

**Thema:**

**Sexualerziehung in der Primarstufe**

# Materialien für die **Grundschule**

von

Dr. med. Marion Mittag  
Eva Somrei  
Sabine Schindler-Marlow

3., erweiterte und überarbeitete Auflage, 2013

Herausgegeben von der  
Ärztammer Nordrhein, Düsseldorf  
AOK Rheinland/Hamburg, Düsseldorf

# Inhalt

## 1. Einleitung

1.1 Hintergrundinformationen zum Thema	Seite 2
1.2 Aufgaben und Ziele der Sexualerziehung	Seite 3
1.3 Gestaltung von Lernprozessen	Seite 5
1.4 Rolle der Lehrerinnen und Lehrer	Seite 6
1.5 Medien	Seite 6
1.6 Zusammenarbeit von Schule, Erziehungsberechtigten und Gesundheitsdiensten	Seite 7
1.7 Verbindlichkeit	Seite 8

## 2. Ideen zur Umsetzung

2.1 Inhaltsbereich „Beziehungen und Sexualität“	Seite 10
2.2 Inhaltsbereich „Geschlechterrollen“	Seite 16
2.3 Inhaltsbereich „Familie und andere Formen des Zusammenlebens“	Seite 22
2.4 Inhaltsbereich „Körper und Sexualität“	Seite 24
2.5 Inhaltsbereich „Sexueller Missbrauch und sexuelle Gewalt“	Seite 33

## 3. Entwicklung eines Arbeitsplans zur Sexualerziehung

3.1 Entscheidungsmerkmale zur Präzisierung eines Arbeitsplans	Seite 37
3.2 Gliederungsvorschlag für einen schuleigenen Arbeitsplan zur Sexualerziehung	Seite 42

## 4. Ergänzende Praxisvorschläge

Seite 44

## 5. Arbeitsblätter

Seite 59

## 6. Literaturverzeichnis

6.1 Pädagogische Grundlagen und pädagogische Praxis	Seite 98
6.2 Literatur/Bilderbücher für Kinder (und Eltern/Lehrer)	Seite 99
6.3 Literatur für Eltern	Seite 100

## 7. Kontaktadressen

Seite 101

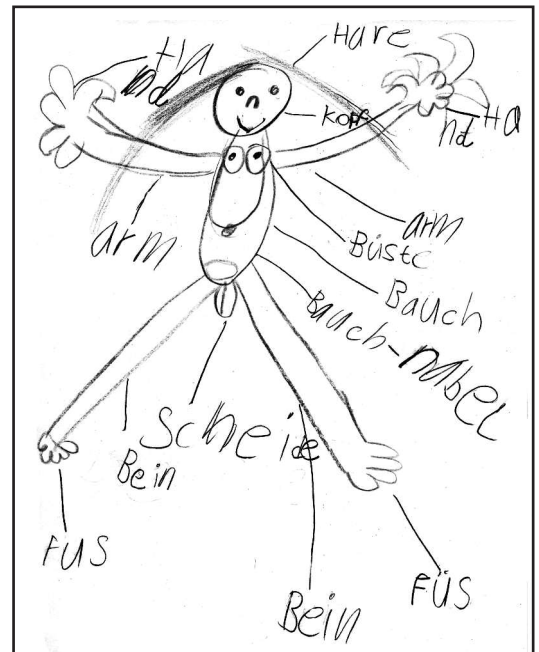
---

Im nachstehenden Text wird zum Teil die Berufsbezeichnung „Arzt“/„Ärzte“ einheitlich und neutral für Ärztinnen und Ärzte, die Berufsbezeichnung „Lehrer“ einheitlich und neutral für Lehrerinnen und Lehrer verwendet.

## 2.4 Inhaltsbereich „Körper und Sexualität“

### Körper und Sexualität

Kenntnisse über den eigenen und den andersgeschlechtlichen Körper sowie eine positive Beziehung zum eigenen Körper sind wesentliche Voraussetzungen für eine verantwortungsvolle Ausgestaltung der eigenen Geschlechtlichkeit sowie für das Erleben befriedigender Sexualität. Neben den biologischen bilden auch die entsprechenden seelischen Voraussetzungen eine notwendige Grundlage.



### Aufgaben und Ziele

- Berücksichtigung biologischer, sozialer und seelischer Aspekte
- Stärkung des Selbstvertrauens und des Verständnisses für den anderen in Fragen der Sexualität
- Fundierte und altersgerechte Informationsvermittlung über die humanbiologischen, medizinischen, hygienischen und sexualwissenschaftlichen Grundlagen
- Anbahnung selbstbestimmten und verantwortungsbewussten Handelns
- Aufbau einer positiven Einstellung zum eigenen Körper
- Entwicklung von Sensibilität für die eigenen Gefühle wie für die der Partnerin oder des Partners

### Möglichkeiten der Konkretisierung

#### Körperpflege

Begriffe und Gegenstände aus dem Bereich der Körperhygiene werden gesammelt oder in einen Grabbelsack (siehe hierzu Arbeitsblatt A17 „Grabbelsack“, S. 78, und A18 „Körper und Hygiene“, S. 79) gesteckt. Jedes Kind zieht aus dem Grabbelsack einen Gegenstand und erklärt den Gegenstand anhand folgender Fragen:

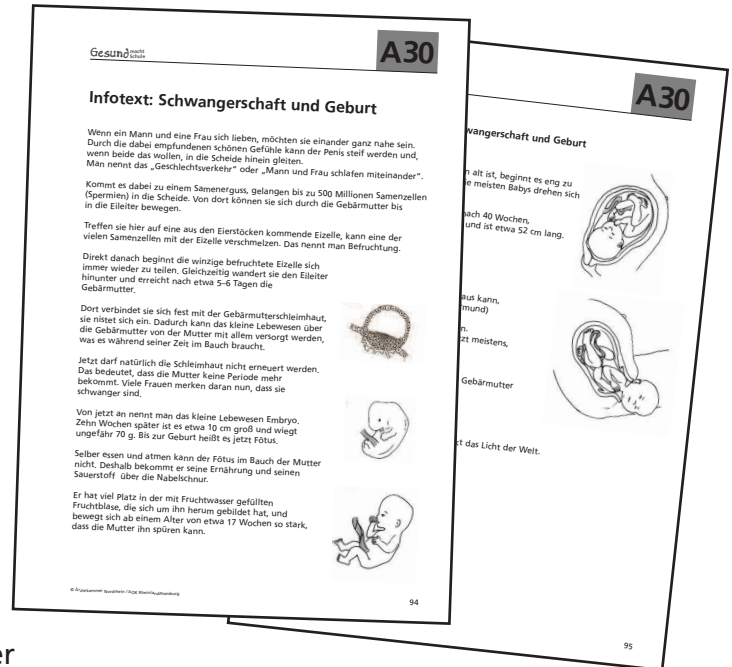
- Wozu dienen die einzelnen Dinge?
- Welche Dinge dienen demselben/einem ähnlichen Zweck?
- Wer benutzt sie?
- Was braucht man unbedingt/notwendigerweise, was nicht (Einstellungen, persönliche Vorlieben berücksichtigen)?

## Zeugung, Schwangerschaft und Geburt

Kinder im Grundschulalter erleben häufig Schwangere und Babys in ihrem Umfeld, dies meist in einem eher erfreulichen Kontext, sodass „Kinderkriegen“ zunächst als staunenswertes Zukunftspotenzial positiv wahrgenommen werden kann.

Auch während der Phase der pubertären Verunsicherung dem eigenen Körper gegenüber bleibt die Fruchtbarkeit für Mädchen wie Jungen ein hoher und unbestrittener Wert.

Allerdings werden Kinder heute teilweise durch die modernen Medien mit nicht altersgemäßen oder dramatischen bis dramatisierten Darstellungen von Zeugung (aggressiver und schmerzhafter Akt) und Geburt konfrontiert, die durchaus Ängste, Ablehnung oder Ekel auslösen können. Es ist daher wichtig, durch behutsame Wahl von Wort und Bild diese natürlichen Vorgänge verständlich zu machen, ohne durch zu viel gut gemeinten Realismus die Kinder zu überfordern.



### Wichtige und von den Kindern häufig angesprochene Themen sind:

- Zeugung: woher stammen Eizelle und Sperma, wie kommen sie zusammen
- Entwicklung des Embryos bzw. Feten, insbesondere seiner Fähigkeiten
- Versorgung von Embryo/Fetus in der Gebärmutter
- Veränderungen der schwangeren Mutter
- Geburtsvorgang: Wehen, Schmerzen, Abnabelung, Rolle des Vaters
- Formen der Entbindung: Kaiserschnitt, Wassergeburt, Zange, Saugglocke
- Neugeborenen-Phase: Was muss das Baby plötzlich alles selbst können, warum bekommt es (angeblich) einen Klaps?
- Rolle des älteren Geschwisterchens: Wie halte ich das Baby, Fontanelle ...
- Probleme im Rahmen der Schwangerschaft: Fehl-, Früh- und Totgeburt, Behinderungen

### Möglichkeiten der Umsetzung:

Um die Entstehung und das Wachstum eines Babys begreifen zu können, müssen die Kinder über Grundkenntnisse zu ihren eigenen, in der Entwicklung befindlichen Geschlechtsorganen verfügen. Der in der Pubertät anstehende erste Samenerguss bzw. die erste Periode können im Kontext mit der zukünftigen Fruchtbarkeit nicht nur verständlich gemacht, sondern auch mit positiven Gefühlen und Perspektiven verknüpft werden. Gerade der ersten Regelblutung sehen leider viele Mädchen mit Gefühlen wie Angst, Ekel oder Verunsicherung entgegen.

So ist es ein besonderes pädagogisches Anliegen, stattdessen Staunen über die Veränderungen im weiblichen Körper wachzurufen und das oft vorhandene Falschwissen aus dem Weg zu räumen. Wird z. B. die monatliche Schleimhaut-Erneuerung inklusive Blutung der Gebärmutter

mutter als optimale Voraussetzung für eine irgendwann mögliche und erwünschte Schwangerschaft begriffen, so befähigt dies das Mädchen dazu, trotz aller möglichen Ambivalenzen der Periode gegenüber ein positives Körperverständnis und -bild zu entwickeln.

Das Thema Schwangerschaft und Geburt ist für Kinder jeden Alters spannend, doch variiert das Vorwissen erheblich. Um einen Einstieg in das Thema zu finden, empfiehlt es sich, dass sich die Kinder erst einmal über ihre eigene Geburt informieren (*siehe Arbeitsblatt A24 „Was ich über meine Geburt weiß!“*).

Im weiteren Verlauf können dann anhand der *Arbeitsblätter 26–30* die unterschiedlichen Phasen der Schwangerschaft und der Embryonalentwicklung sowie die eigentliche Geburt besprochen werden. Auch hier sollen nicht nur Sachkenntnisse, sondern auch Bewunderung für die Fähigkeiten und Leistungen des wachsenden Kindes sowie der schwangeren Mutter vermittelt werden.

Viele Fragen der Kinder, wie z. B. die nach Geburtsmethoden oder Komplikationen während Schwangerschaft und Geburt, erfordern zur korrekten Beantwortung medizinisches Wissen. Daher bietet es sich an dieser Stelle besonders an, die Patenärztinnen und Patenärzte für Fragestunden hinzuzuziehen. Auch verfügen viele Ärzte über besonderes Lehrmaterial, wie etwa das Plazenta-Nabelschnur-Fruchtblasen-Modell, anhand dessen sich der Verlauf von Schwangerschaft, Geburt und Nachgeburtsphase sehr anschaulich verdeutlichen lässt. Ein Besuch der Patenärzte oder ein Ausflug in die Praxis oder in den Kreissaal kann folglich die Unterrichtseinheit sinnvoll und spannend ergänzen.

### **Weitere Arbeitsanregungen:**

Wie ein Kind im Mutterleib versorgt wird, kann auch in Form eines Rollenspiels veranschaulicht werden.

#### **· Gebärmutter-Spiel:**

Ca. 6–8 Kinder stellen die Gebärmutterhöhle nach. Eines der Kinder hält ein Kissen (Mutterkuchen) mit einem daran befestigten Band (Nabelschnur). Dieses Band wiederum hält sich ein in der Gebärmutterhöhle frei stehendes „Embryo-Kind“ an den Nabel.

Auf diese Weise kann man spielerisch darstellen:

- die Versorgung des Kindes über die Nabelschnur
- den Bewegungsspielraum des Kindes trotz Nabelschnur
- die Eröffnungsphase der Geburt (die Kinder, die den Gebärmutterhals/Muttermund darstellen, gehen langsam auseinander)
- die Austreibungsphase (das Band muss natürlich lang genug sein!)
- die Nachgeburtsphase (das Kissen wird losgelassen und mit dem Band herausgezogen)

**Des Weiteren können die *Arbeitsblätter A24–32* bearbeitet und besprochen werden.**

A24 Was ich über meine Geburt weiß!

A25 Infotext: Was Papa und Mama vererben

A26 Infotext: Ein Mensch entsteht

A26a Ein Mensch entsteht

A27 Was das Baby im Bauch schon alles kann

A28 Ein Baby wächst im Mutterleib

- A29 Das Baby im Mutterleib
- A30 Infotext: Schwangerschaft und Geburt
- A31 Das Baby wird versorgt
- A32 Ich werde immer größer

## Säuglings- und Kinderpflege

Säuglinge sind hilflos, andere Menschen müssen Verantwortung für sie übernehmen. Welche Aufgaben müssen Mann und Frau, die Familie, andere Bezugspersonen übernehmen und erfüllen?

### Möglichkeiten der Bearbeitung:

- Sammlung von Fragen der Kinder
- Besuch außerschulischer Lernorte (z. B. einer Säuglingsstation im Krankenhaus), Gespräch mit Expertinnen und Experten (Kinderärzten, Hebammen, Müttern und Vätern, ...)
- Was brauchen Kinder in den ersten Monaten und Jahren? Überlegungen zu Grundbedürfnissen werden angestellt. Als Arbeitsgrundlagen bieten sich an: Texte, Abbildungen, Befragungen, Gespräche, Filme, ... Ergebnisse können in Form von Büchern, Plakaten, Ausstellungen dokumentiert werden.
- Babypflege: Übungssituationen (zum Beispiel Stationenlernen) in Theorie und Praxis anbieten, „Prüfungen“ abnehmen, einen „Säuglingspflege-Pass“ ausstellen. Mögliche Inhalte: anfängliche Babyausstattung, Stillen, Nahrung, Nahrungszubereitung, Wickeln, Fingerspiele, erste Sprüche und Lieder, Bedürfnisse, Formen der Zuwendung. Wer kann was tun? Alternative Handlungsformen, Einstellungen, Verteilung der Aufgaben von Mann und Frau.

Zur Erstellung und Bearbeitung der Lernangebote können zum Beispiel Abbildungen aus Katalogen Verwendung finden, reale Gegenstände und Produkte, Baby-Puppen, Abbildungen und Texte aus Sachbüchern, entsprechenden Zeitschriften und Fotobänden (*siehe hierzu auch Arbeitsanregungen zum Thema „Schwangerschaft und Geburt“, S. 26*).

## Erwachsen werden – wie wir uns verändern ?

Körperliche und gefühlsmäßige Veränderungen im Laufe der menschlichen Entwicklung werden in Text und Bild auf einer „Zeitleiste“ (Wandfries, Plakat, Heft, eigenes Buch) zusammengestellt.

### Möglichkeiten:

- Es bieten sich mehrere Anknüpfungen an die vorangegangenen Vorschläge zu „Unsere Körperteile“ und „Geburt“ an.
- Zur Informationsgewinnung können Sachbücher und Schulbücher genutzt werden.
- Es können allgemeine Aussagen zu körperlichen und gefühlsmäßigen Veränderungen erarbeitet werden. Die Arbeit kann auch individuell bezogen sein: Dann können Stationen der eigenen Entwicklung nachvollzogen werden. „Forscheraufgaben“ entstehen, die Interviews mit Eltern und anderen Bezugspersonen ein-

beziehen und sich auf Fotos, Erinnerungen und Selbst- oder Fremdbeobachtungen stützen. (Siehe hierzu Arbeitsblatt A32 „Ich werde immer größer“, S. 97, und A24 „Was ich über meine Geburt weiß!“, S. 87)

- Ergebnisse werden als Ausstellung, Wandfries, Plakate, eigenes (Sach-)Buch, Lernspiel, „Ich-Buch“, „Lebensbuch“ dokumentiert.

## Kenntnisse bewusst machen, Wissenslücken erkennen und Fragen entwickeln

- Begriffe werden vorgegeben, die Wissensbestände zu körperlichen Aspekten der menschlichen Sexualität repräsentieren, ggf. jeweils auf Karten für einzelne Gruppen. Bsp.: Eizelle, Hoden, Klitoris, Nabelschnur, Schwangerschaft, ... Die Kinder sollen die Begriffe sortieren, Gruppierungen bilden und ihre Entscheidungen begründen. Sie können mithilfe der Begriffe Satzanfänge fortsetzen, z. B.

- Frauen und Männer haben ...
- Ich weiß, dass Frauen/Männer ...

Ergebnisse werden verglichen und dabei Unsicherheiten ermittelt, die im Weiteren intensiver bearbeitet werden können.

- Zu einem Wissensbereich menschlicher Sexualität werden Thesen vorgegeben.

Die Kinder sortieren diese nach stimmt/stimmt nicht/unentschieden (vgl. auch Punkt 4.2). Erfolgt dieses Verfahren zunächst in Einzel- und anschließend in Gruppenarbeit, werden sowohl die eigene Bewusstwerdung des Wissens wie der Unkenntnis als auch Fähigkeiten des Argumentierens gefördert. Z. B. können zum Themenbereich Hygiene folgende Aussagen vorgegeben werden, die die Kinder nach den Kategorien „stimmt/stimmt nicht“ beurteilen sollen. (Beispielsätze siehe Aussagekarten)

- Anhand von schematischen Zeichnungen können Kinder versuchen, die männlichen und weiblichen Geschlechtsorgane detailliert zu benennen (siehe hierzu Arbeitsblatt A23 „Geschlechtsorgane“, S. 85).

Aussage:

**Zu häufiges  
Duschen kann die  
Haut austrocknen.**

stimmt       stimmt nicht

Aussage:

**Täglich frische  
Unterwäsche und  
Strümpfe anziehen.**

stimmt       stimmt nicht

Aussage:

**Badehose und Badeanzug  
können nach dem  
Schwimmen unter der  
Kleidung angezogen bleiben.**

stimmt       stimmt nicht

## Kinderfragen

Die Kinder sammeln unbekannte Begriffe und Fragen zum Thema Sexualität, zum menschlichen Körper, zu seinen Funktionen und entwicklungsbedingten Veränderungen. Sie tun dies über längere Zeit, immer wieder im Laufe einer Unterrichtsreihe, anonym und beantworten diese Fragen selbstständig, unter Verwendung von Lehrwerken, Kinder-Sachbüchern, Lexika, Textausschnitten, Abbildungen (vgl. auch Punkt 4.1).

Dazu können auch gezielt Fragen und Begrifflichkeiten durch die Lehrkraft ergänzt werden.



## 5. Übersicht: Arbeitsblätter

A0 Fragebogen für Schulkinder Seite 60

### Beziehungen und Sexualität

A1 Freundschaft Seite 61  
 A2 Gefühle beschreiben – der „Mim-Würfel“ Seite 62  
 A3 Gefühle und Stimmungen erkennen Seite 63  
 A4 Gute und schlechte Gefühle Seite 64  
 A5 Gute und schlechte Gefühle Seite 65

### Sexualität und Geschlechterrollen

A6 Steckbrief Seite 66  
 A7 Pausenspiele Seite 67  
 A8 Im Park Seite 68  
 A9 Zu Hause Seite 69  
 A10 Geschlechterrollen – Was meinst du dazu? Seite 70  
 A11 Geschlechterrollen Seite 71  
 A12 Stars und Idole Seite 72  
 A13 Haushaltsdiplom Seite 73

### Familie und andere Formen des Zusammenlebens

A14 Zu meiner Familie gehören Seite 74  
 A15/A15a Großfamilie, Mutter und Sohn Seite 75/76  
 A16 Muster-Interview-Bogen Seite 77

### Körper und Sexualität

A17 Grabbelsack Seite 78  
 A18 Körper und Hygiene Seite 79  
 A19/A19a Spielvorlagen: Stimmt/Stimmt nicht/Unentschlossen Seite 80  
 A20 Unsere Körperteile – Mädchen Seite 82  
 A21 Unsere Körperteile – Junge Seite 83  
 A22 Angelspiel Seite 84  
 A23/A23a Geschlechtsorgane Seite 85/86  
 A24 Was ich über meine Geburt weiß! Seite 87  
 A25 Infotext: Was Papa und Mama vererben Seite 88  
 A26/A26a Ein Mensch entsteht Seite 89/90  
 A27 Was das Baby im Bauch schon alles kann Seite 91  
 A28 Ein Baby wächst im Mutterleib Seite 92  
 A29 Das Baby im Mutterleib Seite 93  
 A30 Infotext: Schwangerschaft und Geburt Seite 94  
 A31 Das Baby wird versorgt Seite 96  
 A32 Ich werde immer größer Seite 97



# Was ich über meine Geburt weiß!

Erfahre etwas über deine Geburt.  
Frage deine Eltern, Großeltern und Geschwister.

Wann bist du geboren?

\_\_\_\_\_

Wo bist du geboren?

\_\_\_\_\_

Wie schwer und wie groß warst du bei deiner Geburt?

\_\_\_\_\_ g \_\_\_\_\_ cm

Wer war bei deiner Geburt dabei?

\_\_\_\_\_

Bist du im Krankenhaus oder zu Hause zur Welt gekommen?

\_\_\_\_\_

Wer hat dich als erstes besucht?

\_\_\_\_\_

Wer hat sich deinen Namen ausgedacht?

\_\_\_\_\_

Was hast du als Baby am liebsten gemacht?

\_\_\_\_\_

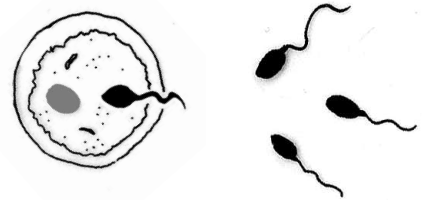
\_\_\_\_\_

Das ist mein erstes  
Babyfoto.

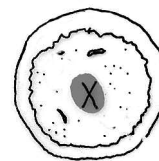


## Infotext: Was Mama und Papa vererben

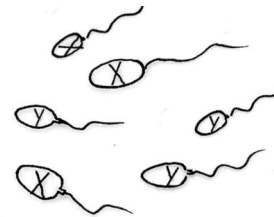
Jeder Mensch entsteht dadurch, dass die Eizelle seiner Mutter mit der Samenzelle seines Vaters verschmilzt.



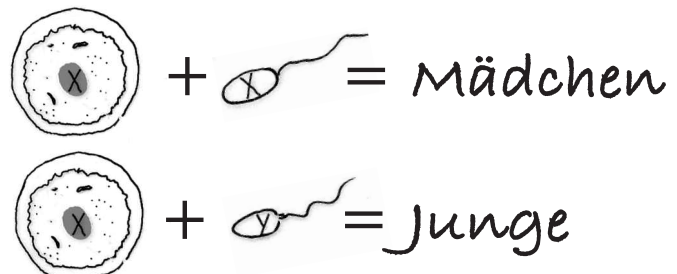
Frauen haben in ihren Eizellen immer eine X-Erbanlage.



Männer haben in ihren Samenzellen entweder eine X-Erbanlage oder eine Y-Erbanlage.

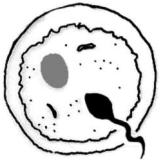


Die Samenzelle des Vaters bestimmt dabei das Geschlecht des Menschen.

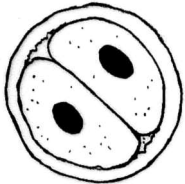


Die Samenzelle und die Eizelle bestimmen aber auch noch weitere Fähigkeiten und Eigenschaften des Menschen, wie z. B. das Aussehen. Die befruchtete Eizelle enthält bereits alle Erbanlagen. Weil diese Erbanlagen immer zur Hälfte von Mutter und Vater kommen, hat jeder Mensch immer etwas von beiden in sich.

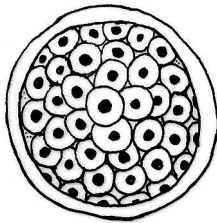
## Ein Mensch entsteht



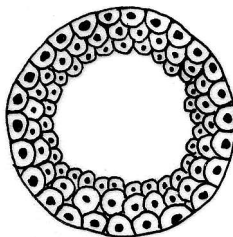
1. Die Spermazellen des Manns gelangen durch den Muttermund in die Gebärmutter und von dort in den Eileiter, wo sich eine befruchtungsfähige Eizelle einmal im Monat aufhält. Nur einer einzigen Spermazelle gelingt es, sich mit der Eizelle zu vereinigen. Danach wird die Außenhülle der Eizelle sofort undurchdringlich.



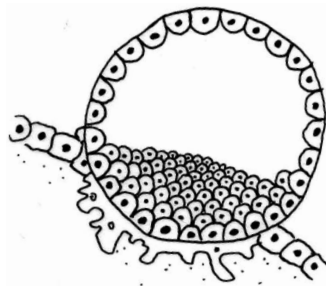
2. Die befruchtete Eizelle teilt sich.



3. Immer wieder teilen sich die Zellen und wandern als beerenförmige Kugel den Eileiter hinunter in die Gebärmutter.



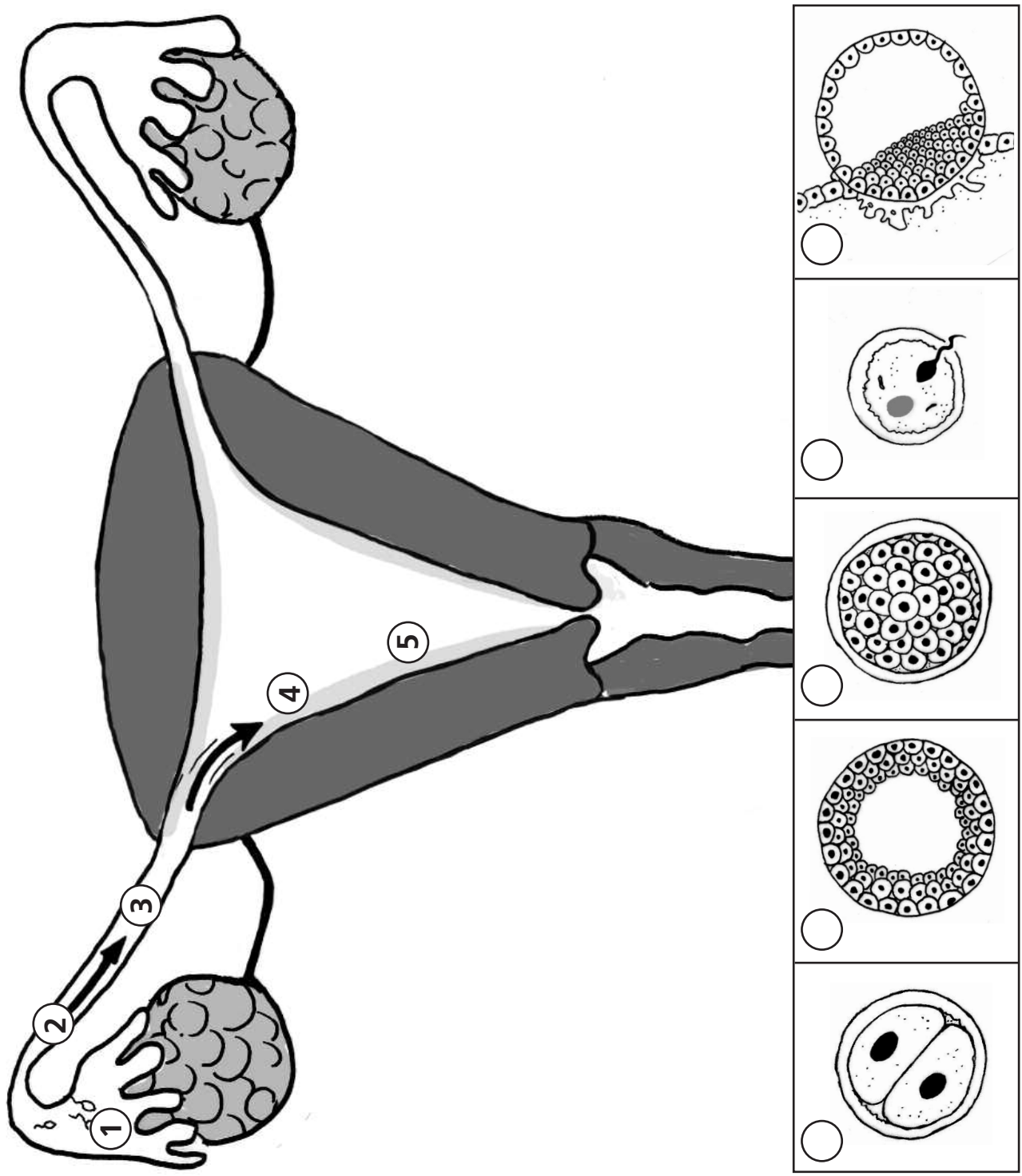
4. Etwa zwischen dem 4. und dem 5. Tag bildet sich eine Zellkugel mit unterschiedlichen Schichten, aus der sich der Embryo und die Vorstufe des Mutterkuchens bilden.



5. Etwa zwischen dem 5. und dem 6. Tag erreicht die Zellkugel die Gebärmutter und nistet sich in der Gebärmutterwand ein. Etwa 8 bis 10 Tage nach der Befruchtung ist die Einnistung abgeschlossen.

# Ein Mensch entsteht

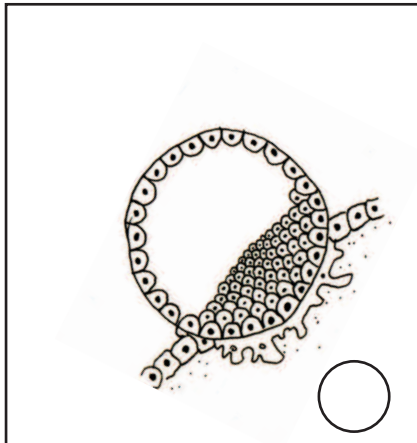
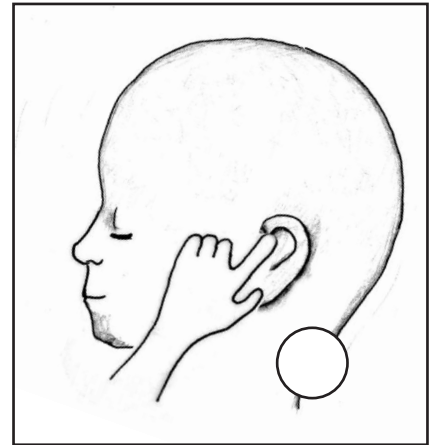
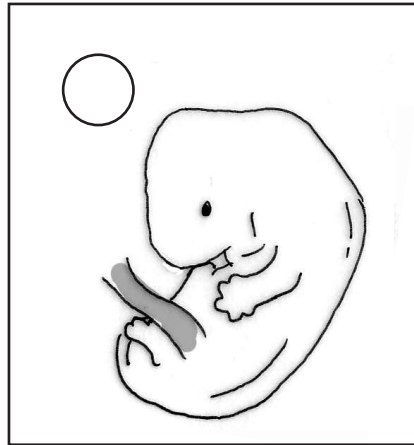
Ordne die Ziffern den entsprechenden Entwicklungsstadien zu.



## Was das Baby im Bauch schon alles kann

Schaue dir die Bilder an und lies den Text.

Ordne dann die passende Textstelle der jeweiligen Abbildung zu.



- ① In der ersten Woche nistet sich der kleine Embryo in der Gebärmutter ein.
- ② Mit vier Wochen beginnt das Herz zu schlagen.
- ③ In der 12. Woche sind alle Organe angelegt und man kann 10 Zehen und 10 Finger sehen.
- ④ Wenn das Baby 19 Wochen alt ist, kann die Mutter seine Bewegungen spüren.
- ⑤ Ab der 18. Woche kann das Baby Geräusche von außen wahrnehmen.
- ⑥ In der 20. Woche beginnt das Baby, am Daumen zu lutschen.

## Ein Baby wächst im Mutterleib

Ein Baby im Mutterleib wächst ganz schön schnell. Kannst du Gegenstände in deiner Umgebung finden und messen, die die gleiche Größe wie der Embryo im Mutterleib haben?

**Trage sie in die rechte Spalte wie in den Beispielen ein.**

Alter des Embryo	Größe in cm	Vergleiche
1. Woche	.	Das Baby hat die Größe eines Punktes, den man mit gespitztem Bleistift malt.
8. Woche	3 cm	
10. Woche	6 cm	Das Baby ist so lang wie der Daumen deiner Lehrerin.
14. Woche	12 cm	
26. Woche	24 cm	
40. Woche	52 cm	

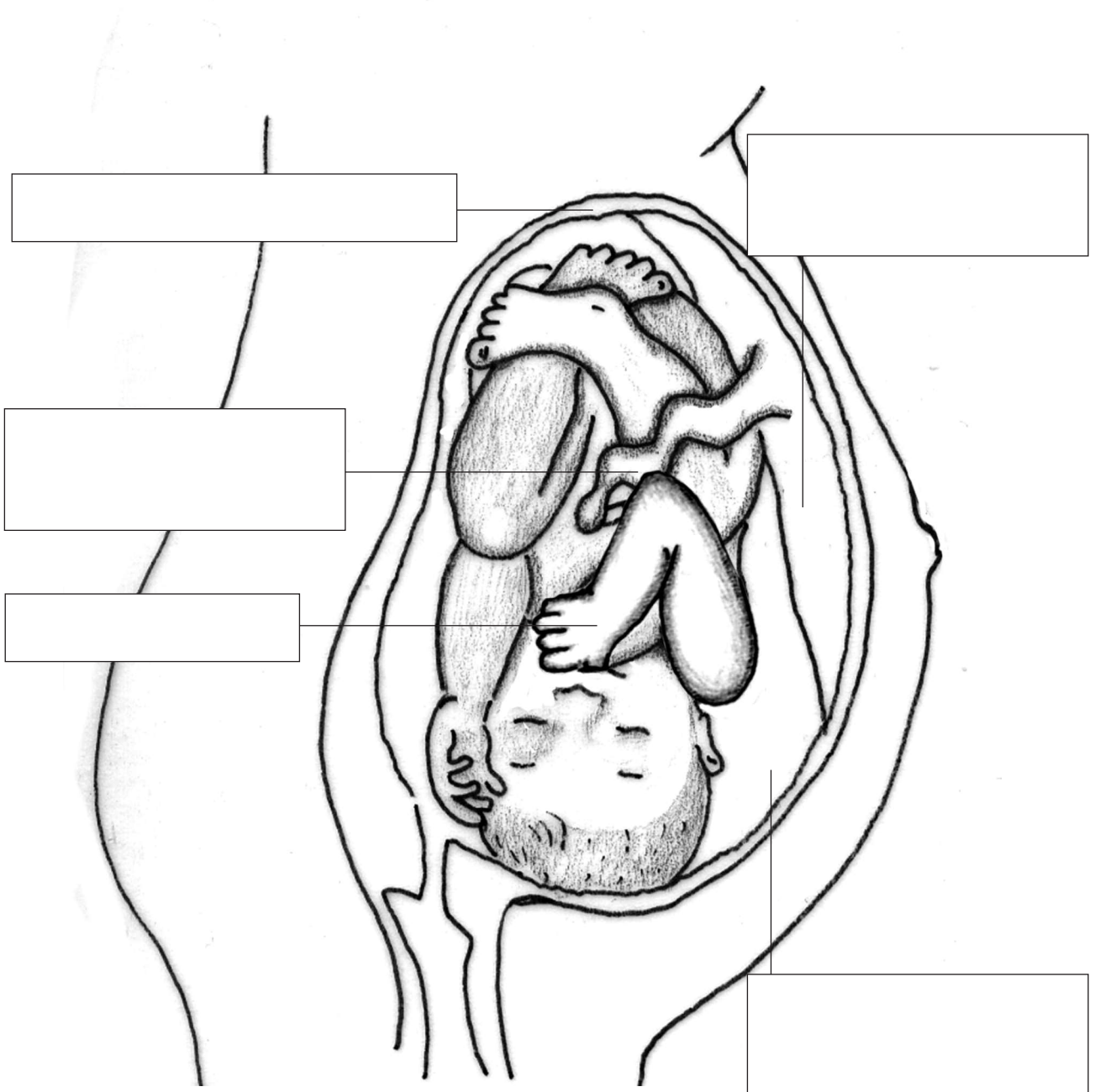
## Das Baby im Mutterleib

Lies den Text und beschrifte die Abbildung.

Dieses Baby ist ungefähr 8 Monate alt und lutscht am Daumen.

Es wiegt ungefähr 2 kg und wird über die Nabelschnur aus dem Mutterkuchen versorgt. Die Gebärmutter hat sich seiner Größe angepasst.

Damit das Baby vor Stößen von außen geschützt ist, schwimmt es im Fruchtwasser.





## Infotext: Schwangerschaft und Geburt

Wenn ein Mann und eine Frau sich lieben, möchten sie einander ganz nahe sein. Durch die dabei empfundenen schönen Gefühle kann der Penis steif werden und, wenn beide das wollen, in die Scheide hineingleiten. Man nennt das „Geschlechtsverkehr“ oder „Mann und Frau schlafen miteinander“.

Kommt es dabei zu einem Samenerguss, gelangen bis zu 500 Millionen Samenzellen (Spermien) in die Scheide. Von dort können sie sich durch die Gebärmutter bis in die Eileiter bewegen.

Treffen sie hier auf eine aus den Eierstöcken kommende Eizelle, kann eine der vielen Samenzellen mit der Eizelle verschmelzen. Das nennt man Befruchtung.

Direkt danach beginnt die winzige befruchtete Eizelle sich immer wieder zu teilen. Gleichzeitig wandert sie den Eileiter hinunter und erreicht nach etwa fünf bis sechs Tagen die Gebärmutter.

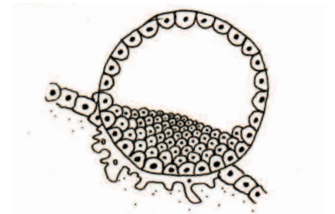
Dort verbindet sie sich fest mit der Gebärmutter Schleimhaut, sie nistet sich ein. Dadurch kann das kleine Lebewesen über die Gebärmutter von der Mutter mit allem versorgt werden, was es während seiner Zeit im Bauch braucht.

Jetzt darf natürlich die Schleimhaut nicht erneuert werden. Das bedeutet, dass die Mutter keine Periode mehr bekommt. Viele Frauen merken daran nun, dass sie schwanger sind.

Von jetzt an nennt man das kleine Lebewesen Embryo. Zehn Wochen später ist es etwa 10 cm groß und wiegt ungefähr 70 g. Bis zur Geburt heißt es jetzt Fötus.

Selbst essen und atmen kann der Fötus im Bauch der Mutter nicht. Deshalb bekommt er seine Ernährung und seinen Sauerstoff über die Nabelschnur.

Er hat viel Platz in der mit Fruchtwasser gefüllten Fruchtblase, die sich um ihn herum gebildet hat, und bewegt sich ab einem Alter von etwa 17 Wochen so stark, dass die Mutter ihn spüren kann.



## Fortsetzung: Infotext: Schwangerschaft und Geburt

Wenn das Baby etwa 30 Wochen alt ist, beginnt es eng zu werden im Bauch der Mutter. Die meisten Babys drehen sich dann mit dem Kopf nach unten.

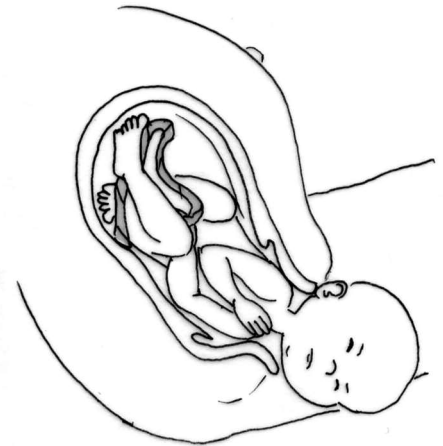
Am Ende der Schwangerschaft, nach 40 Wochen, wiegt das Baby ungefähr 3400 g und ist etwa 52 cm lang.



Nun ist es bereit für seine Geburt. Damit es aus der Gebärmutter herauskann, weitet sich deren Öffnung (Muttermund) immer mehr.

Die Mutter spürt das, sie hat Wehen. Auch die Fruchtblase öffnet sich jetzt meistens, und das Fruchtwasser läuft ab. Das nennt man Blasensprung.

Schließlich drücken die Muskeln der Gebärmutter das Baby durch die Scheide heraus.

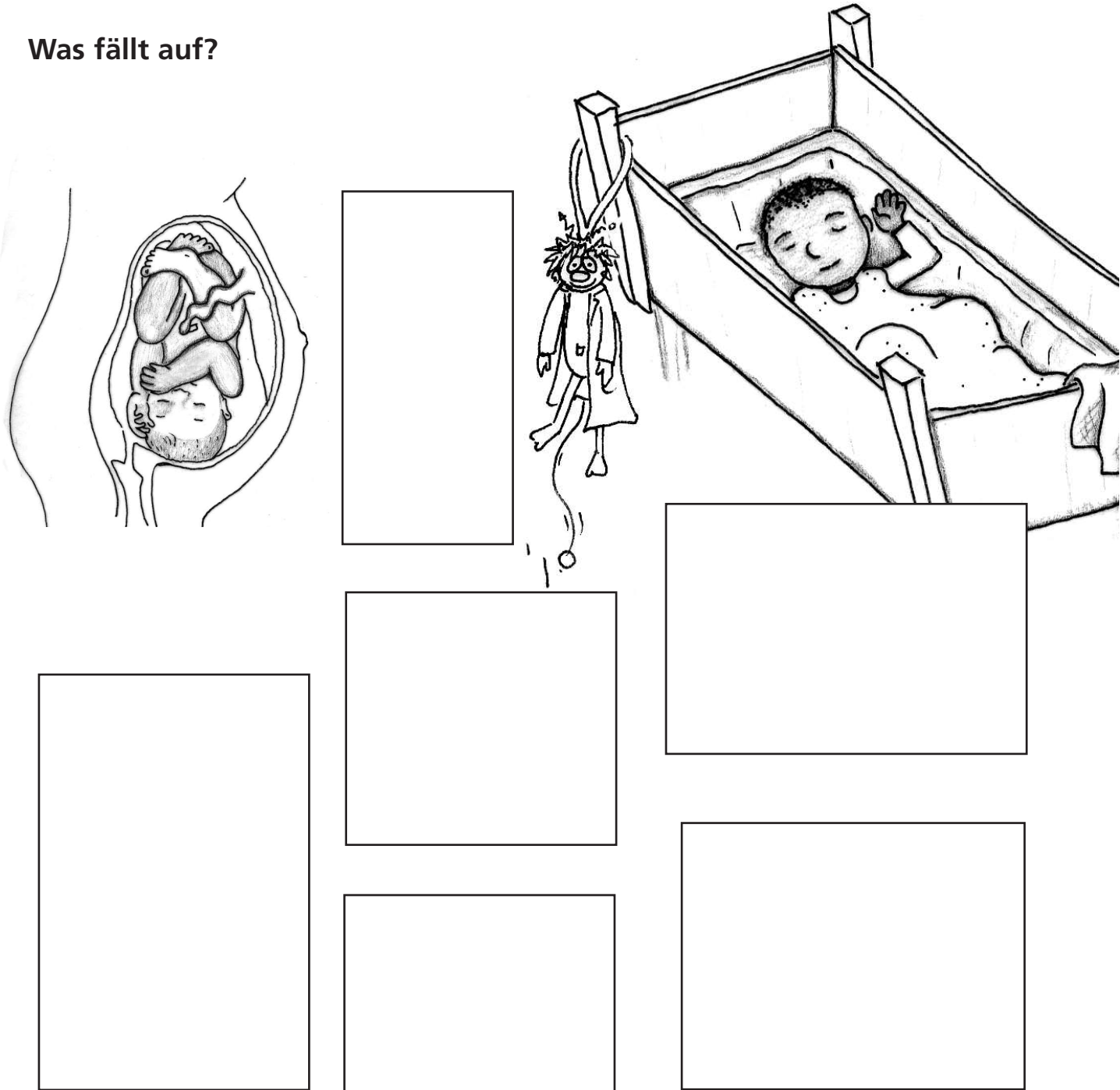


Jede Geburt ist ein großes Ereignis, denn ein einzigartiger Mensch erblickt das Licht der Welt.

# Das Baby wird versorgt

Was braucht das Baby im Bauch, und was braucht das Baby nach seiner Geburt? Male die Gegenstände in die Kästchen und ordne sie jeweils dem Baby vor oder nach der Geburt zu.

Was fällt auf?



Begriffe: Fläschchen Heizung Strampelanzug Wanne Bett/Wiege Windeln

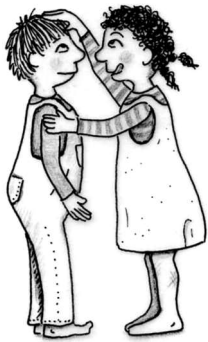
# Ich werde immer größer



Monate

Das konnte ich mit 9 Monaten: \_\_\_\_\_

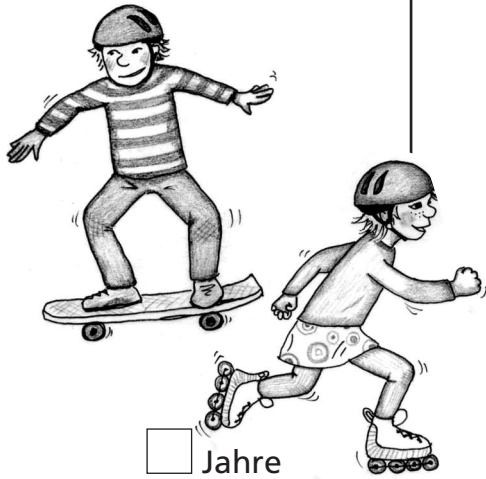
Das konnte ich nicht: \_\_\_\_\_



Jahre

Das konnte ich mit 3 Jahren: \_\_\_\_\_

Das konnte ich mit 3 Jahren nicht: \_\_\_\_\_



Jahre

Das konnte ich mit 6 Jahren: \_\_\_\_\_

Das konnte ich mit 6 Jahren nicht: \_\_\_\_\_



Das würde ich gerne können, wenn ich älter bin:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_