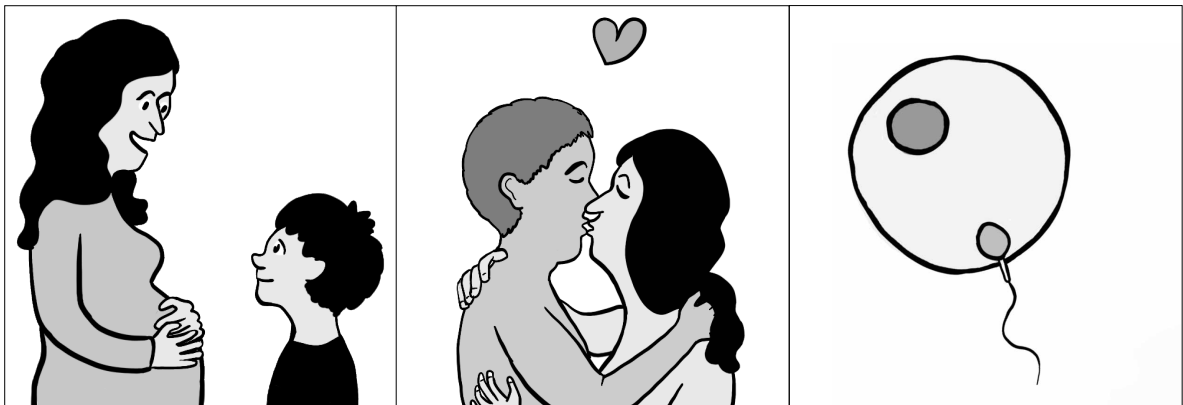


# Materialien für den sexualpädagogischen Unterricht

Für Kinder mit Förderschwerpunkt geistige Entwicklung



# Inhalt

---

Die Materialien gliedern sich in 6 Themenbereiche. Zu jedem Themenbereich gehören eine oder mehrere Unterrichtseinheiten. Die meisten Unterrichtseinheiten bestehen aus einem Leseblatt (LB) und einem Arbeitsblatt (AB).

## **Themenbereich „Gefühle“**

Jeder Mensch hat Gefühle (LB, AB)	1–2
Wie fühlst du dich? (LB)	3

## **Themenbereich „Geschlechtsorgane“**

Richtig waschen ist wichtig für Mädchen (LB, AB)	4–5
Richtig waschen ist wichtig für Jungen (LB, AB)	6–7

## **Themenbereich „Pubertät“**

Jeder Körper verändert sich (LB)	8
So verändert sich der Körper bei Mädchen (LB)	9
So verändert sich der Körper bei Jungen (LB)	10

## **Themenbereich „Geschlechtsverkehr“**

Mama und Papa machen ein Baby (LB, AB)	11–12
So entsteht ein Baby (LB, AB)	13–14

## **Themenbereich „Schwangerschaft und Geburt“**

Wo warst du vor deiner Geburt? (LB, AB)	15–16
Wie bist du geboren? (LB, AB)	17–18

## **Themenbereich „Nein heißt Nein“**

Dein Körper gehört Dir (LB, AB)	19–20
Nein sagen ist wichtig (LB, AB)	21–22

<b>Nutzungsbedingungen</b>	<b>23</b>
----------------------------	-----------

<b>Impressum</b>	<b>24</b>
------------------	-----------



**Diese Kinder haben verschiedene Gefühle.**



Dieser Junge freut sich.



Dieses Mädchen ist traurig.



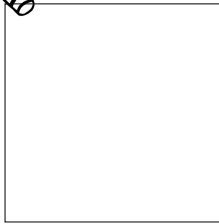
Dieses Mädchen denkt nach.

**Woran kannst Du die Gefühle erkennen?**

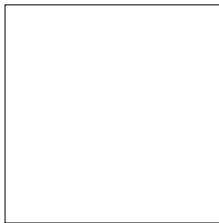
- **Wie ist der Mund?**
- **Wie sind die Augen?**



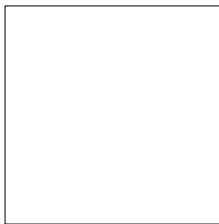
## Lies die Sätze.



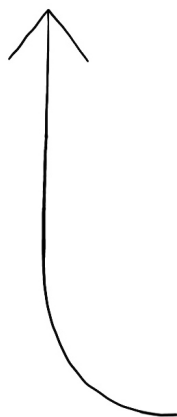
Dieser Junge freut sich.



Dieses Mädchen ist traurig.

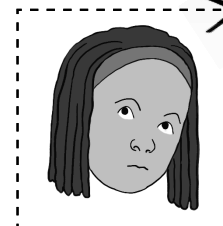
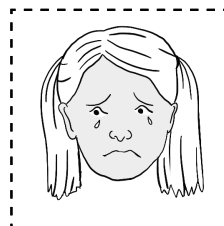
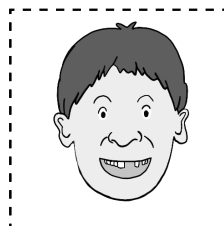


Dieses Mädchen denkt nach.



## Schneide die Bilder aus.

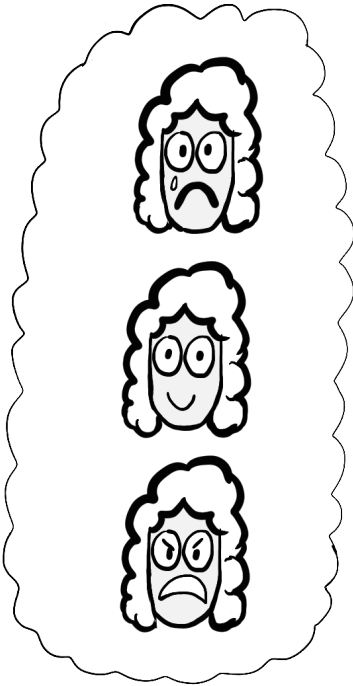
Klebe die Bilder zu den richtigen Sätzen.





Deine Gefühle zeigen dir:

Das ist dir wichtig.



Frage dich deshalb immer:

- Wie fühlst du dich?
- Geht es dir gut?
- Oder magst du das gerade **nicht**?

Überlege auch:

- Wann bist du glücklich?
- Wann bist du traurig?
- Wann bist du wütend?



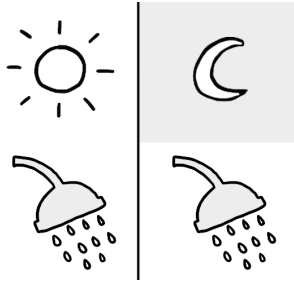


**Deine Scheide hat einen eigenen Geruch.**

Das ist gut so.

Aber waschen ist wichtig.

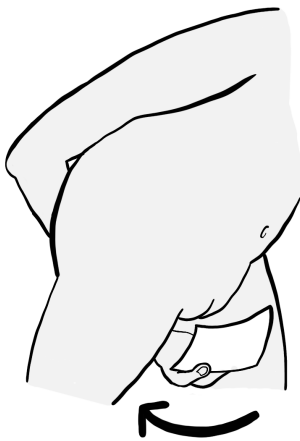
Sonst fängt deine Scheide an zu stinken.



**Wasch dich am besten morgens und abends.**

Benutz dafür viel warmes Wasser.

Wasch deine Scheide **nicht** mit Seife oder Duschgel.



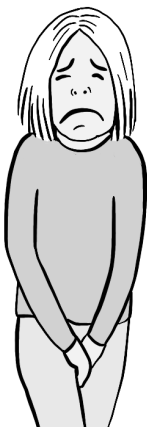
**So wischst du dich auf der Toilette richtig ab:**

Wenn du groß gemacht hast,

nimmst du etwas Klopapier.

Wisch deinen Po **immer** von vorne nach hinten ab.

So kommt **kein** Schmutz in deine Scheide.



**Was ist, wenn die Scheide weh tut oder viel juckt?**

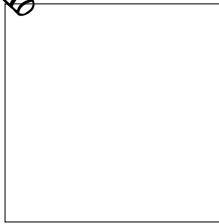
Vielleicht tut die Scheide weh beim Pipi machen.

Dann sprich mit einem Erwachsenen darüber.

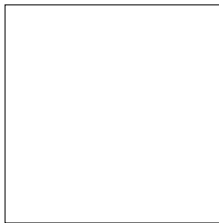
Zum Beispiel mit deiner Mama oder deinem Papa.



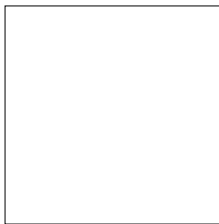
## Lies die Sätze.



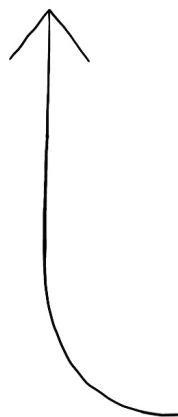
Wasch dich morgens und abends.



Auf Toilette wisch deinen Po  
immer von vorne nach hinten ab.

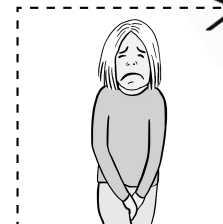
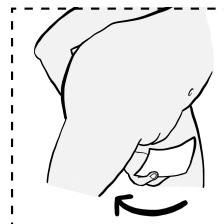
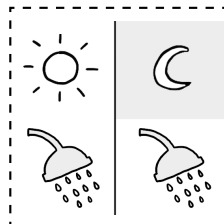


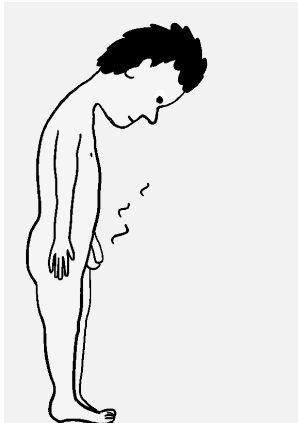
Vielleicht tut die Scheide weh beim Pipi machen.  
Dann sprich mit einem Erwachsenen darüber.



## Schneide die Bilder aus.

## Klebe die Bilder zu den richtigen Sätzen.



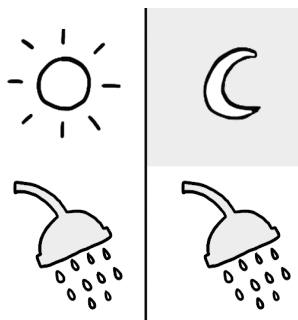


## Dein Penis hat einen eigenen Geruch.

Das ist gut so.

Aber waschen ist wichtig.

Sonst fangen Penis und Hoden an zu stinken.



## Wasch dich am besten morgens und abends.

Wasch deinen Penis und deine Hoden.

Benutz dafür viel warmes Wasser.

Wasch deinen Penis **nicht** mit Seife oder Duschgel.



Penis **mit**  
Vorhaut

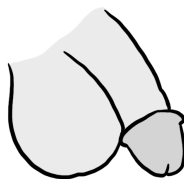
## Am Penis ist die Vorhaut.

Unter der Vorhaut bildet sich etwas Weißes.

Deshalb musst du dich

auch unter deiner Vorhaut gut waschen.

Mach dafür deine Vorhaut ganz zurück.



Penis **ohne**  
Vorhaut

## Manche Jungen haben keine Vorhaut mehr.

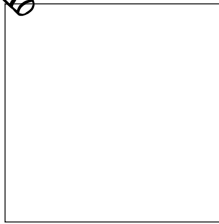
Auch sie waschen den Penis und die Hoden

mit lauwarmem Wasser.

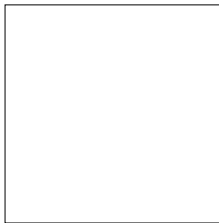




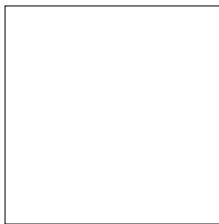
**Lies die Sätze.**



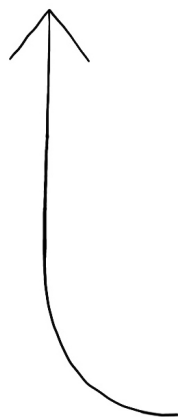
Wasch dich morgens.



Wasch dich auch abends.

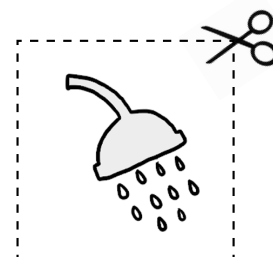
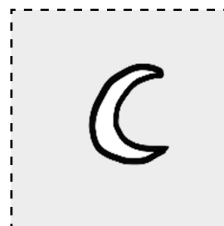
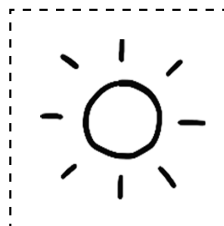


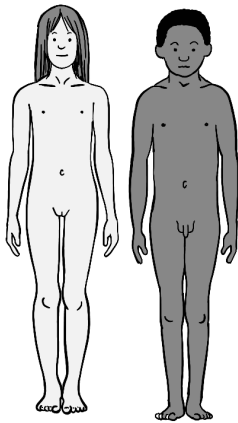
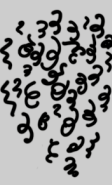
Benutz dafür viel warmes Wasser.



**Schneide die Bilder aus.**

**Klebe die Bilder zu den richtigen Sätzen.**





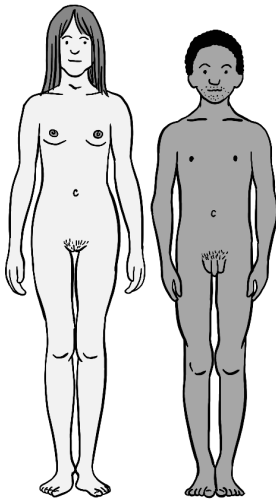
8 Jahre

**Erst ist man ein Kind.**

**Dann kommt man in die Pubertät.**

Das heißt: Man wird langsam erwachsen.

Und der Körper verändert sich.



10–12 Jahre

Bei manchen beginnt die Pubertät später.

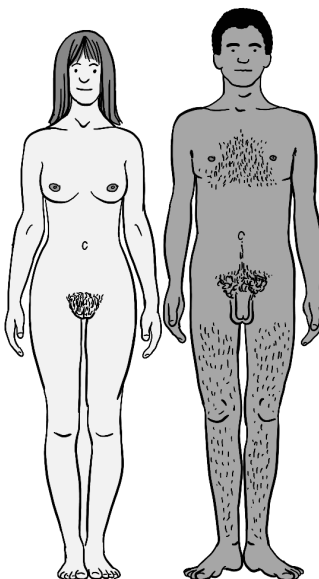
Bei anderen beginnt die Pubertät früher.

Das ist normal.

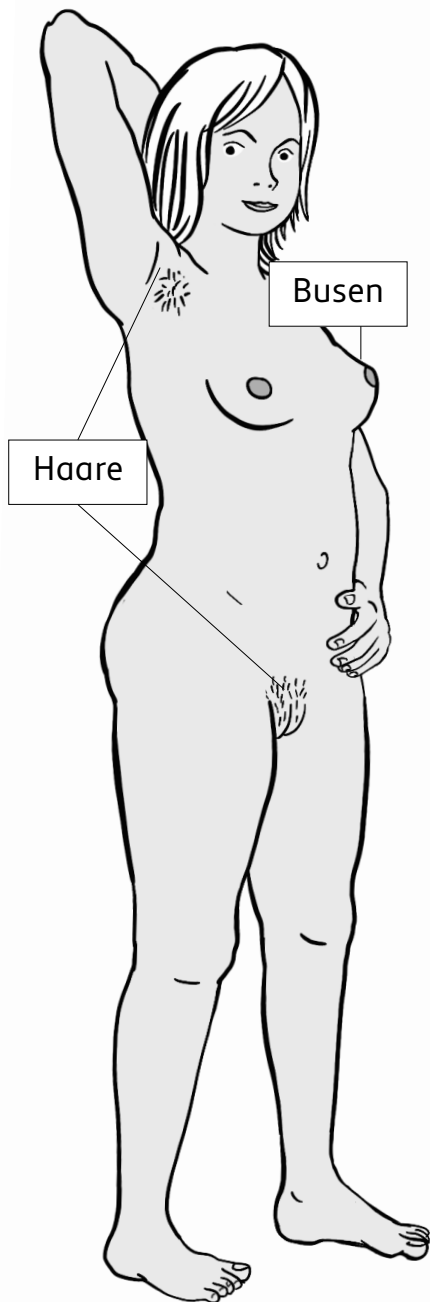
Bei Mädchen verändert sich der Körper mit etwa 10 Jahren.

Bei Jungen verändert sich der Körper

mit etwa 12 Jahren.



18 Jahre



## **Der Busen wächst.**

Manche Mädchen bekommen einen kleinen Busen.

Andere Mädchen bekommen einen großen Busen.

Unter den Armen wachsen **Haare**.

An der Scheide wachsen **Haare**.

## **Die erste Periode kommt.**

Bei der Periode kommt aus der Scheide Blut.

Bei manchen Mädchen tut dabei der Bauch weh.

Die Periode kommt etwa einmal im Monat.



Im Gesicht wachsen **Haare**.

Die Stimme wird **tiefer**.

Unter den Armen wachsen **Haare**.

Die Schultern werden **breiter**.

Um den Penis herum wachsen **Haare**.

**Manchmal wird der Penis steif.**

Das kommt oft ganz plötzlich.

Manchmal kommt etwas Flüssigkeit

aus dem Penis heraus.

Dazu sagt man Samenerguss.

Das ist ganz normal.

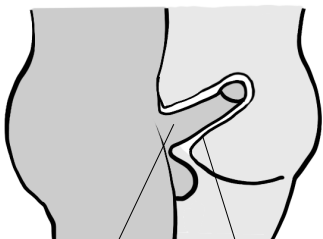


Im Bauch von Leons Mama wächst ein Baby.  
Der Bauch ist ganz dick.  
Leon fragt seine Mama:  
Wie ist das Baby in deinen Bauch gekommen?



Leons Mama sagt:  
Dein Papa und ich haben uns sehr lieb.  
Manchmal möchten wir ganz nah zusammen liegen.  
Wir streicheln und wir küssen uns.  
Das fühlt sich sehr schön an.

Dann wird der **Penis** von Papa steif.  
Der Penis kommt in meine **Scheide**.  
Das nennt man: **Geschlechts-Verkehr**.

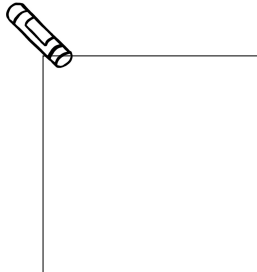


Penis

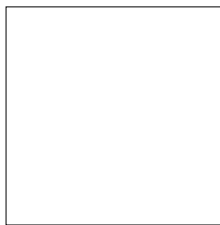
Scheide

Dabei entsteht manchmal ein Baby.  
Das Baby wächst 9 Monate in meinem Bauch.

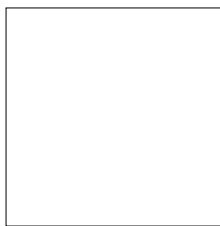
## Lies die Sätze.



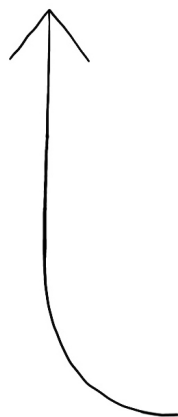
Im Bauch von Mama wächst ein Baby.



Manchmal möchten Mama und Papa ganz nah zusammen sein.

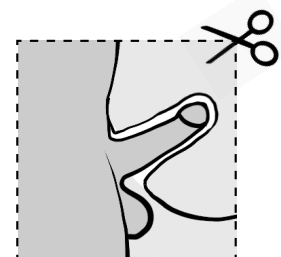
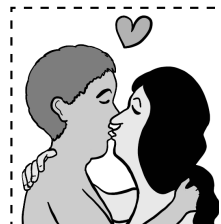
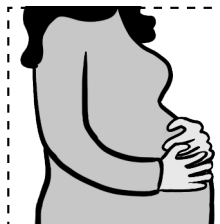


Der Penis kommt in Mamas Scheide.



## Schneide die Bilder aus.

## Klebe die Bilder zu den richtigen Sätzen.

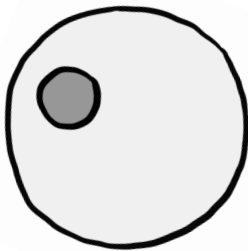




Samenzelle

Männer haben Sperma.

Im Sperma gibt es **Samenzellen**.



Eizelle

Frauen haben eine **Eizelle**.

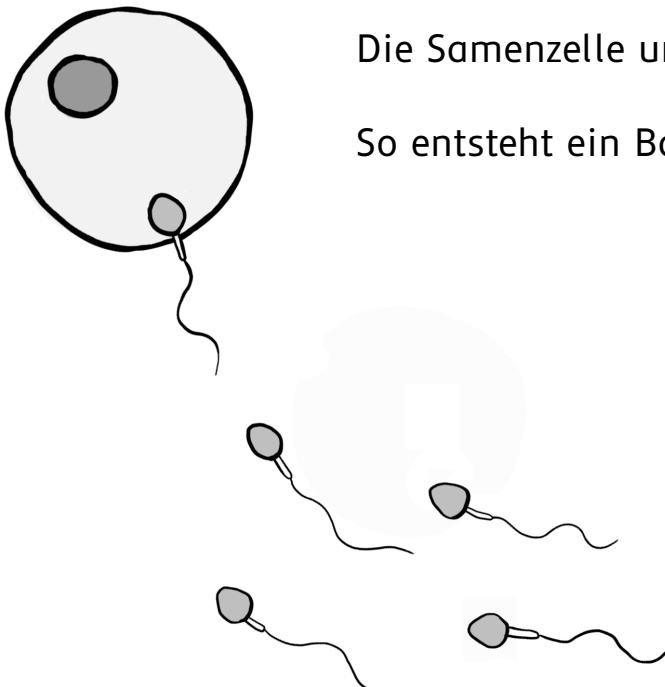
Beim Geschlechts-Verkehr schwimmen  
die Samenzellen zur Eizelle.

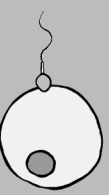
Die Samenzellen schwimmen sehr schnell.

Die schnellste Samenzelle kommt in die Eizelle.

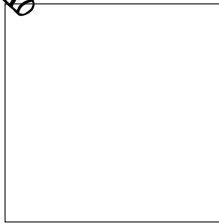
Die Samenzelle und die Eizelle verbinden sich.

So entsteht ein Baby.



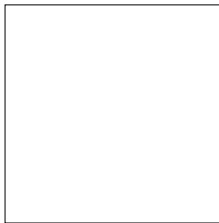


## Lies die Sätze.

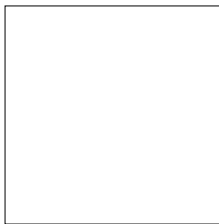


Männer haben Sperma.

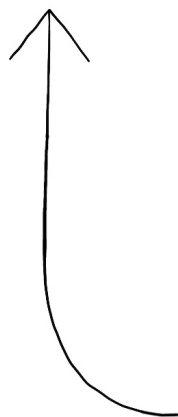
Im Sperma gibt es Samenzellen.



Frauen haben eine Eizelle.

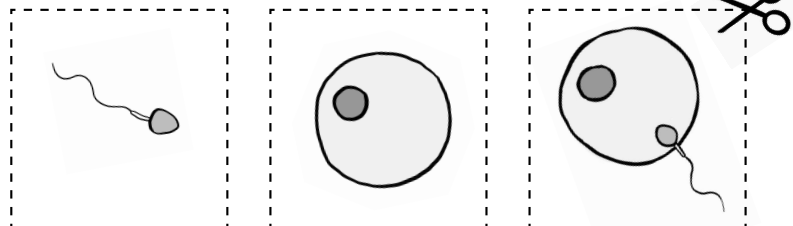


Die schnellste Samenzelle kommt in die Eizelle.



## Schneide die Bilder aus.

## Klebe die Bilder zu den richtigen Sätzen.







Blase  
mit Wasser



Nabel-Schnur

**Vor der Geburt warst du im Bauch  
von deiner Mama.**

Am Anfang warst du so klein wie eine Erbse.

Dann bist du gewachsen.

9 Monate bist du im Bauch gewachsen.

Im Bauch warst du in einer **Blase mit Wasser.**

Das Wasser hat dich geschützt.

Und du hast das Wasser getrunken.

Im Bauch hast du auch gegessen.

Du hast aber noch nicht mit dem Mund gegessen:

Es gab einen Schlauch an deinem Bauch-Nabel.

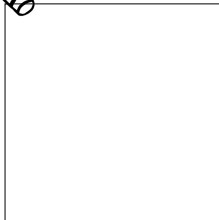
Der Schlauch heißt so: **Nabel-Schnur.**

Das Essen ist durch die Nabel-Schnur

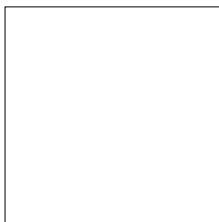
in deinen Körper gekommen.



## Lies die Sätze.



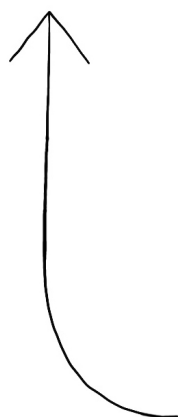
Am Anfang warst du so klein wie eine Erbse.



Im Bauch warst du in einer Blase mit Wasser.

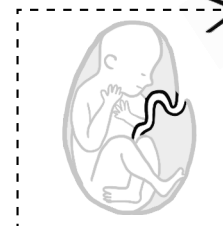
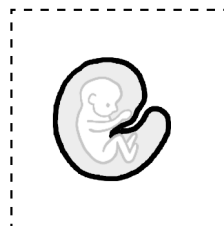
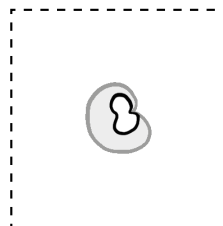


Das Essen ist durch die Nabel-Schnur  
in deinen Körper gekommen.



## Schneide die Bilder aus.

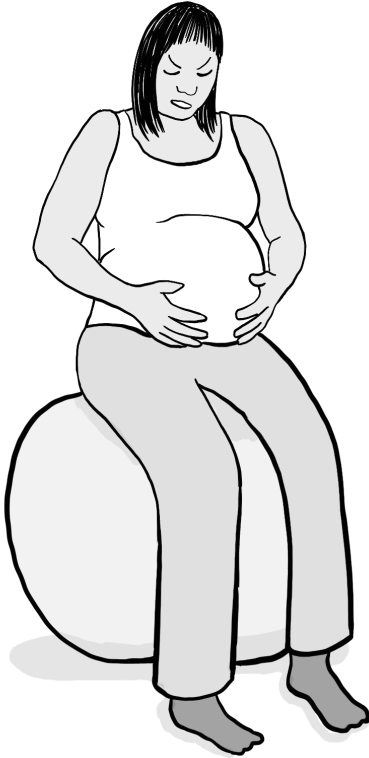
## Klebe die Bilder zu den richtigen Sätzen.





## **Nach 9 Monaten wolltest Du auf die Welt kommen.**

Du warst zu groß für den Bauch  
von deiner Mama.



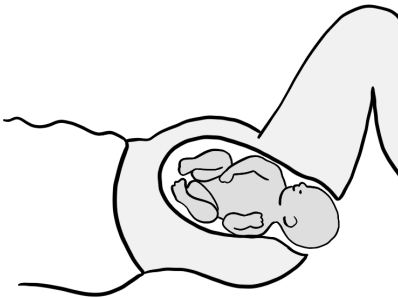
## **Die Geburt war sehr anstrengend.**

Deine Mama musste ganz stark drücken.

Sie hatte dabei Bauchweh.

Das Bauchweh heißt Wehen.

Die Wehen helfen beim Drücken.



## **Du bist durch die Scheide von deiner Mama herausgekommen.**

## **Oder durch einen Schnitt im Bauch.**

Erst ist dein Kopf gekommen.

Dann ist dein Körper gekommen.

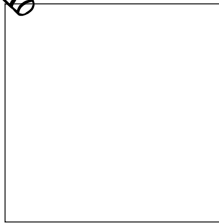
Deine Mama war danach sehr müde.

Aber sie war auch sehr froh.





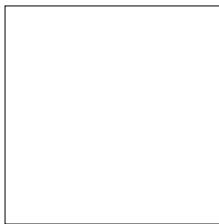
## Lies die Sätze.



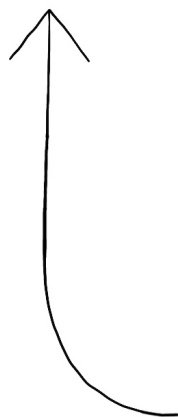
Deine Mama musste sehr stark drücken.



Du bist durch die Scheide von deiner Mama herausgekommen.

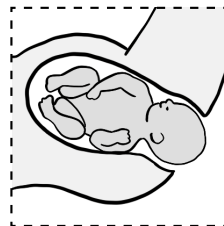


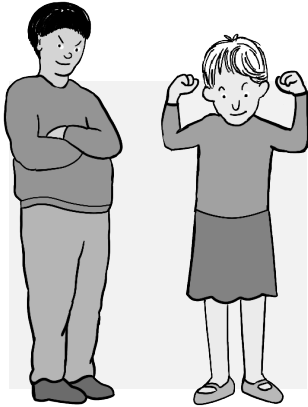
Deine Mama war danach sehr müde.



## Schneide die Bilder aus.

## Klebe die Bilder zu den richtigen Sätzen.





Wer darf dich anfassen?

Und wer darf dich **nicht** anfassen?

**Das entscheidest du selbst.**



**Lieb haben ist schön.**

Manchmal ist anfassen schön.

Manchmal ist umarmen schön.

Aber du entscheidest selbst:

- Wer darf dich anfassen?
- Wer darf dich umarmen?
- Wer darf dich küssen?



Du willst etwas **nicht**?

Zum Beispiel:

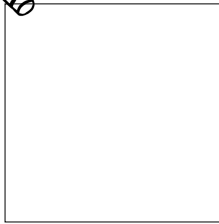
Du willst **keinen** Kuss und **keine** Umarmung?

Dann sag:

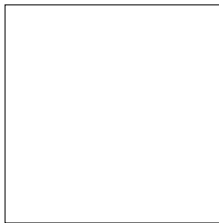
**„Nein! Ich will das nicht.“**



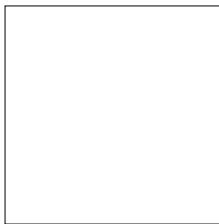
## Lies die Sätze.



Dein Körper gehört dir.



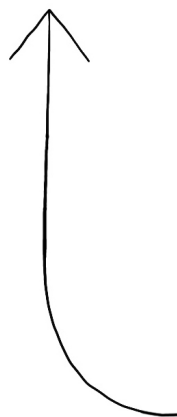
Lieb haben heißt umarmen.



Du willst etwas nicht?

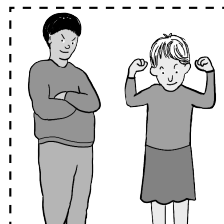
Dann sag:

„Nein! Ich will das nicht.“



## Schneide die Bilder aus.

## Klebe die Bilder zu den richtigen Sätzen.





Zum Beispiel:

Ein Erwachsener sagt zu einem Kind:

„Fass mich zwischen den Beinen an.“

Oder der Erwachsene fasst das Kind an.

Aber das Kind will das nicht.

Das Kind findet das eklig.

Oder es hat Angst.

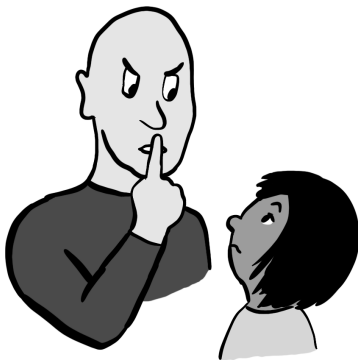
Der Erwachsene sagt vielleicht:

„Das ist unser Geheimnis.

Du darfst nicht darüber reden.“

**Aber der Erwachsene lügt.**

**Das Kind darf darüber reden.**



Wenn dir so etwas passiert:

**Sprich mit einem anderen Erwachsenen.**

**Oder ruf beim Kinder-Schutz-Bund an.**

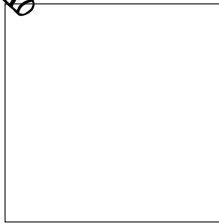
Der Kinder-Schutz-Bund hilft dir.

Das ist die Telefon-Nummer: 08 00 11 10 33 3.

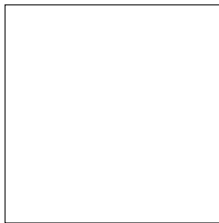




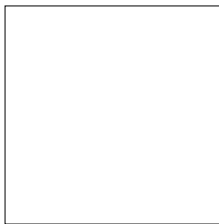
**Lies die Sätze.**



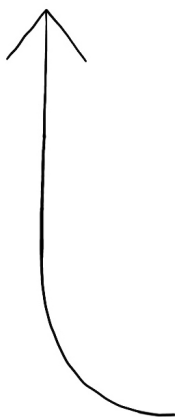
Manchmal muss man Nein sagen.



Der Erwachsene fasst das Kind an.

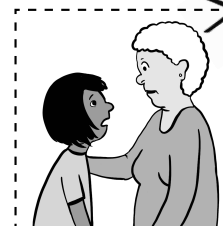
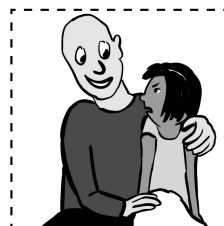


Sprich mit einem anderen Erwachsenen.



**Schneide die Bilder aus.**


**Klebe die Bilder zu den richtigen Sätzen.**





# Nutzungsbedingungen

---

Es gilt folgende Creative-Common-Lizenz: Namensnennung – Nicht kommerziell – Keine Bearbeitungen 4.0 International: 

Sie dürfen das Material in allen Formaten und Medien vervielfältigen und verbreiten. Wir als Lizenzgeberinnen können diese Freiheiten nicht widerrufen, solange Sie sich an die Lizenzbedingungen halten.

## Lizenzbedingungen



**Namensnennung:**

Sie müssen angemessene Urheber- und Rechteangaben machen.

Zum Beispiel: „Texte: Annette Flegel und Inga Schiffler. Bilder: Simone Fass“.

Diese Angaben dürfen auch in anderen angemessenen Weisen gemacht werden. Allerdings darf nicht der Eindruck entstehen, wir als Lizenzgeberinnen unterstützen gerade Sie oder Ihre Nutzung besonders.



**Keine kommerzielle Nutzung:**

Sie dürfen das Material nicht für kommerzielle Zwecke nutzen.



**Keine Bearbeitungen:**

Wenn Sie das Material verändern oder darauf anderweitig aufbauen, dürfen Sie das Ergebnis nicht verbreiten.

**Keine weiteren Einschränkungen:**

Sie dürfen keine zusätzlichen Klauseln oder technische Verfahren einsetzen, die anderen rechtlich irgendetwas untersagen, was die Lizenz erlaubt.

# Impressum

---

**Texte:**

Annette Flegel (Treffpunkt Leichte Sprache der Lebenshilfe Main-Taunus, [www.lhmtk.de](http://www.lhmtk.de)) und Inga Schiffler (<https://www.inga-schiffler.net/>)

**Bilder und Textgestaltung:**

Simone Fass (<https://simonefass.de/>)

**Textprüfung:**

Prüferinnen und Prüfer der Schlocker-Prüfgruppe Hattersheim und der Südpfalzwerkstatt gGmbH in Wörth

Die Materialien für den Sexualpädagogischen Unterricht sind in Zusammenarbeit mit der Grundschule Süd-West in Eschborn erstellt worden.

(<http://gs-sued-west.eschborn.schule.hessen.de/>)

Wir bedanken uns herzlich für die finanzielle Unterstützung des Sparkassen- und Giroverbands Hessen-Thüringen und des Fördervereins der Grundschule Süd-West.

Juni 2020