

**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***

---

<b><i>Verhüten, aber wie?</i></b> .....	<b>44</b>
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***

---

<b><i>Wie ein Kind entsteht</i></b> .....	<b>50</b>
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