

Vorwort	6
.....

Beziehungen in unserem Leben	8
.....

Freunde, Verwandte, Bekannte	8
-------------------------------------	----------

Vorlesen: Ein ganz normaler Schultag	8
Sprechen: Familie, Freunde, Bekannte und Fremde	9
Diskutieren: Beziehungen sind verschieden	10
In sich hineinhören: Du tust mir gut!	11
Vorlesen: Weißt du, wie lieb ich dich hab?	11
Sprechen und gestalten: Liebe in Redewendungen	12
Sprechen und gestalten:	
Liebe in verschiedenen Sprachen	12
Hören und gestalten: Liebe in der Musik	13
Vorlesen: Mamas Geburtstag	14
Darüber sprechen: Ist Liebe gleich Liebe?	15

Mein Körper	16
.....

Wer darf über meinen Körper bestimmen?	16
---	-----------

Wahrnehmen: Den eigenen Körper fühlen	16
Ausprobieren: Wie nah darf man mir sein? –	
Die eigenen Grenzen spüren	18
Üben: Nein heißt nein! – Nein sagen lernen	18
Grenzen aufzeigen: Bis hierhin und nicht weiter!	19
Darüber sprechen und vergleichen:	
Grenzen setzen und die Grenzen anderer wahren	19
Erkennen und zeigen: Mein Körper gehört mir!	23
Darüber sprechen: Den Gefühlen auf der Spur	25

Pubertät

.....

Was ist mit meiner Stimme los? 27

Sprechen: Was passiert mit mir in der Pubertät? 27

Sprechen: Veränderungen am Körper und im Kopf 28

Sprechen: Wie geht es mir mit der Pubertät? 28

Die Periode

.....

Einmal im Monat 30

Experimentieren:

Wie viel Blut geht bei einer Periode verloren? 31

Beobachten:

Wie gehe ich mit meiner Monatsblutung um? 31

Basteln und Rechnen: Periodenkalender 33

Aufgabe: Was passiert während meiner Periode
in meinem Körper? 35

Geschlechtsorgane

.....

Was ist denn das da unten? 36

Benennen: Was habe ich denn da? –

Die richtigen Wörter kennen 36

Darüber sprechen: Wie sagst du denn dazu? 37

Kennen und benennen können: Geschlechtsorgane 38

Verhütung

Verhüten, aber wie? 44

Experimentieren: Wie dehnbar ist ein Kondom?	44
Darüber sprechen: Ein Kondom – was ist das genau?	45
Experimentieren: Wie sicher ist ein Kondom?	45
Experimentieren: Verhütungsmethoden nach Sicherheit einstufen	46
Zuordnen: Die Verhütungsmethoden kennenlernen	46

Schwangerschaft

Wie ein Kind entsteht 50

Gestalten: Wenn sich eine Eizelle und eine Samenzelle treffen	50
Gestalten und Sinne trainieren: Vom Embryo zum Baby	51
Vorlesen: In Mama wächst ein neues Leben	53
Beobachten: Kresse beim Wachsen zusehen	53
Darüber sprechen: Wo kommt das Baby zur Welt?	54
Experimentieren: Die Fruchtblase beobachten	54
Vorlesen: Die Reise des Spermiums	55
Sprechen: Wie bekommen verschiedene Tiere ihren Nachwuchs?	57
Sprechen: Geschlechtsverkehr in der Tierwelt	59

Allgemeines zur Projektarbeit 60

Projektphasen	60
Elternkooperation und Projektarbeit	61