

Erwachsen werden





Erwachsen werden

Diese Materialien ermöglichen die **Erarbeitung, Wiederholung und Festigung** wichtiger Lerninhalte rund um die körperlichen Veränderungen und emotionalen Herausforderungen während der Pubertät.

Die **Themenportal Pubertät Infobroschüren** enthalten alle fürs Lösen der Aufgaben notwendigen Informationen und können unterstützend eingesetzt werden.

Vorwissen der Schüler*innen ist in diesem Fall nicht notwendig.

Die altersadäquat und geschlechterspezifisch aufbereiteten Infobroschüren enthalten die wichtigsten Informationen zum Themenkomplex in kompakter Form. Zusätzlich zu jeder Mädchenbroschüre werden außerdem **kostenlose Proben für Monatshygieneprodukte** beigelegt.

Nach Bestellung der Broschüren auf www.lehrer.at/pubertaet oder unter 01/492 000 3 erfolgt die kostenlose Lieferung direkt an die Schuladresse.



Die Schülerinnen und Schüler

- wiederholen und festigen wichtige Informationen rund um die körperlichen Veränderungen und emotionalen Herausforderungen während der Pubertät.
- setzen sich mit den pubertätsbedingten körperlichen Veränderungen beim anderen Geschlecht auseinander.
- erkennen Fehlinformationen, die rund um den Themenkomplex im Umlauf sind, und können diese widerlegen.
- üben ihr Leseverständnis.
- trainieren das Formulieren verschiedener Textsorten für verschiedene Zielgruppen, im speziellen Fall das Verfassen eines Forumsbeitrages, in den Fachinhalte verpackt werden.

Materialien

Übung 1:	Arbeitsblatt 1/Lösungsblatt 1: Arbeitsblatt 2/Lösungsblatt 2:	Kreuz und quer ♀ Kreuz und quer ♂
Übung 2:	Arbeitsblatt 3: Arbeitsblatt 4:	Pubertät im Schnelldurchlauf ♀ Pubertät im Schnelldurchlauf ♂
Übung 3:	Arbeitsblatt 5/Lösungsblatt 3: Arbeitsblatt 6/Lösungsblatt 4:	Lückenfüller ♀ Lückenfüller ♂
Übung 4:	Beitragskarten 1/Infoblatt 1: Beitragskarten 2/Infoblatt 2:	Ist da jemand? ♀ Ist da jemand? ♂



Wiederholung und Festigung von Inhalten rund um die Pubertät	Aufbau der Unterrichtseinheit	Materialien
	<p>Alle Übungen basieren auf den Inhalten der kostenlosen Infobroschüren für Mädchen und Jungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die mit „♀“ markierten Materialien basieren auf den Inhalten der Mädchenbroschüre. • Die mit „♂“ markierten Materialien basieren auf den Inhalten der Jungenbroschüre. <p>Abhängig von der Ausgangssituation in der Klasse können die Materialien zur gezielten Aneignung oder Wiederholung von Fakten zu pubertären Veränderungen des eigenen und/oder des anderen Geschlechts eingesetzt werden.</p> <p>Übung 1 – Kreuzworträtsel</p> <p>Die Schüler*innen lösen in Einzelarbeit das Kreuzworträtsel. Die Ergebnisse werden mit den Lösungsblättern verglichen und im Klassenverband diskutiert. Anschließend können in Gruppenarbeit eigene Kreuzworträtsel erstellt werden, die zumindest sechs Begriffe umfassen sollten. Diese werden abschließend mit anderen Gruppen getauscht und im Wettbewerb gelöst.</p> <p>Übung 2 – Beantwortung von Wissensfragen</p> <p>In Einzelarbeit beantworten die Schüler*innen die Mischung aus offenen und Multiple-Choice-Fragen. Die Ergebnisse werden im Klassenverband miteinander verglichen und diskutiert.</p> <p>Übung 3 – Lückentext</p> <p>Je nach zur Verfügung stehender Zeit können alle Seiten des Lückentextes oder nur ein oder zwei Seiten gelöst werden.</p> <p>⇒ Variante 1: Gruppenwettbewerb auf Zeit</p> <p>Die Klasse wird in Dreier- oder Viererteams geteilt. Jedes Team erhält ein eindeutiges Erkennungsmerkmal (Zahl, Buchstabe, Name, Farbe, ...).</p> <p>Die Teams haben die Aufgabe, den Lückentext so rasch wie möglich zu ergänzen, mit ihrem Merkmal zu versehen und abzugeben. Haben alle Teams den Text abgegeben, werden die Ergebnisse im Klassenverband miteinander verglichen.</p> <p>In die Auswertung fließen Geschwindigkeit und richtiges Ergänzen der fehlenden Begriffe ein:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die erste Gruppe, die den ausgefüllten Lückentext abgibt, erhält 0 Punkte; die zweite Gruppe, die abgibt, erhält 1 Punkt; die dritte Gruppe erhält 2 Punkte; ... • Für jede falsche Ergänzung erhält eine Gruppe 1 Punkt. <p>Die Gruppe mit den wenigsten Punkten gewinnt.</p>	<p>Kreuz und quer ♀ Arbeitsblatt 1, Seite 5 Lösungsblatt 1, Seite 6</p> <p>Kreuz und quer ♂ Arbeitsblatt 2, Seite 7 Lösungsblatt 2, Seite 8</p> <p>Pubertät im Schnelldurchlauf ♀ Arbeitsblatt 3, Seite 9-10</p> <p>Pubertät im Schnelldurchlauf ♂ Arbeitsblatt 4, Seite 11-12</p> <p>Lückenfüller ♀ Arbeitsblatt 5, Seite 13-16 Lösungsblatt 3, Seite 17-19</p> <p>Lückenfüller ♂ Arbeitsblatt 6, Seite 20-23 Lösungsblatt 4, Seite 24-26</p>



⇒ **Variante 2: Einzelaufgabe**

In Einzelarbeit füllen die Schüler*innen die Lücken im Text.
Die Ergebnisse werden anschließend in Zweiergruppen oder im Klassenverband verglichen.

Übung 4 – Beantwortung von Forumsbeiträgen

Die Schüler*innen werden in mehrere Gruppen geteilt.
Jede Gruppe zieht eine oder mehrere Beitragskarten mit Forumsbeiträgen Jugendlicher. Alternativ zu den Beitragskarten kann auch das Infoblatt projiziert werden.

Aufgabe der Schüler*innen ist es, in Einzelarbeit eine fachlich richtige, für die Zielgruppe verständliche Antwort zu verfassen.

Die Ergebnisse zu den einzelnen Forumsbeiträgen werden in der Gruppe miteinander verglichen. Gemeinsam wird daraus eine Antwort formuliert.

Im Anschluss präsentiert jede Gruppe ihren Forumsbeitrag sowie die dazu verfasste Antwort.

Im Klassenverband wird diskutiert,

- ob die Antwort fachlich korrekt ist.
- ob die Antwort zielgruppenadäquat formuliert wurde.
- welche inhaltlichen bzw. stilistischen Korrekturen den Schüler*innen notwendig erscheinen.

Abschließend können im Klassenverband weitere Fragen gesammelt werden, die im Zusammenhang mit Veränderungen während der Pubertät bzw. mit dem ersten Mal immer wieder auftauchen. Einzelne, in Gruppen oder im Klassenverband können dazu kurze, für die Zielgruppe Jugendlicher verständliche und ansprechende Infotexte verfasst werden.

Ist da jemand? ♀

Beitragskarten 1, Seite 27-28
Infoblatt 1, Seite 29

Ist da jemand? ♂

Beitragskarten 2, Seite 30-31
Infoblatt 2, Seite 32

Zusatzinformation

Arbeitsblatt 3

Pubertät im Schnelldurchlauf ♀

👉 Lösung

1. Das sind die Tage im Monat, an denen die Gebärmutter Schleimhaut, die wegen der Nicht-Befruchtung der Eizelle nicht gebraucht wird, gemeinsam mit Blut und anderen Flüssigkeiten durch den Gebärmutterhals und die Scheide den Körper verlässt.
2. Mit 16 Jahren
3. Die Periode dauert drei bis sieben Tage./kommt in den ersten Jahren unregelmäßig./wird auch als Menstruation bezeichnet.
4. Sie besteht aus der nicht gebrauchten Gebärmutter Schleimhaut, ein wenig Blut und anderen Flüssigkeiten.
5. Wenn die reife Eizelle befruchtet wurde.
6. Die Muskulatur der Gebärmutter zieht sich zusammen, um die nicht mehr benötigte Schleimhaut abzustößen. Dadurch wird die Gebärmutter schlechter durchblutet, was zu Krämpfen führen kann.
7. Atemübungen/Bewegung/Warmer Tee
8. Der Ausfluss sorgt dafür, dass die Scheide nicht austrocknet, und schützt sie vor Infektionen. Ärztlicher Rat ist nötig, wenn er unangenehm riecht oder Juckreiz im Intimbereich besteht.



9. Die Zeit zwischen dem ersten Tag der letzten Periode und dem ersten Tag der neuen Periode
10. Mindestens 21 und maximal 45 Tage
11. Beim Eisprung gibt ein Eierstock eine reife Eizelle ab./Der Eisprung ist der optimale Zeitpunkt, um schwanger zu werden./In der Mitte des Zyklus, rund 13 bis 15 Tage vor der Regelblutung, findet der Eisprung statt./Ohne Eisprung kann man nicht schwanger werden.
12. An vermehrtem vaginalem Ausfluss (Zervixschleim)
13. Binden, Tampons, Menstruationstasse, Menstruationsunterwäsche
14. Binden gibt es sowohl wiederverwendbar als auch wegwerfbar, Menstruationstassen sind generell wiederverwendbar. Binden werden im Slip getragen, Menstruationstassen im Körper.
15. Alle 4 bis 8 Stunden bzw. je nach Periodenstärke auch häufiger
16. Biologisches Geschlecht: Aussage 1/5; Geschlechtsidentität: Aussage 2/3/4
17. Mädchen und Jungen produzieren die gleichen Hormone./Mädchen produzieren mehr weibliche Hormone als Jungen.

Arbeitsblatt 4

Pubertät im Schnelldurchlauf ♂

👉 Lösung

1. Mädchen
2. Nein, das stimmt nicht. Man kann zwar einige unangenehme Nebenwirkungen, wie z.B. Pickel, damit besser im Zaum halten, man kann sie dadurch aber weder beschleunigen, noch verzögern.
3. Die Spermien werden in den Hoden produziert.
4. Sperma (=Samenflüssigkeit) besteht aus den Spermien und einer Flüssigkeit, die von den Samenblasen und der Prostata produziert wird. Es ist weißlich und klebrig und wird bei einer Ejakulation durch die Harnröhre abgegeben.
5. Beide verlassen den Penis durch die Harnröhre, allerdings nie zur selben Zeit.
6. Wenn Sperma aus dem Penis herausspritzt.
7. Der Penis füllt sich zum Teil mit Blut./Männer jedes Alters können sie bekommen./Sie können zufällig und ohne konkreten Anlass passieren.
8. Adamsapfel
9. Um für eine Schwangerschaft gerüstet zu sein, reift im Eierstock eine Eizelle heran und die Gebärmutter Schleimhaut verdickt sich. Kommt es zu keiner Schwangerschaft, wird die Gebärmutter Schleimhaut gemeinsam mit der nicht befruchteten Eizelle abgestoßen und ausgeschieden.
10. Nein – die Größe eines Penis hat nichts damit zu tun, ob man Geschlechtsverkehr haben kann.
11. Biologisches Geschlecht: Aussage 1/5; Geschlechtsidentität: Aussage 2/3/4
12. Hypothalamus und Hypophyse
13. Mädchen und Jungen produzieren die gleichen Hormone./Mädchen produzieren mehr weibliche Hormone als Jungen.
14. 8 bis 10 Stunden
15. Geschlechterrollen spiegeln die Gesellschaft rund um uns wieder. Sie umfassen Charaktereigenschaften und Verhaltensweisen, die typischerweise mit dem biologischen Geschlecht in Verbindung gebracht werden. Tatsächlich sind aber nicht nur die Geschlechtsidentität und der Geschlechtsausdruck nicht vom biologischen Geschlecht abhängig, sondern auch unsere Begabungen, persönlichen Vorlieben, Berufswünsche etc. Geschlechterrollen sagen viel über das soziale Umfeld aus, in dem wir uns bewegen, sie sagen aber nichts über uns selbst und sollten daher auch nicht unser Leben bestimmen.
16. Sie brauchen regelmäßiges Training, um stark und leistungsfähig zu werden.