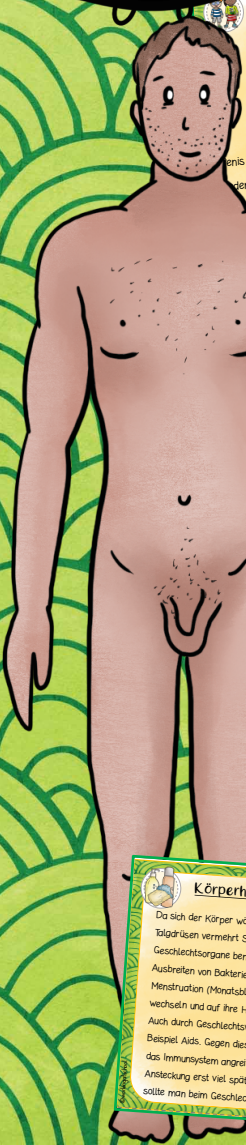
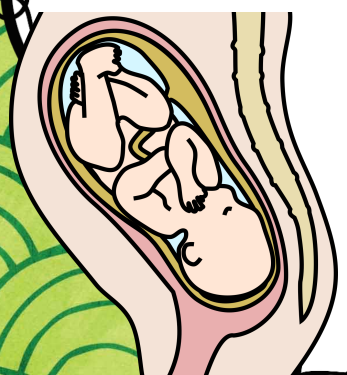




Sachunterricht

Sexualerziehung

Wissenskarten



Angen und Mädchen

Die Pubertät

Die Pubertät bezeichnet man die Entwicklungsphase, in der sich ein Mädchen zu einer Frau entwickelt und ein Junge zu einem Mann. Dabei kommt es nicht nur zu körperlichen Veränderungen des Körpers (der Geschlechtsmerkmale), sondern auch zu verändernden Gefühlen und Stimmungsschwankungen. Bei Mädchen beginnt diese Entwicklung früher als bei Jungen. Die Pubertät beginnt zwischen 10 und 12 Jahren und bei Jungen zwischen 12 und 14 Jahren.

Die Menstruation

Die Eizierstöcke der Frau befinden sich von Geburt an im Beckenbereich. Zwischen dem 10. und 12. Lebensjahr wandert das erste Ei aus dem Eierstock in die Gebärmutter (Eiprung). An der inneren Wand der Gebärmutter bildet sich währenddessen eine dicke Schleimhaut, damit sich dort eine eventuelle befruchtete Eizelle einnisten kann. Zur Zeit des Eisprungs kann eine Frau schwanger werden, wenn die Eizelle mit einer Spermienzelle des Mannes befruchtet wird. Wenn die Eizelle auf dem Weg zur Gebärmutter nicht befruchtet wird, wird sie zusammen mit dem Gebärmutterinneren und Blut aus der Scheide ausgeschieden. Dieser Vorgang wiederholt sich ab dem 12. Lebensjahr. Dieser Vorgang wird als Menstruation bezeichnet. Um das Blut abzugeben, kann die Frau Tampons oder Binden verwenden.

Verhütungsmethoden

Wenn eine Frau beim Geschlechtsverkehr nicht schwanger werden möchte, gibt es verschiedene Möglichkeiten der Verhütung von Eizellen und Spermien zu verhindern. Zu den meist verbreitetsten Verhütungsmethoden gehört das Kondom. Dieser verhütet nicht nur das Eindringen von Spermien in die Scheide, sondern auch das Übertragen von Krankheiten. Ein weiterer Verhütungsmittel ist die Pille. Diese Hormonpille wird täglich von der Frau eingenommen. Sie wirkt, indem sie die Produktion von Eizellen durch die Eierstöcke unterdrückt. Die Spirale ist ein Verhütungsmittel, das in die Gebärmutter eingesetzt wird. Sie wirkt, indem sie die Eizellen in der Gebärmutter abtötet, bevor sie die Scheide erreichen. Das Zäpfchen ist ein Verhütungsmittel, das in die Scheide eingeführt wird. Es wirkt, indem es die Spermien abtötet, bevor sie die Gebärmutter erreichen.

Körperhygiene und Geschlechtskrankheiten

Da sich der Körper während der Pubertät stark verändert und die Schweißdrüsen vermehrt Sekret produzieren, sollte man sich täglich waschen. Geschlechtsorgane benötigen eine tägliche Reinigung, um Infektionen oder Ausbreiten von Bakterien zu vermeiden. Besonders Mädchen sollten während der Menstruation (Monatsblutung) mehrmals täglich die Binden oder den Tampon wechseln und auf ihre Hygiene achten. Auch durch Geschlechtsverkehr können Krankheiten verbreitet werden wie zum Beispiel Aids. Gegen diese Krankheit, die durch das HIV-Virus ausgelöst wird, gibt es bisher keine Medikamente und man muss sich erst viel später um das Risiko für Geschlechtskrankheiten zu schützen. Man sollte man beim Geschlechtsverkehr ein Kondom benutzen.

Geschlechtsverkehr und Befruchtung

Wenn ein Mann und eine Frau miteinander Geschlechtsverkehr haben, wird der Penis des Mannes dick und steif. Er dringt mit seinem Penis in die Scheide der Frau ein. Die Samenflüssigkeit des Mannes enthält viele Millionen Spermien. Die Eizelle der Frau gelangt und weiter über die Gebärmutter in die Scheide der Frau. Dort findet die Befruchtung statt. Die Eizelle und das Spermium verschmelzen zu einem Embryo. Dieser entwickelt sich zu einem Baby. Die Eltern können sich entscheiden, ob sie ein Baby zur Welt bringen wollen. Wenn sie das Baby zur Welt bringen wollen, wird die Eizelle befruchtet. Wenn sie das Baby nicht zur Welt bringen wollen, verwenden sie eine Verhütungsmethode.

Die Schwangerschaft

Bei der Befruchtung verschmelzen Eizelle und Spermienzelle zu einem Embryo. Dieser entwickelt sich zu einem Baby. Die Eltern können sich entscheiden, ob sie ein Baby zur Welt bringen wollen. Wenn sie das Baby zur Welt bringen wollen, wird die Eizelle befruchtet. Wenn sie das Baby nicht zur Welt bringen wollen, verwenden sie eine Verhütungsmethode. Die Schwangerschaft dauert etwa 9 Monate. Am Ende der Schwangerschaft wird das Baby geboren. Die Eltern können sich entscheiden, ob sie das Baby zur Welt bringen wollen. Wenn sie das Baby zur Welt bringen wollen, wird die Eizelle befruchtet. Wenn sie das Baby nicht zur Welt bringen wollen, verwenden sie eine Verhütungsmethode.



Die Pubertät bei Mädchen

Zu Beginn der Pubertät fangen die äußeren Geschlechtsorgane (Brüste) an zu wachsen. Später setzt auch die innere Entwicklung ein. Die Eierstöcke produzieren Eizellen und Östrogen. Die Eierstöcke produzieren Eizellen und Östrogen. Die Eierstöcke produzieren Eizellen und Östrogen. Die Eierstöcke produzieren Eizellen und Östrogen.

Die Pubertät bei Jungen

Zu Beginn der Pubertät fangen die Achselhaare und die Schamhaare an zu wachsen. Später setzt auch die Entwicklung der äußeren Geschlechtsorgane ein. Die Hoden produzieren Spermien und Testosteron. Die Hoden produzieren Spermien und Testosteron. Die Hoden produzieren Spermien und Testosteron.

Die weiblichen Geschlechtsorgane

Die männlichen Geschlechtsorgane

Wissenskartei

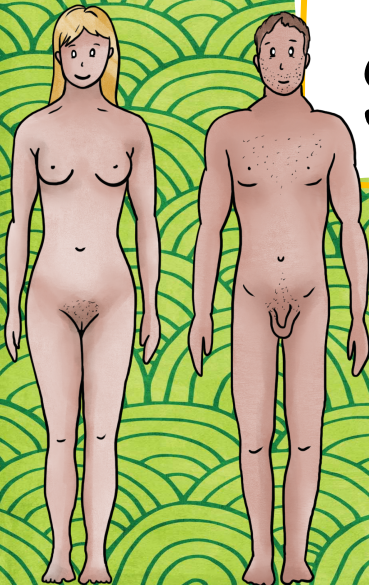
Sexualkunde



©workingatschool

Wissenskartei

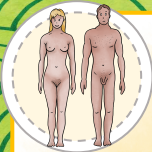
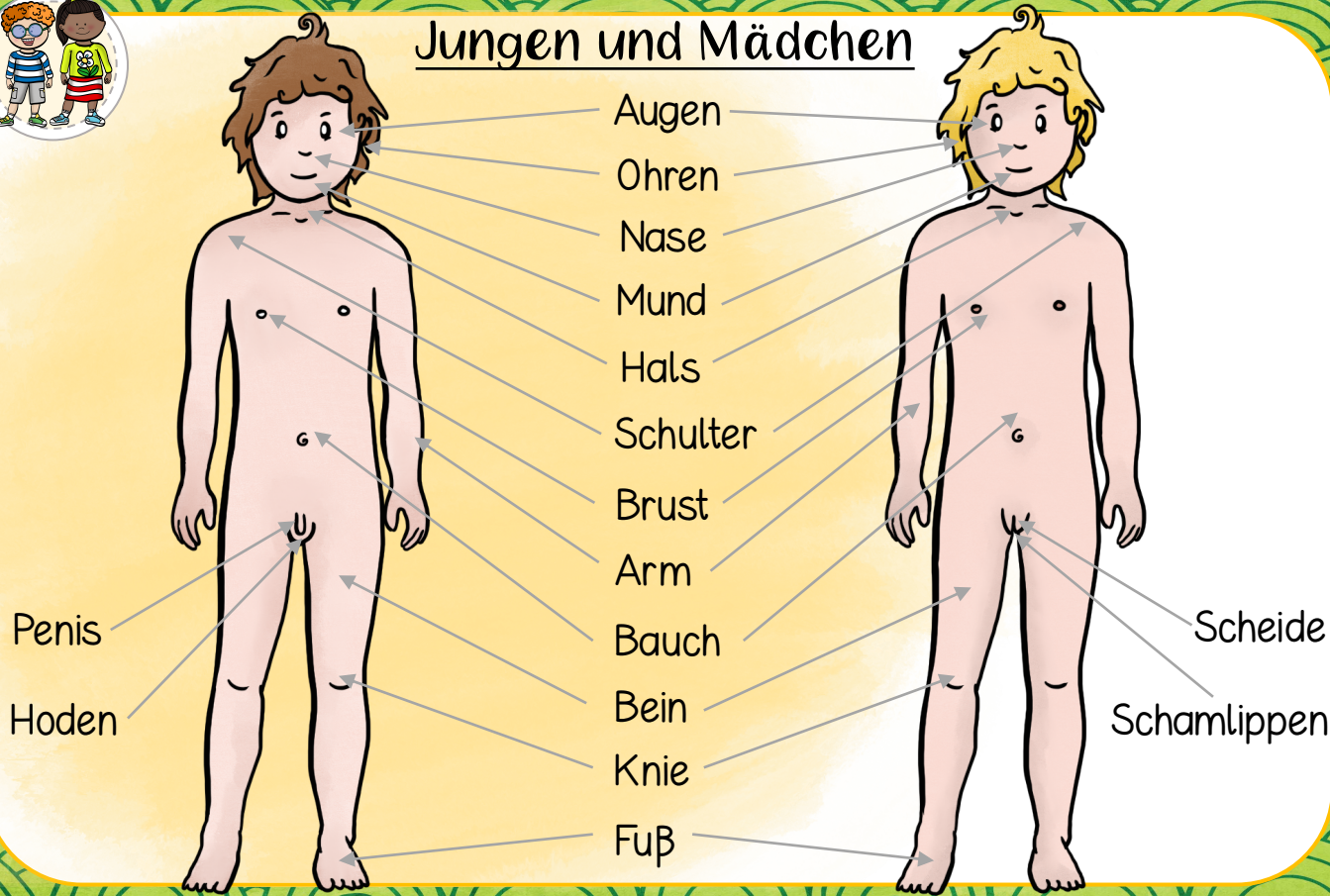
Sexualerziehung



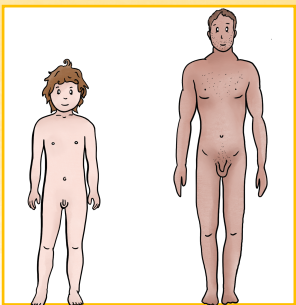
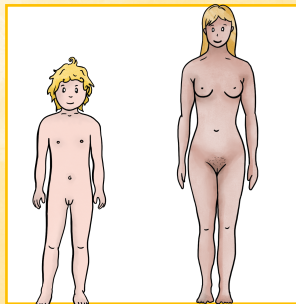
©workingatschool



Jungen und Mädchen



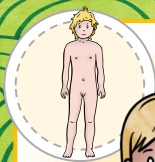
Mädchen - Frau



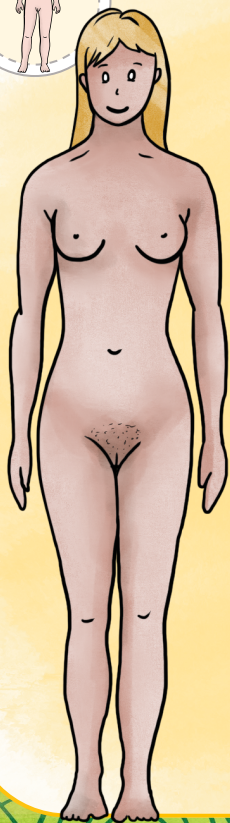
Junge - Mann

Die Pubertät

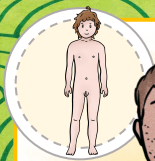
Als Pubertät bezeichnet man die Entwicklungsphase, in der sich ein Mädchen zu einer Frau entwickelt und ein Junge zu einem Mann. Dabei kommt es nicht nur zu körperlichen Veränderungen (der Geschlechtsmerkmale), sondern auch zu veränderten Gefühlen und Stimmungsschwankungen. Bei Mädchen beginnt diese Entwicklung früher als bei Jungen: etwa zwischen 8 und 10 Jahren und bei Jungen zwischen 10 und 12 Jahren. Ausgelöst wird die Weiterentwicklung der Geschlechtsmerkmale durch Hormone im Körper: bei Jungen heißt das Hormon Testosteron und bei Mädchen Östrogen. Dadurch werden Jungen und Mädchen geschlechtsreif und können selbst Kinder zeugen.



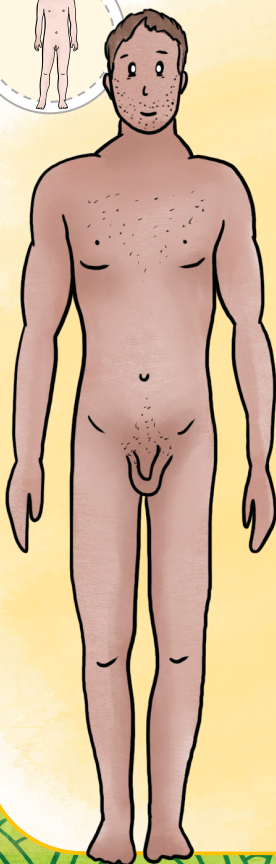
Die Pubertät bei Mädchen



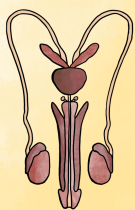
Zu Beginn der Pubertät fangen die Achselhaare und die Schamhaare an den äußeren Geschlechtsorganen an zu wachsen. Die Hüfte wird breiter und die Brüste werden größer. Sie sehen bei jeder heranwachsenden Frau unterschiedlich in der Form und der Größe aus. Auch die Schamlippen und die Klitoris werden größer sowie die Scheide, die Gebärmutter und die Eierstöcke. Aus der Scheide fließt ab und zu eine weiße (zähe) Flüssigkeit (Ausfluss). Zwischen 10 und 12 Jahren kommt es zur ersten Monatsblutung (Menstruation, Periode, Regel) aus der Scheide. Diese findet dann einmal im Monat (etwa alle 28 Tage) statt. Ab diesem Zeitpunkt ist es möglich schwanger zu werden, da jeden Monat eine Eizelle aus den Eierstöcken durch die Gebärmutter wandert und befruchtet werden kann. Weiterhin werden die Schweiß- und Talgdrüsen aktiver, sodass eine tägliche Körperpflege notwendig ist. Auch Gefühls- oder Stimmungsschwankungen gehören zum Erwachsenwerden dazu.



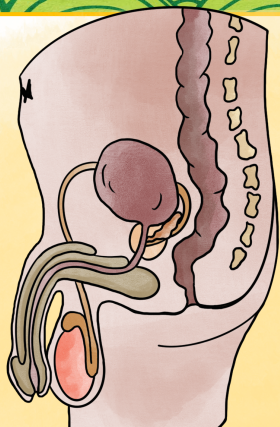
Die Pubertät bei Jungen



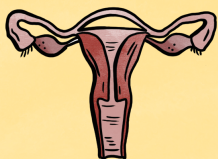
Zu Beginn der Pubertät fangen die Achselhaare und die Schamhaare an den äußeren Geschlechtsorganen an zu wachsen. Später setzt auch die Bart- und Brustbehaarung ein. Der Penis und die Hoden werden größer. Sie sehen bei jedem Jungen in der Form und Größe unterschiedlich aus. In den Hoden werden täglich Samenzellen (Spermien) produziert und in den Nebenhoden gesammelt. Spermien sind für die Zeugung eines Babys notwendig. Ab und zu vergrößert sich der Penis des Jungen und wird steif. Eine weiße Flüssigkeit fließt heraus, die Samenerguss genannt wird. Weiterhin kommt es zu einem Wachstumsschub und breiteren Schultern. Der Kehlkopf vergrößert sich, wodurch die Stimme tiefer klingt (Stimmbruch). Die Schweißdrüsen werden aktiver, sodass eine tägliche Körperpflege notwendig ist. Auch Gefühls- oder Stimmungsschwankungen gehören zum Erwachsenwerden dazu.



männliche Geschlechtsorgane

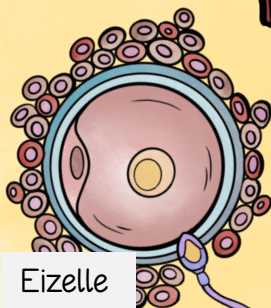
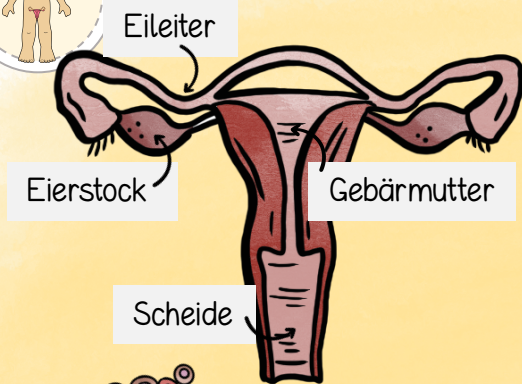


weibliche Geschlechtsorgane



Die Geschlechtsorgane

Die Geschlechtsorgane bei Mann und Frau sind erst im Jugendalter voll entwickelt. Diese Entwicklungszeit wird auch Pubertät genannt. Geschlechtsorgane werden benötigt, um sich fortzupflanzen und ein Baby zu zeugen. Die Geschlechtsorgane des Mannes heißen Hoden und Penis (Glied) und liegen außerhalb des Körpers. In den Hoden werden täglich über 200 Millionen Samenzellen (Spermien) produziert. Die Geschlechtsorgane der Frau liegen innen im Beckenbereich. Frauen besitzen eine Gebärmutter mit 2 Eierstöcken und eine Scheide (Vagina). In den Eierstöcken wird jeden Monat eine Eizelle freigesetzt.



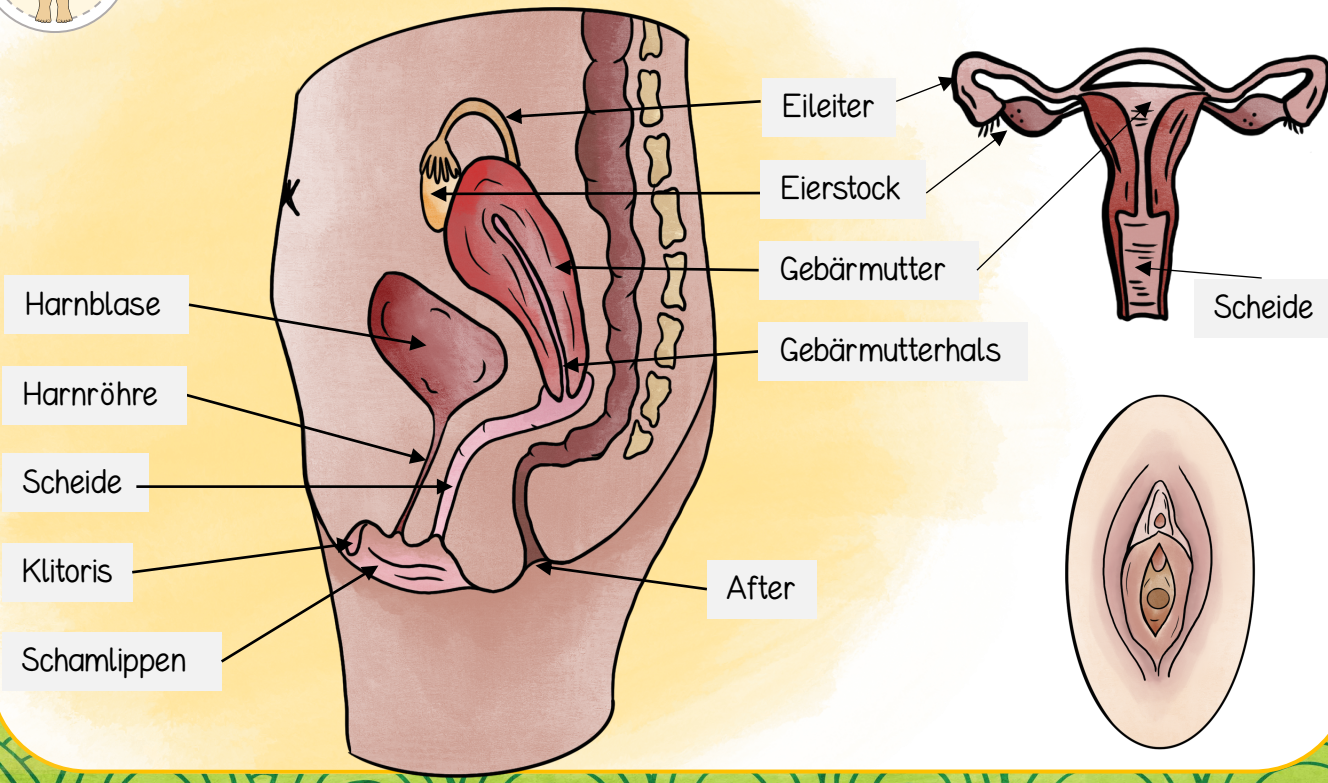
Samenzelle (Sperma)

Die Fortpflanzung

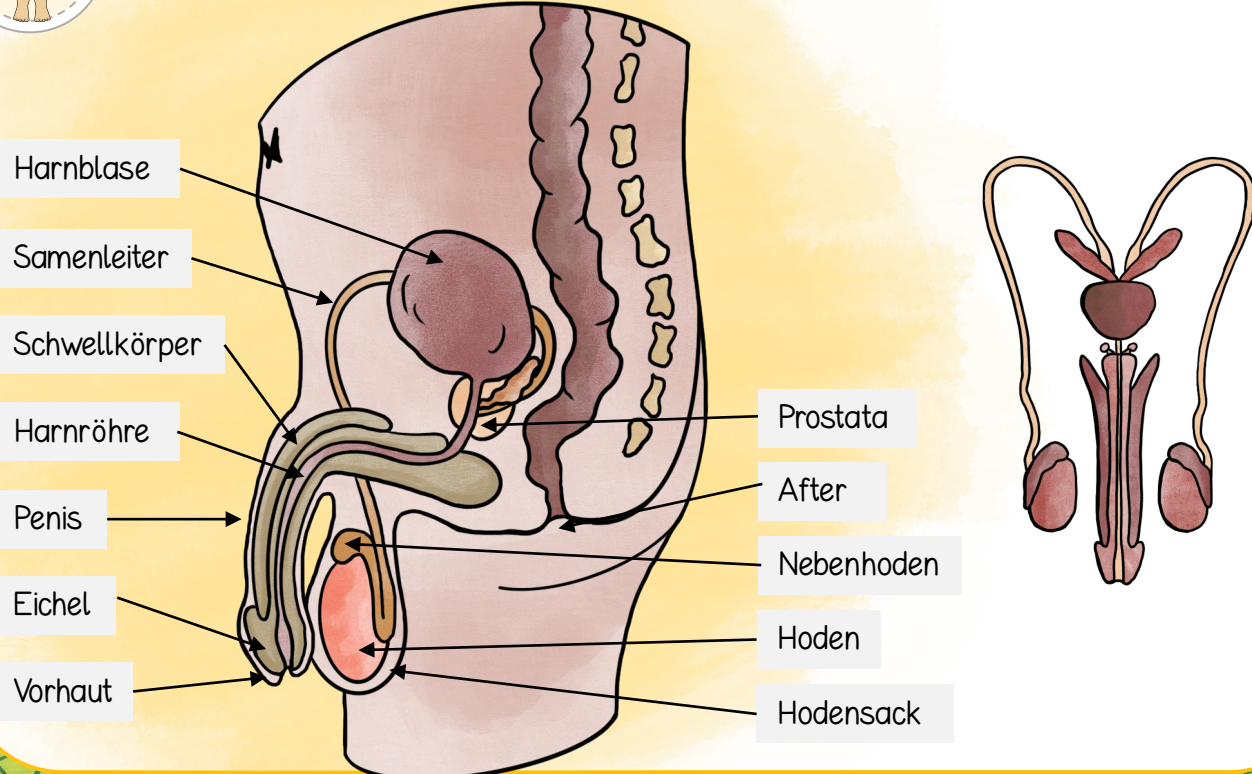
In den Hoden des Mannes werden täglich Millionen Samenzellen produziert. In den Eierstöcken der Frau wird jeden Monat eine Eizelle freigesetzt und wandert über die Eileiter in Richtung Gebärmutter, wo sie als Monatsblutung ausgestoßen wird. Wird die Eizelle auf diesem Weg von einer Samenzelle befruchtet, nistet sie sich in der Gebärmutter ein und entwickelt sich innerhalb von 9 Monaten zu einem Baby. Durch den Samenerguss des Mannes schießen Millionen Samenzellen aus dem Penis, aber nur eine davon kann in die Eizelle eindringen und sie befruchten.



Die weiblichen Geschlechtsorgane

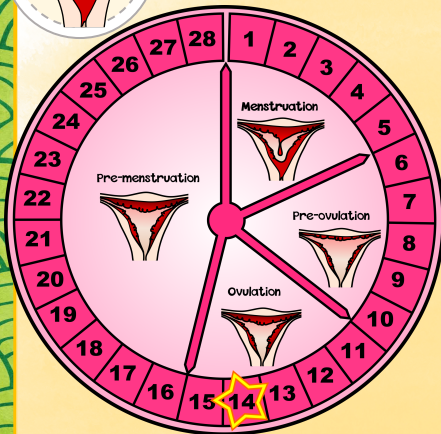
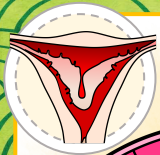


Die männlichen Geschlechtsorgane



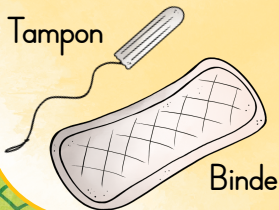
Die Menstruation

In den Eierstöcken der Frau befinden sich von Geburt an Eizellen. Zwischen 10 und 12 Jahren wandert das erste Mal eine davon durch den Eileiter in die Gebärmutter (Eisprung). An der Gebärmutterwand bildet sich währenddessen eine dicke Schleimhaut, damit sich dort eine eventuell befruchtete Eizelle einnisten kann. Zur Zeit des Eisprungs kann eine Frau schwanger werden, wenn die Eizelle mit einer Samenzelle des Mannes zusammentrifft (Befruchtung). Wird die Eizelle auf dem Weg zur Gebärmutter nicht befruchtet, stirbt sie ab und wird zusammen mit der Gebärmutter Schleimhaut und Blut aus der Scheide ausgestoßen. Dieser Vorgang wiederholt sich ab dann jeden Monat (etwa alle 28 Tage), dauert etwa 4-5 Tage und wird Monatsblutung, Regelblutung, Periode oder Menstruation genannt. Um das Blut aufzufangen, kann die Frau Tampons oder Binden verwenden.



Menstruations-Zyklus

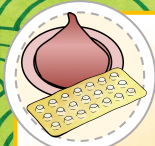
Tampon



Binde

Verhütungsmethoden

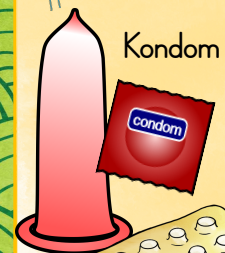
Damit eine Frau beim Geschlechtsverkehr nicht schwanger wird, gibt es verschiedene Möglichkeiten die Verschmelzung von Eizelle und Samenzelle zu verhindern. Zu den meist verwendeten Verhütungsmitteln gehört das **Kondom**. Dieser Gummiring wird vor dem Geschlechtsverkehr über den steifen Penis gezogen, um zu verhindern, dass die Spermien (Spermien) in die Scheide kommen. Zusätzlich schützen Kondome vor Geschlechtskrankheiten wie Aids. Die **Pille** (Hormon-Tablette) wird täglich von der Frau eingenommen. Die darin enthaltenen Hormone verhindern den Eisprung und erschweren das Eindringen der Spermien. Die **Spirale** wird für 3-5 Jahre vom Frauenarzt in die Gebärmutter eingesetzt und verhindert durch die kontinuierliche Abgabe von Hormonen eine Einnistung der Eizelle. Das **Diaphragma** (oder Pessar) wird vor dem Geschlechtsverkehr durch die Scheide vor die Gebärmutter eingesetzt, um das Eindringen der Spermien zu verhindern. Weiterhin gibt es verschiedene **Zäpfchen** oder **Salben**, die vor dem Geschlechtsverkehr in die Scheide eingeführt werden, um Spermien abzuweiden. Auch **Hormonpflaster** oder **Hormonimplantate** können eine Befruchtung verhindern. Wenn jemand keinen Kinderwunsch hat, gibt es auch die Möglichkeit zur **Sterilisation**. Dabei werden beim Mann die Samenleiter und bei der Frau die Eileiter operativ durchtrennt.



Diaphragma/
Pessar



Spirale



Kondom

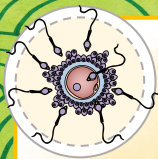
Pille



Körperhygiene und Geschlechtskrankheiten

Da sich der Körper während der Pubertät stark verändert und die Schweiß- und Talgdrüsen vermehrt Sekret produzieren, sollte man sich täglich waschen. Auch die Geschlechtsorgane benötigen eine tägliche Reinigung, um Infektionen oder das Ausbreiten von Bakterien zu vermeiden. Besonders Mädchen sollten während der Menstruation (Monatsblutung) mehrmals täglich die Binde oder den Tampon wechseln und auf ihre Hygiene achten.

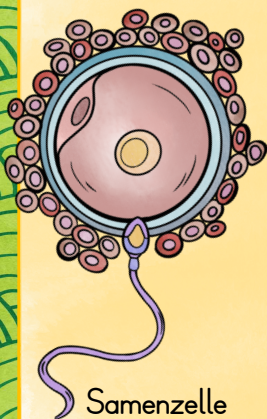
Auch durch Geschlechtsverkehr können Krankheiten verbreitet werden wie zum Beispiel Aids. Gegen diese Krankheit, die durch das HIV-Virus ausgelöst wird und das Immunsystem angreift, gibt es bisher keine Medikamente und man bemerkt die Ansteckung erst viel später. Um das Risiko für Geschlechtskrankheiten zu senken, sollte man beim Geschlechtsverkehr ein Kondom benutzen.



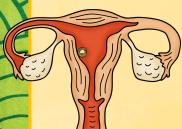
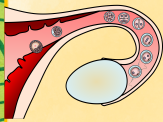
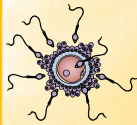
Geschlechtsverkehr und Befruchtung

Wenn ein Mann und eine Frau miteinander schlafen (Geschlechtsverkehr haben), wird der Penis des Mannes dick und steif und die Scheide der Frau feucht. Der Mann dringt mit seinem Penis in die Scheide der Frau ein und bewegt diesen dort vor und zurück bis eine weiße Flüssigkeit aus dem Penis fließt. Dieser Samenerguss enthält viele Millionen Samenzellen (Spermien), die durch die Scheide der Frau gelangen und weiter über die Gebärmutter in Richtung Eileiter. Hat die Frau gerade ihren Eisprung und eine reife Eizelle wandert über die Eileiter in Richtung Gebärmutter, kann eines der Spermien die Eizelle befruchten, indem beide miteinander verschmelzen. Diese befruchtete Eizelle nistet sich dann in der Gebärmutter ein und entwickelt sich innerhalb von 9 Monaten zu einem Baby. Die übrigen Spermien sterben nach wenigen Tagen ab. Möchte eine Frau nicht schwanger werden, sollten Mann oder Frau ein Verhütungsmittel verwenden, um eine Befruchtung von Eizelle und Samenzelle zu verhindern.

Eizelle



Samenzelle



Die Schwangerschaft

Bei der Befruchtung verschmelzen Eizelle und Samenzelle miteinander. Dabei teilt sich die befruchtete Eizelle in zwei Zellen und wandert durch den Eileiter zur Gebärmutter. Dabei teilt sie sich in weitere Zellen und nistet sich in der Gebärmutter ein. Ab diesem Zeitpunkt ist die Frau schwanger. Innerhalb von 9 Monaten entwickelt sich aus der eingenisteten und befruchteten Eizelle ein Baby. Nach etwa 5 Wochen kann der Frauenarzt im Ultraschall den Herzschlag des Embryos erkennen. Es wird von der Fruchthöhle und Fruchtwasser geschützt und über die Nabelschnur mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt. Bis zur Geburt dehnt sich die Gebärmutter der Frau immer weiter aus und der Bauch der Mutter wächst, damit das Baby Platz hat. Nach etwa 40 Wochen platzt die Fruchtblase oder die Frau bekommt Wehen. Bei den Wehen ziehen sich die Muskeln der Gebärmutter zusammen, um das Baby aus der Gebärmutter durch die Scheide herauszupressen. Bei der Geburt sollte das Baby mit dem Kopf zuerst hinauskommen. Liegt der Kopf vor der Geburt nicht unten im Bauch der Mutter, wird ein Kaiserschnitt durchgeführt und das Baby durch einen Schnitt in der Bauchdecke herausgeholt.



Die Entwicklung eines Babys

- 1. Monat:** Die befruchtete Eizelle nistet sich in der Gebärmutterschleimhaut ein. Der 1mm große "Zellhaufen" enthält den genetischen Bauplan (Geschlecht, Augenfarbe, Haarfarbe, ...) des Babys.
- 2. Monat:** Der Embryo ist ungefähr 1,5cm groß. Gehirn und Wirbelsäule entwickeln sich sowie Arme und Beine. Das Herz fängt an zu schlagen.
- 3. Monat:** Alle wichtigen Organe bilden sich aus und das Baby kann sich bewegen. Es hat eine Größe von 5cm. Es wird nun als Fötus bezeichnet.
- 4. Monat:** Das Baby hat eine Größe von 12cm und bewegt sich aktiv im Bauch der Mutter. Die inneren Organe beginnen ihre Funktion aufzunehmen und die Knochen reifen weiter. Die Haut des Fötus wird von einem zarten Haarflaum bedeckt.
- 5. Monat:** Das Baby ist etwa 25cm groß und kann Geräusche wahrnehmen. Im Ultraschall ist das Geschlecht erkennbar. Die Mutter kann Bewegungen des Babys spüren.
- 6. Monat:** Nun hat das Baby eine Größe von etwa 30cm erreicht. Es beginnt selbstständig zu atmen und die Gehirnzellen entwickeln sich weiter.
- 7. Monat:** Das Baby ist etwa 35cm groß und nimmt Geräusche und Reize aus der Umwelt wahr. Es öffnet die Augen und unterscheidet zwischen hell und dunkel.
- 8. Monat:** Bei einer Größe von 40cm sind nun auch alle Organe bis auf die Lunge voll ausgebildet. Das Baby übt zu atmen und schluckt dabei das Fruchtwasser, was häufig zu Schluckauf führt.
- 9. Monat:** Das Baby setzt Fettpolster an und trinkt fast 3Liter Fruchtwasser, das es auch wieder ausscheidet. Es ist nun etwa 50cm groß. Meist ist es nun mit dem Kopf nach unten gedreht und senkt sich ins Becken der Frau. Wenn die Fruchtblase platzt oder die Wehen einsetzen, beginnt die Geburt.

Dieses Projekt wurde mit den Cliparts von „little-clipart-factory“ unterstützt.

➔ <https://eduki.com/de/autor/491059/little-clipart-factory>



Danke, dass du mein Material heruntergeladen hast.

Nutzungsbedingungen:

Du darfst mein Material in deinem Unterricht und zu schulischen Zwecken verwenden. Die Weitergabe an Dritte, Verbreitung im Internet, die Veränderung meines Materials oder kommerzielle Nutzung ist aus urheberrechtlichen Gründen nicht gestattet! Auch das Rauskopieren der Cliparts ist untersagt. Diese unterliegen den Nutzungsbedingungen der jeweiligen Illustratoren.

Mein Material enthält folgende Schriften und Clip Arts:

DR <https://lehrermarktplatz.de/>
Nekoneko <https://eduki.com/de/autor/127651/nekoneko>
A Perfect Blend <https://www.teacherspayteachers.com/Store/A-Perfect-Blend>
Sunny Lettering <https://eduki.com/de/autor/17650/frau-sonnenscheinchen>
AW Straight Annika Werner @sonniges Klassenzimmer
<https://eduki.com/de/autor/108652/sonniges-klassenzimmer-1>

<https://katehadfielddesigns.com/> Extended License No 22/189234589/T
<https://www.teacherspayteachers.com/Store/Educlips>
<https://www.teacherspayteachers.com/Store/Krista-Walden-Creative-Clips>
<https://www.teacherspayteachers.com/Store/Sarah-Pecorino-Illustration>
<https://www.teacherspayteachers.com/Store/Creating4-The-Classroom>
<https://www.teacherspayteachers.com/Store/Rainbow-Sprinkle-Studio-Sasha-Mitten>
<https://www.teacherspayteachers.com/Store/Whimsy-Clips>
<https://www.teacherspayteachers.com/Store/Artifex>
<https://www.teacherspayteachers.com/Store/Lilly-Silly-Billy>
<https://www.teacherspayteachers.com/Store/Chirp-Graphics>
<https://eduki.com/de/autor/491059/little-clipart-factory>
<https://eduki.com/de/autor/700270/janina-malt-die-welt>
<https://www.teacherspayteachers.com/Store/Clipartino>
<https://www.teacherspayteachers.com/Store/Hidesys-Clipart>
<https://www.teacherspayteachers.com/Store/Bunny-On-A-Cloud>
<https://www.teacherspayteachers.com/Store/Littlered>
<https://www.teacherspayteachers.com/Store/Color-Idea>
<https://www.teacherspayteachers.com/Store/The-Cher-Room>
<https://www.teacherspayteachers.com/Store/English-Unite-Clip-Art>
<https://eduki.com/de/autor/453567/frau-blondin>
<https://www.teacherspayteachers.com/Store/Partyhead-Graphics>
<https://www.teacherspayteachers.com/Store/Lovely-Jubbliies-Teach>
<https://www.teacherspayteachers.com/Store/Clever-Cat-Creations>
<https://www.teacherspayteachers.com/Store/Teacher-Erin-Online>
<https://www.teacherspayteachers.com/Store/Teachers-Resource-Force>
<http://hjkrahl.de/>

