

Sinnespfade zur basalen Förderung Pubertät & Sexualität



Differenzierbare Unterrichtsideen
für Schüler*innen
mit intensivem Förderbedarf



Sinnespfade zur
basalen Förderung

Pubertät & Sexualität

Differenzierbare Unterrichtsideen
für Schüler*innen
mit intensivem Förderbedarf

STEPHANIE KAHLE
HEIKE LÜDDE

Impressum

Titel

Sonderpädagogische Förderung – Geistige Entwicklung:

Sinnespfade zur basalen Förderung: Pubertät und Sexualität

*Differenzierbare Unterrichtsideen für Schüler*innen mit intensivem Förderbedarf*

Autorinnen

Stephanie Kahle, Heike Lüdde

Umschlagfotos und Fotos im Innenteil

Stephanie Kahle, Heike Lüdde

Umschlagillustrationen

Alle Shutterstock.com: Gruppe in Unterwäsche © Marina Besfamilnaia,

Gruppe von vorne © Editable line icons, Gruppe von hinten © StockSmartStart,

Person im Halbkreis © Stranger Man, Kondom © BeataGFX

Sensitivity Reading

F. Ahlers

Druck

Athesia Druck GmbH, Bozen, IT



Verlag an der Ruhr

Mülheim an der Ruhr

www.verlagruhr.de

Geeignet für die Klassen 4–12

Urheberrechtlicher Hinweis

Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen oder außerhalb dieser Bedingungen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages. Im Werk vorhandene Kopiervorlagen dürfen vervielfältigt werden, allerdings nur für Schüler*innen der eigenen Klasse/des eigenen Kurses. Die dazu notwendigen Informationen (Buchtitel, Verlag und Autorinnen) haben wir für Sie als Service bereits mit eingedruckt. Diese Angaben dürfen weder verändert noch entfernt werden. Die Weitergabe von Kopiervorlagen oder Kopien (auch von Ihnen veränderte) an Kolleg*innen, Eltern oder Schüler*innen anderer Klassen/Kurse ist nicht gestattet.

Der Verlag untersagt ausdrücklich das Herstellen von digitalen Kopien, das digitale Speichern und Zurverfügungstellen dieser Materialien in Netzwerken (das gilt auch für Intranets von Schulen und sonstigen Bildungseinrichtungen), per E-Mail, Internet oder sonstigen elektronischen Medien außerhalb der gesetzlichen Grenzen. Kein Verleih. Keine gewerbliche Nutzung.

Näheres zu unseren Lizenzbedingungen können Sie unter www.verlagruhr.de/lizenzbedingungen nachlesen.

Bitte beachten Sie zusätzlich die Informationen unter www.schulbuchkopie.de.

Soweit in diesem Produkt Personen fotografisch abgebildet sind und ihnen von der Redaktion fiktive Namen, Berufe, Dialoge u. Ä. zugeordnet oder diese Personen in bestimmte Kontexte gesetzt werden, dienen diese Zuordnungen und Darstellungen ausschließlich der Veranschaulichung und dem besseren Verständnis des Inhalts.

© Verlag an der Ruhr 2024

ISBN 978-3-8346-6273-6



PEFC/18-31-166

PEFC-zertifiziert

Dieses Produkt
stammt aus
nachhaltig
bewirtschafteten
Wäldern und
kontrollierten Quellen
www.pefc.de

Inhalt

Didaktisch-methodische Anmerkungen	4
Tafelmaterial „Werte für die Sexualkunde“	8

1. „Abenteuer Pubertät“

Übersicht	9
Sinnespfad „Abenteuer Pubertät“	10
Vorlesetext „Abenteuer Pubertät“	16
Vorlage „Pubertät“	18
Vorlage „Körperliche Entwicklung“	20
Vorlesetext zum Lapbook (biologisch weiblich) ..	21
Vorlesetext zum Lapbook (biologisch männlich) ..	22
Lapbookvorlagen zur Pubertät (biologisch weiblich)	23
Lapbookvorlagen zur Pubertät (biologisch männlich)	25

2. „Ich in einer bunten Welt“

Übersicht	27
Sinnespfad „Ich in einer bunten Welt“	28
Vorlage „Vielfalt“	34
Leseblatt für den Lesespaziergang „Bild- und Silbenebene“	35
Leseblatt für den Lesespaziergang „Wortebene“	36
Vorlage „Bildkarten für den Lesespaziergang“ ...	37
Vorlage „Schönheitsideale“	38
Vorlage „Warme Dusche“	41
Vorlage „Koffer“	42
Vorlage „Sei du selbst“	43
Vorlage „Liebe“	44

3. „Beziehungen in meinem Leben“

Übersicht	46
Sinnespfad „Beziehungen in meinem Leben“	47
Vorlage „Beziehungsformen“	53
Vorlage „Lottospiel“	54
Vorlage „Legebild Partnerschaft“	56
Vorlage „Konfliktsituationen“	58
Vorlage „Regeln bei Intimitäten“	60

4. „Ist das okay?“

Übersicht	61
Sinnespfad „Ist das Okay?“	62
Vorlage „Nähe-Kreis“	66
Vorlage „Geheimnisse“	68

5. „Verhütung und Körperpflege“

Übersicht	70
Sinnespfad „Verhütung und Körperpflege“	71
Leseweg „Schwanger werden und schwanger sein“	76
Vorlage „So benutze ich ein Kondom“	79
Vorlage „Verhütungsmittel“	80
Vorlage „So bleibt dein Intimbereich gesund“ ...	82
Geschichte „Einkauf in der Drogerie“	84
Vorlage „Bingospiel: Körperpflege“	85
Vorlage „Styling“	86

Medientipps	87
-------------------	----

Mit den hier vorliegenden Sinnespfaden können Sie **sach-bezogene Bildungsbereiche rund um die Pubertät, Sexualität und Förderung von Ich-Stärke** in heterogenen Lerngruppen für nicht schriftlesende junge Menschen umsetzen.

In dem Band finden Sie insgesamt **fünf Praxiseinheiten, die den Reifungsprozess von Jugendlichen begleiten**.

Gegenseitige Achtung voraussetzend, lernen die Schüler*innen¹ zunächst, Veränderungen in der Pubertät zu verstehen und anzunehmen. Daran anschließend, werden Lernaktivitäten zu den Themen „Freundschaft“, „(Selbst-)Liebe“ und „Diversität“ gestaltet. Es folgen Arbeitshilfen zu den Themen „Körperhygiene“, „Styling“ und „Geschlechtsverkehr“ sowie „Verhütung“ und „Prävention sexueller Gewalt“.

Der Band ersetzt hierbei keine Sequenzplanung, sondern versteht sich als **strukturierte Ideensammlung und Planungshilfe** mit einem Schwerpunkt auf der Ebene des Gegenstand- und Bildlesens.

Gemeinsam mit dem Band **„Sinnespfade zur basalen Förderung. Mein Körper und ich. Differenzierbare Unterrichtsideen für Schüler*innen mit intensivem Förderbedarf“** (ISBN 978-3-8346-6282-8) bietet er **Praxisbeispiele, um die Heranwachsenden sexualpädagogisch zu begleiten**. Mit Blick auf die Lerngruppe können die in diesem Buch vorgestellten Unterrichtsideen durch andere Materialien oder auch Themen ergänzt werden, um die Komplexität der Sexualkunde abzudecken.

Sinnespfade

Die sogenannten „Sinnespfade“ **visualisieren Lernwege** und beinhalten **individualisierbare Angebote** innerhalb eines thematischen Kontextes. Ziel ist dabei, genau zu beobachten, welches Lernangebot welche Reaktion beim Gegenüber hervorruft und so zum individuellen Lernen im Miteinander beiträgt.

Die Sinnespfade wurden ursprünglich für Lernende mit intensiverem Förderbedarf im Sinne einer komplexen „[...] Beeinträchtigung des ganzen Menschen in allen seinen

Erlebnis- und Ausdrucksmöglichkeiten.“² konzipiert und erschienen erstmals als Band mit dem Titel **„Sinnespfade zur basalen Förderung. Ganzheitliches Lernen in Projekten für Schüler*innen mit intensivem Förderbedarf“** (Verlag an der Ruhr, 2022).

In dem folgenden Buch wurden sie erweitert.

Der Fokus liegt hierbei auf:

- Situations- und Gegenstandlesen
- Bildlesen
- Einfacher Sprache

Am Anfang jedes der fünf Sinnespfade finden Sie zunächst **ein Übersichtsblatt des jeweiligen Lernweges als Kopiervorlage** (z. B. S. 9), welches das Unterrichtsthema und die Aktivitäten aufführt und so für individuelle Absprachen im Klassenteam genutzt werden kann.

Dem Übersichtsblatt folgen Erläuterungen und Hinweise zur **Umsetzung** sowie **Differenzierungsmöglichkeiten**. Dabei werden komplexe Sachverhalte **didaktisch reduziert** und Vorschläge für mündliche Erklärungen der Lehrkraft in Einfacher Sprache gegeben. Diese sind kursiv gedruckt. Zum Schluss jedes Sinnespfades finden Sie **Arbeitsblätter und Materialvorlagen**.

Bei der Konzeption haben wir auf Möglichkeiten der **Schaffung gemeinsamer Lernsituationen** geachtet. Wichtig ist uns **das Lernen im Miteinander, der Einbezug verschiedener Sinne** und **das Interesse am Lerngegenstand**. So individuell die jungen Menschen, so flexibel sollte auch der Materialeinsatz erfolgen. Natürlich kann jeder Sinnespfad in der vorgegebenen Abfolge durchgeführt werden. Jedoch kann man – wie bei einem schönen Spazierweg auch – bei interessanten Dingen zurückschauen, sich Informationen durch andere Materialien einholen oder einen Abschnitt später noch einmal durchlaufen.

Wie auch immer am Ende des Weges die individuellen Fußspuren hinterlassen worden sind – die Lernenden haben sich mit dem Sachthema auf unterschiedliche Art und Weise mehrsinnlich auseinandergesetzt.

¹ Der Verlag an der Ruhr legt großen Wert auf eine geschlechtergerechte und inklusive Sprache. Daher nutzen wir das Gendersternchen, um sowohl männliche und weibliche als auch nichtbinäre Geschlechtsidentitäten einzuschließen. Alternativ verwenden wir neutrale Formulierungen. In Texten für Schüler*innen finden sich aus didaktischen Gründen neutrale Begriffe bzw. Doppelformen.

² vgl. Fröhlich, Andreas: Basale Stimulation, 7. Auflage. Verlag selbstbestimmtes Lernen: Düsseldorf, 1991, S. 11.

Erweiterter Lesebegriff und Einfache Sprache

Aufgrund der Heterogenität im Förderschwerpunkt Geistige Entwicklung sind **unterschiedliche Zugriffsweisen auf Unterrichtsinhalte** unabdingbar. Dem Bereich Lesen liegt dabei ein Erweiterter Lesebegriff nach Hublow (1985) zugrunde. Lesen impliziert folglich mehr als die Deutung von Schriftzeichen. Menschen lesen demnach auch Situationen sowie bild- und symbolhafte Zeichen, sodass sich, verkürzt zusammenfassend, drei Lesearten herausstellen lassen:

- Bei der ersten Leseart des Situationslesens werden Personen, Tiere und Realgegenstände im Umfeld geschehen wahrgenommen, in Beziehung gebracht und ihr Sinn wird gedeutet.
- Beim Bildlesen als zweite Leseart werden Abbildungen von Personen, Tieren, Gegenständen und Situationen verschiedener Abstraktionsgrade als Abbilder der Wirklichkeit erkannt und gedeutet.
- Das Schriftlesen als dritte Leseart befähigt zu Leseerfahrungen mit Schriftzeichen und baut Lesefertigkeiten auf Silben-, Wort-, Satz- und Textebene auf.³

Im Sinne einer Einfachen Sprache werden im vorliegenden Band schriftliche und mündliche Erklärungen für die Schüler*innen in Satzkomplexität und Wortschatz didaktisch reduziert.

Leitgedanken

Grundlegend für ein **positiv besetztes Gefühlserleben** innerhalb der Arbeit mit den Sinnespfaden ist eine **wertschätzende pädagogische Haltung mit geduldiger und respektvoller Zuwendung**. Als Voraussetzung gilt das Recht eines jeden Menschen, auf seine Weise zu lernen, wodurch sich für uns Lehrkräfte der Grundsatz ergibt, ihm **individuelle Lernwege** zu ermöglichen, **Zutrauen zu vermitteln und kommunikative Kompetenzen** (u. a. Maßnahmen im Bereich Unterstützte Kommunikation) zu fördern. Im Bereich der Sexualkunde erfordert das nicht selten ein empathisches Herantasten. Erziehungsberechtigte haben ein Informationsrecht und sind in vertrauensvoller Zusammenarbeit wesentliche

Partner*innen der Schule. Darüber hinaus können externe Partner*innen (z. B. Beratungsstellen, Anbieter*innen von Selbstverteidigungskursen, Arztpraxen ...) einbezogen werden.

Die sensible sexuelle Aufklärung verlangt von allen Bezugspersonen eine andauernde **Reflexion eigener Normvorstellungen, Rollenzuschreibungen und des Nähe-Distanz-Verhältnisses**.

Offenheit, Authentizität und Wertschätzung stärken eine höchstmöglich autonomiegeleitete Handlungsfähigkeit der Heranwachsenden.

Sexualpädagogischer Ausgangspunkt

Ein elementarer Bestandteil des menschlichen Selbstbestimmungsrechts ist die Sexualität, welche sich auf alle Lebensphasen erstreckt. Dabei gilt es nicht, zu fragen, ob eine eigenständige Sexualität möglich ist, sondern vielmehr, wie diese mit Blick auf Privatsphäre, Zugänglichkeit und Menschenwürde gestaltet werden kann. Partizipation, Gleichstellung und Selbstbestimmung sind als Leitperspektiven auch in der UN-Behindertenkonvention formuliert. Der Artikel 23 UN-BRK beschreibt das Recht auf freie und verantwortungsbewusste Entscheidung hinsichtlich Partnerschaft, Ehe und Anzahl der Kinder. Die Verfügbarkeit von Aufklärungsmitteln wird als essenziell herausgestellt.

Sexualität zeigt sich individuell und facettenreich und darf unter Berücksichtigung von Persönlichkeitsrechten und Gesetzen verwirklicht werden.

Sporken (1974) definiert Sexualität als die Möglichkeit zur Selbstverwirklichung und als Ausdruck von Kontakt, Beziehung sowie Liebe.

Nach seinem Dreistufenschema umfasst sie

- die Gestaltung von Beziehungen und menschliche Verhaltensweisen,
- Gefühlsregungen, Freundschaft, Liebe sowie das Gefühl von Nähe und Distanz,
- körperliche Lust und Genitalsexualität.

Sexualunterricht sollte sich demnach nicht ausschließlich mit dem Fruchtbarkeits- und Lustaspekt, sondern auch

³ vgl. Hublow, Christoph: Lebensbezogenes Lesenlernen bei geistig behinderten Schülern. *Geistige Behinderung*, 24/2, Praxisteil. 1985, S. 2 ff.

mit **dem Identitäts- und Beziehungsaspekt** auseinanderzusetzen.⁴ Dies impliziert die Thematisierung von Gefühlen und der Vielfalt zwischenmenschlicher Beziehungen sowie eine Förderung der Körperwahrnehmung. Über sensomotorische Handlungen werden unter Einbezug der Nah- und Fernsinne identitätsfördernde Erfahrungen gemacht. Durch das Zusammenwirken der Sinnesorgane erlebt sich ein Mensch dann nicht nur als eigene Person, sondern auch in **Interaktion mit seiner Umwelt und in Abgrenzung zu anderen Menschen**. Mit zunehmend operationalem Denken ist eine voranschreitende Entwicklung von Einfühlungsvermögen sowie einer sexuellen Identität und die Übernahme einer Geschlechtsrolle anzunehmen. Dies geht überein mit den Beobachtungen von Walter und Hoyler-Herrmann (1987), gemäß denen die körperliche Reifung bei Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung in der Regel ohne nennenswerte Abweichung zum üblichen Schema verläuft. Besonderheiten ergeben sich vielmehr im Hilfebedarf, welcher eine geduldige Begleitung im Bereich der Persönlichkeitsentwicklung impliziert. Elementar ist der Aufbau eines ausgeprägten Körperbewusstseins durch die eingehende Auseinandersetzung mit sich selbst, seiner Persönlichkeit, dem eigenen Körper und der Entwicklung einer Abgrenzung zu Mitmenschen.⁵

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung beschreibt die psychosexuelle Entwicklung als individuell, auf allen Sinnen basierend und eng an verschiedenste Erfahrungen geknüpft. Von Geburt an prägen Zärtlichkeit, Verlässlichkeit, ein Sicherheitsgefühl und entgegengebrachte Aufmerksamkeit. Die Welt wird entdeckt und Bezugspersonen werden beispielsweise am Geruch erkannt. Etwa im dritten Lebensmonat lächeln Babys bewusst und erweitern so ihr Repertoire zur Kontaktaufnahme. Im Laufe der körperlichen Entwicklung wird der Aktionsradius erweitert. Mit dem Mund wird oral erkundet und intensive Körpererfahrungen werden gesammelt. Bereits im Mutterleib konnten erste körperliche Reaktionen, speziell Erektionen bei biologisch männlichen Kindern, nachgewiesen werden. Etwa im zweiten Lebensjahr beginnen Kinder, Geschlechter zu unterscheiden. Das Interesse steigt und Fragen in der

Auseinandersetzung mit dem Geschlecht häufen sich. Wichtig ist es nun, Begriffe für Ausscheidungsprozesse und Genitalien einzuführen, um eine Abgrenzung zu anderen Körperteilen und eine Benennungsfähigkeit zu schaffen. Das Kleinkindalter ist geprägt von der Lust am Ausprobieren, der Entdeckung des eigenen Willens, der Erlangung einer willentlichen Kontrolle über körperliche Ausscheidungen und dem Ausdruck vieler Gefühle wie auch Zuneigung. Mit etwa vier Jahren spielen die Kinder gerne Rollenspiele und orientieren sich dabei an Klischees. Sie beobachten genau, wie Erwachsene miteinander umgehen. Dies impliziert die gegenseitige Achtung von Grenzen. Kindliche Neugier regt auch zu unbedarften Erkundungsspielen mit Gleichaltrigen, zu sogenannten „Doktorspielen“ an. Diese Körpererkundungen werden auch noch im Grundschulalter beobachtet und gehen einher mit einer zunehmenden Einfindung in Geschlechterrollen. Abhängig vom kulturellen Umfeld und vorgelebten Grenzen entwickelt sich das Schamgefühl. Nach und nach wird im Schulalter auch der Zusammenhang zwischen Zeugung und Schwangerschaft sowie zwischen Lust und Sexualität verstanden, sofern dies von Erwachsenen ausgesprochen wird. Ab etwa zehn Jahren treten erste Anzeichen der Geschlechtsreife auf und Themen zur Körperhygiene sollten verstärkt thematisiert werden. Höchst individuell gehört die Selbststimulation zu den ersten sexuellen Sinneserfahrungen. Hormonelle Stimmungsschwankungen, Momente des Flirtens und sexuelles Begehren treten i. d. R. vermehrt auf. Im Laufe der pubertären Entwicklung grenzen sich die Heranwachsenden von erwachsenen Bezugspersonen ab und die Meinung von Gleichaltrigen gewinnt an Bedeutung. Es findet zumeist eine eindeutige Ausprägung der sexuellen Orientierung statt und die sexuelle Identität festigt sich. Im Alter von 17 Jahren haben mehr als die Hälfte der Jugendlichen Erfahrungen mit Geschlechtsverkehr gesammelt. (vgl. Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)).⁶

Die in diesem Buch vorliegenden differenzierbaren Unterrichtsideen dienen als Anregung für individuell abgestimmte, sexualpädagogische Planungen und sind

⁴ vgl. Sporken, Paul: Geistig Behinderte, Erotik und Sexualität. Patmos Verlag: Düsseldorf, 1974, S. 159 f.

⁵ vgl. Walter, Joachim/Hoyler-Herrmann, Annerose: Erwachsensein und Sexualität in der Lebenswirklichkeit geistig behinderter Menschen. Schindele: Heidelberg, 1987, S. 118.

⁶ online abgerufen am 1.4.2024: www.shop.bzga.de (Artikelnummern 13660300 und 13660400)

als Ergänzung zur **gesamtsexualpädagogischen Begleitung** zu sehen.

Hierbei sind wichtige übergeordnete Ziele:

- Erfassen der pubertären Umstrukturierungsprozesse auf emotionaler und körperlicher Ebene
- Förderung von Empathie, Kommunikationskompetenz und Selbsteinschätzung
- Vermittlung sozialer Normen und sexueller Verhaltensregeln, damit Erlangung eines höheren Maßes an sozialer Integration
- Persönlichkeitsentwicklung und Finden einer individuell passenden Sexualität
- Prävention sexualisierter Gewalt

Die jugendliche Sexualentwicklung kann von der eigenen kognitiven (und körperlichen) Beeinträchtigung beeinflusst sein. Viele junge Menschen haben den Wunsch nach lustvollem Umgang mit dem eigenen Körper, Intimität, Liebe und partnerbezogener Körperlichkeit. Dem gegenüber stehen die Erfahrungen der Grenzen der eigenen Körperlichkeit, die Sichtweisen der unmittelbaren Bezugspersonen, gesellschaftliche Erwartungshaltungen, eingeschränkte Möglichkeiten zur Aufarbeitung pubertärer Konflikte und nicht zuletzt Idealbilder aus sozialen Medien.

Das nachfolgende Material unterstützt Sie bei der sexualpädagogischen Bildung, deren Ziel die höchstmöglich selbstbestimmte Sexualität ist. Durch **anschauliche Vermittlung und produktorientiertes Arbeiten** werden die Jugendlichen befähigt, sich mit den körperlichen Veränderungen auseinanderzusetzen und zu einer **individuellen Sexualität** zu finden.

Ausgangspunkt sind dabei die individuellen Möglichkeiten der Jugendlichen, die eine Anpassung und Ausdifferenzierung der praktischen Unterrichtsideen notwendig machen. Zu Beginn werden Regeln für einen wertschätzenden Umgang besprochen, die zur Visualisierung im Klassenraum auf drei Symbolbilder reduziert wurden (siehe S. 8) und ihren Beitrag für eine interaktiv-kommunikative Sexualkunde im sensiblen Miteinander leisten.

Diversität

Die vorliegenden Inhalte sind an die Bedürfnisse und Erfahrungswelten der Schüler*innen angepasst, sodass sie an einigen Stellen der Vielfältigkeit in unserer Gesellschaft nicht ganz Rechnung tragen können. In vielen Bereichen war eine Abwägung zwischen einer differenzierten Darstellung und didaktischer Reduktion nötig. Ganz konkret betrifft dies den Aspekt der Geschlechtervielfalt. Wir beschränken uns in den Materialien, die sich an Schüler*innen richten, auf die Darstellung der binären Geschlechter „Mann/Junge“, „Frau/Mädchen“. In den Texten für die Lehrenden nutzen wir dagegen die Begriffe „biologisch männlich“ und „biologisch weiblich“.

Bildungs- und Erziehungspartnerschaft

Erziehungsberechtigte und Schule haben einen Erziehungsauftrag. Zusammen mit den Lehrplänen ergibt sich die Behandlung sexualpädagogischer Themen im Unterricht, über die die Bezugspersonen zu informieren sind. Dabei sollte der Inhalt, wesentliche Unterrichtsmaterialien, respektvolle Sprache mit verwendeten Begrifflichkeiten und andere Planungselemente den Erziehungsberechtigten transparent gemacht werden. Eine Informationsstunde im Kreis der Elternschaft unterstützt den Austausch. Eltern werden bestärkt, in häuslicher Atmosphäre mit den Heranwachsenden in das Gespräch zu kommen, und sind auf eventuelle Fragen vorbereitet. Förderbedarfe der Lernenden sind zu berücksichtigen und das Spannungsfeld von Orientierungshilfe sowie Bevormundung zu reflektieren. Dabei kann Informationsmaterial ausgegeben werden (u. a. die Elternratgeber „Über Sexualität reden“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Broschüren vom Bundesverband profamilia e. V., Beratungsstellenangebote der Bundesvereinigung Lebenshilfe e. V., einschließlich Informationsstellen zur Sexualbegleitung und gegen sexualisierte Gewalt).





WERTE für die SEXUALKUNDE



Ich erzähle nur etwas,
wenn ich das auch möchte.
Was ich erzähle,
erzählen andere nicht weiter.

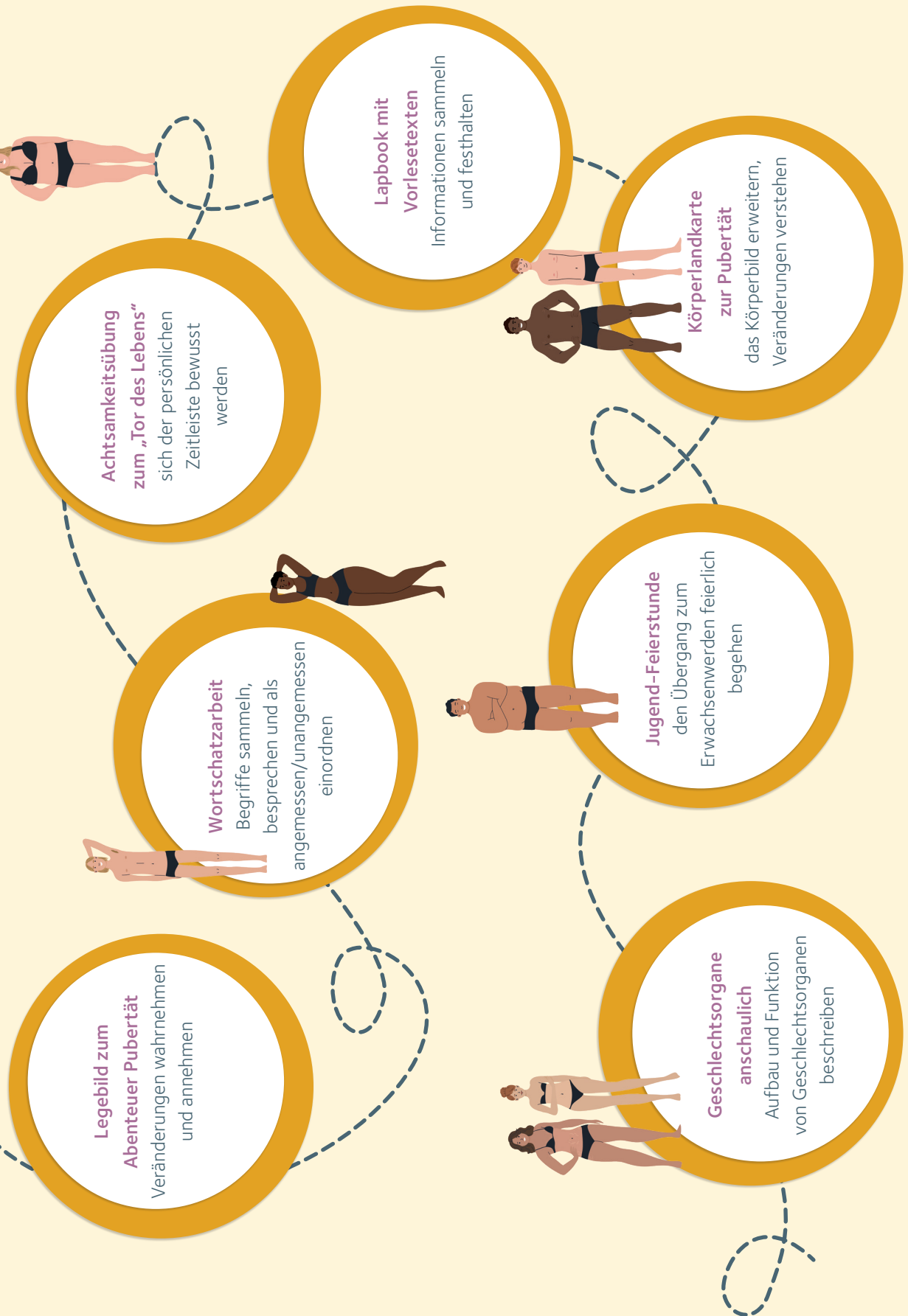


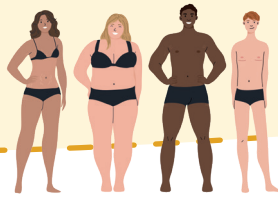
Ich nehme das Thema ernst
und nutze Fachwörter.



Keine Frage ist peinlich.
Ich bin respektvoll und lache
niemanden aus.

Sinnespfad „Abenteuer Pubertät“





Sinnespfad „Abenteuer Pubertät“

„Alle Menschen durchlaufen die Pubertät. Das ist die Zeit, in der ihr euch von Kindern zu Erwachsenen entwickelt.“

Euer Körper verändert sich. Wahrscheinlich möchtet ihr jetzt mehr allein machen oder das Lieblings-Shirt passt nicht mehr, weil ihr schnell gewachsen seid. Die ersten längeren Haare unter den Armen habt ihr vielleicht auch schon entdeckt.

Das alles passiert in der Pubertät – in der Zeit, in der ihr erwachsen werdet.

Oft ist das gar nicht so einfach, weil sich so viel verändert und ihr euch die Frage stellt: Wer bin ich eigentlich? Manchmal ist das alles verwirrend. Man bekommt deshalb schlechte Laune und streitet sich mit den Erwachsenen.

Ihr müsst wissen: Das ist okay! Ihr seid okay, so wie ihr seid! Eure Gefühle fahren manchmal Achterbahn, weil auch im Gehirn etwas durcheinandergerät. Wir werden über die Veränderungen in euren Körpern sprechen, damit ihr sie besser versteht.“

In den folgenden Kapiteln wird der Begriff „Intimbereich“ für die äußeren Geschlechtsorgane genutzt. Über die Intimzone zu reden, ist wichtig – ganz ohne Scham. In der körperwahrnehmungsbezogenen Arbeit gilt es, sensibel auf Reaktionen der Lernenden zu reagieren und so Grenzen sowie Wünsche zu erkennen. Auf der Grundlage wertschätzender Rückmeldungen von Mitmenschen können Schüler*innen mit dem nachfolgenden Sinnespfad:

- Veränderungen wahrnehmen und das Körperbild erweitern.
- sich der persönlichen Zeitleiste bewusst werden.
- Möglichkeiten zum verantwortungsvollen Umgang mit dem eigenen Körper kennenlernen.
- Aufbau und Funktion von Geschlechtsorganen im Ansatz beschreiben.

Legebild zum Abenteuer Pubertät

Material

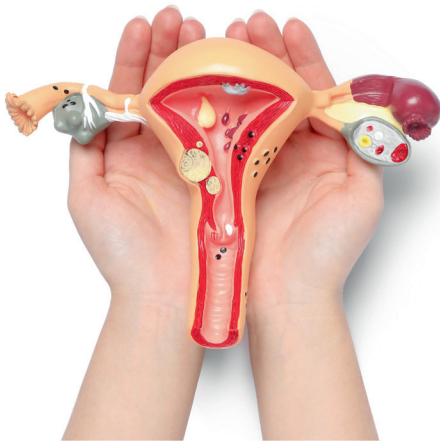
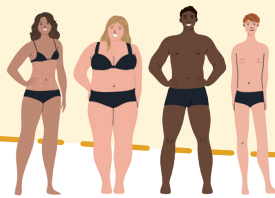
- ✓ Vorlesetext „Abenteuer Pubertät“ (siehe S. 16/17)
- ✓ 2 Körperumrisse (biologisch weiblicher und biologisch männlicher Körper) auf Tapetenbahnen oder weißen Laken
- ✓ Kopiervorlage „Pubertät“ (siehe S. 18/19), ggf. vergrößert kopiert
- ✓ duftende Blüte/Blume
- ✓ Dot-Marker (rot, grün), alternativ Klebpunkte
- ✓ Sport-Shirt, Shampooflasche, Handspiegel, Smileys (lachend, traurig)

Umsetzung

Bereiten Sie zwei Körperumrisse auf Tapetenbahnen oder weißen Bettlaken vor. Alternativ können Sie die Körperumrisse der Kopiervorlage „Körperliche Entwicklung“ von S. 20 (auf DIN-A3-Format vergrößert kopiert) nutzen. Passend zu der Größe der Körperumrisse, legen Sie Abbildungen von zwei Gehirnen, den Geschlechtsorganen und den Smileys bereit (vgl. S. 18/19).



Lesen Sie den Text von S. 16/17 vor und führen Sie an entsprechend markierter Stelle die Aktionen aus. Agieren Sie lerngruppenangepasst und unterbrechen Sie den Vorlesetext bei Rückfragen und Redebedarf der Schüler*innen.



Weiterführende Ideen

Nutzen Sie deutschsprachige Liedtexte als Gesprächsanlässe. Die Lernenden gestalten dazu eigenkreativ Collagen.

TIPP:

deutschsprachige Liedtexte zu den Themen des Erwachsenwerdens:

- ✓ „Happy End“ aus dem Film „Bibi und Tina 3“
- ✓ „Schrei“ von der Band „Tokio Hotel“ (zum Thema „Identitätsfindung“)
- ✓ „Alles wird sich ändern, wenn wir groß sind“ von der Band „Echt“



den Sie im Unterpunkt „Körperlandkarte“ siehe S. 13). Möglicherweise werden in dem Zuge Albernheiten auftreten oder unangemessene Wörter fallen. Dies kann Anlass sein, um die „Werte für die Sexualkunde“ zu wiederholen (siehe S. 8) und einen empathischen Umgang miteinander zu thematisieren. Legen Sie Begriffe und Bezeichnungen fest, die sachlich korrekt und im gemeinsamen Unterrichtsgespräch angemessen sind (z. B. Nutzung des Begriffs „Penis“ statt der Verniedlichung „Pullermann“). Weiterhin bietet es sich an, mit den Jugendlichen ihre Wünsche an die Erwachsenen für den Umgang in der Pubertät zu besprechen (z. B. in Ruhe gelassen werden).

Weiterführende Ideen

Aufgrund gesellschaftlicher Normen entwickeln sich Strategien, um eine Kategorisierung in Frau und Mann vorzunehmen. So können Abbildungen oder Wortkarten (z. B. Achselhaare, Brustwarzen, Hoden ...) gezeigt und zu den drei Kategorien „die meisten Frauen“, „die meisten Männer“ und „gemeinsam“ zugeordnet werden. Dabei wird wertschätzend über Selbstbestimmung und geschlechtliche Vielfalt gesprochen (siehe Kap. 2).

TIPP:

kostenfreies Unterrichtsmaterial⁷ (Vorführrechte beachten)

- ✓ Johnson & Johnson GmbH (www.aufklaerungsstunde.de): Schulpakete mit Monatshygieneartikeln, Beckenmodell und Broschüren
- ✓ erdbeerwoche GmbH (www.erdbeerwoche.com): „ready-for-red-Box“ mit Monatshygieneartikeln, einschließlich Menstruationstasse und Periodenunterwäsche
- ✓ Ritex GmbH (www.ritex.de): Schulbox mit Penisholzmodell, Kondomen und Materialien im Downloadbereich
- ✓ Planet Schule bzw. WDR-Mediathek: Lehrvideos der Reihe „Du bist doch kein Werwolf“
- ✓ ZDF-Mediathek: „Terra X“-Erklärvideos zur Anatomie von Vulva, Vagina, Klitoris und Penis



Wortschatzarbeit

Material

- ✓ Tafel, ggf. zur Veranschaulichung ein Torso, ein Becken- und ein Penismodell
- ✓ optional Kopiervorlage „Körperliche Entwicklung“ (siehe S. 20)

Umsetzung

Erstellen Sie an der Tafel eine Wortsammlung mit den Antworten der Lernenden auf die Frage „Was passiert in der Pubertät?“. Dazu können Sie die Tafel farbig in zwei Bereiche mit den Überschriften „Gefühle“ und „körperliche Veränderungen“ unterteilen. Notieren und visualisieren Sie die Antworten der Schüler*innen (Anregungen dazu fin-

⁷ Stand Juli 2023

Unterrichtsideen voller kreativer Anregungen und Bildungsangebote!

Mit den **5 Sinnespfaden** rund um **Pubertät und Sexualität** erreichen Sie Schüler*innen mit intensivem Förderbedarf und vermitteln zugleich wichtige Lerninhalte:



Jedes Thema umfasst zahlreiche Aktivitäten, mit denen Sie die Schüler*innen in den Bereichen Gestalten, Wahrnehmung, Soziales Lernen, Kommunikation und Interaktion fördern.

- kompakt aufbereitet für eine zeitsparende Vorbereitung und Durchführung
- mit erfahrbaren Bildungsinhalten in Einfacher Sprache mit dem Schwerpunkt des basalen Situations-, Gegenstands- und Bildlesens
- inklusive Fotobeispielen, Anleitungen, Tipps mit weiterführenden Materialempfehlungen sowie Kopiervorlagen

