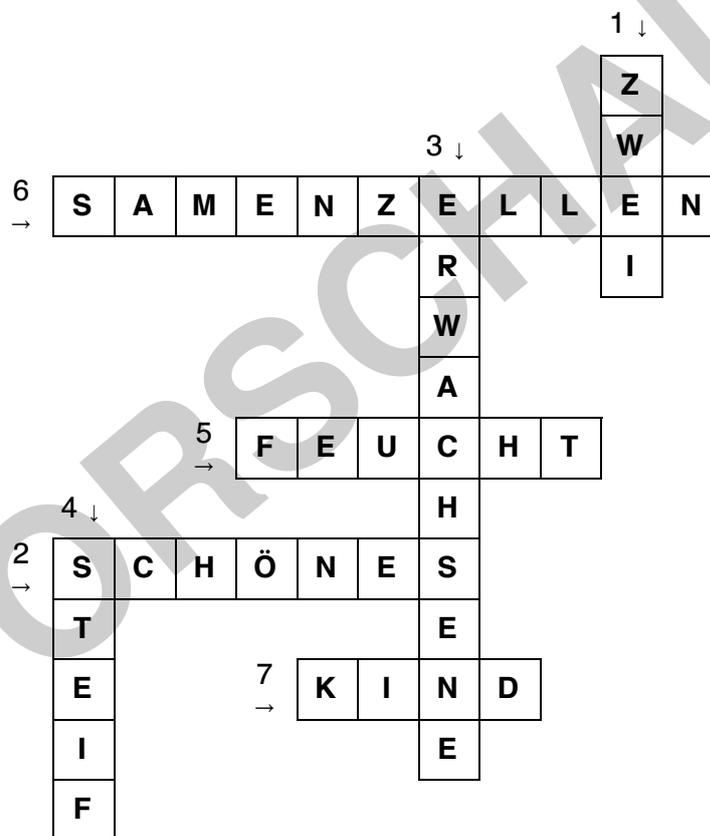
Lösung Station 10 – Die Geschlechtsorgane (1)

<p>Wie heißen die Geschlechtsorgane der Frau?</p>	<p>Mädchen und Frauen haben eine Scheide und eine Klitoris. Durch die Scheide werden später die Babys geboren. Der von außen sichtbare Teil der Klitoris ist ein kleiner Hügel zwischen den inneren Schamlippen. Wenn man die Klitoris vorsichtig streichelt oder massiert, kann sich das - ähnlich wie bei der männlichen Eichel - sehr angenehm anfühlen.</p>
<p>Stimmt es, dass Frauen und Mädchen Eier haben?</p>	<p>Mädchen und Frauen haben Eier, genauer gesagt Eizellen. In den Eierstöcken wachsen diese Eizellen heran und wenn sie befruchtet werden, wird aus ihnen einmal ein Baby. Eine Eizelle ist nur so groß wie ein Bleistiftspitze auf Papier.</p>
<p>Wie groß sind die Eierstöcke einer erwachsenen Frau? Haben sie die Größe von Orangen oder von Mandeln?</p>	<p>Die Eierstöcke einer Frau sind ungefähr so groß wie Mandeln. In jedem Monat reift in jedem Eierstock eine Eizelle heran und wandert in die Gebärmutter.</p>
<p>Was ist die Gebärmutter?</p>	<p>Die Gebärmutter ist ein inneres weibliches Geschlechtsorgan. Bei einer Schwangerschaft nistet sich eine befruchtete Eizelle in der Schleimhaut der Gebärmutter ein. In der Gebärmutter wächst das Baby heran, bis es geboren wird. Bleibt die Eizelle unbefruchtet, wird sie zusammen mit der Schleimhaut mit der Regelblutung ausgeschieden.</p>



Lösung Station 11 – Sex und wie ein Baby entsteht (2)

1. Wenn ... Menschen sich lieben und vertrauen, schlafen sie auch meist miteinander.
2. Wenn zwei Menschen miteinander schlafen, dann ist das oft ein ganz ... Gefühl.
3. Wenn zwei ... miteinander schlafen, nennt man das auch „Geschlechtsverkehr“.
4. Beim innigen Kuscheln kann sich der Penis des Mannes aufrichten und ... werden.
5. Die Scheide einer Frau kann werden, wenn sich beide sehr nah sind.
6. Wenn das Gefühl am schönsten ist, wandern die ... aus dem Penis in Richtung Eizelle der Frau.
7. Wenn sich die Samenzelle eines Mannes und die Eizelle einer Frau treffen, entsteht ein ...



Das möchte ich noch wissen:
