

10.4 Fortpflanzung und Entwicklung

Gefühle fahren Achterbahn

[SB S. 190/191]

So können Sie mit dem Thema arbeiten	
Einstieg/Motivation	<p>Leitfragen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wie kommt es zu dem oft empfundenen „Gefühlschaos“ von Jugendlichen während der Pubertät? • Wie können Jugendliche und Eltern mit dem „Gefühlschaos“ während der Pubertät umgehen? <p>Methodenauswahl</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bild eines Verkehrsschildes mit der Aufschrift „Vorsicht Pubertät“. • Abbildung 1 aus dem Schülerbuch (s. S. 190) mit Mädchen- und Jungengruppe. • Spontane Schüleräußerungen zum Thema „Gefühlschaos“ an der Tafel sammeln.
Erarbeitung	<ul style="list-style-type: none"> • Text im Schülerbuch S. 190/191 lesen, zusammenfassen lassen und dann im Unterrichtsgespräch eigene Erfahrungen der Schülerinnen und Schüler einbringen lassen. • Arbeitsblatt „Gefühle fahren Achterbahn – Rollenspiele“ (s. Lehrband S. 439): Die Rollenspiele werden auf 6 Gruppen verteilt, ergänzt, geübt und vorgestellt. • Film: „Gehirn im Umbau“ (s. Literatur- und Medienhinweise, Lehrband S. 438) ansehen. Mithilfe des Films wird deutlich, dass das „merkwürdige“ Verhalten von Jugendlichen Umbauarbeiten im Gehirn während der Pubertät als Ursache hat. Die Schülerinnen und Schüler fassen den Inhalt des Films zusammen.
Sicherung	<ul style="list-style-type: none"> • Schülerbuch S. 191 Aufgabe 1 bearbeiten. • Vorspielen der Rollenspiele der verschiedenen Gruppen, dann Aufgabe 4 vom Arbeitsblatt „Gefühle fahren Achterbahn – Rollenspiele“ (s. Lehrband S. 439) stellen und Antworten besprechen. • Zusammenfassung des Filminhalts „Gehirn im Umbau“ (s. Literatur- und Medienhinweise, Lehrband S. 438) an der Tafel und Sicherung im Heft.
Vertiefung	<ul style="list-style-type: none"> • Erstellen eines Faltblattes mit der Überschrift „Vorsicht Pubertät“ und anschließende Diskussion mit den Eltern über den Inhalt des Faltblattes (s. Aufgabe 5 auf dem Arbeitsblatt „Gefühle fahren Achterbahn – Rollenspiele“, Lehrband S. 439). • Zusätzliches Arbeitsblatt „Umfrage: Wenn Eltern schwierig werden“ (s. Daten auf DVD, Lehrband S. 438) und dessen Auswertung.
Kompetenzerwerb	<p>Kompetenzbereiche: Kommunikation, Fachwissen und Erkenntnisgewinnung: Die Schülerinnen und Schüler tauschen im Unterrichtsgespräch oder in der Gruppenarbeit zum Rollenspiel ihre Erfahrungen mit dem selbst erlebten „Gefühlschaos“ untereinander aus. Sie erweitern ihr Fachwissen bezüglich der Pubertät und erkennen die biologischen Zusammenhänge.</p> <p>Gegenstandsbereich: Fortpflanzung und Entwicklung</p>

Lösungen

[zu SB S. 190/191]

- **1** Nenne Gründe, weshalb die Pubertät für dich eine spannende und aufregende Zeit ist.
individuelle Lösung: Veränderungen im Verhalten und Aussehen, mehr Zeit mit Freunden, Taschengeld, Interesse an Jungen / Mädchen
- **2** Stell in einer Gruppe in einem Rollenspiel eine Streitsituation eines Jugendlichen mit seinen Eltern nach. Erläutere die „Reaktionen“ aus der Sicht des Jugendlichen bzw. der Eltern.
individuelle Lösungen, die Ergebnisse können auf Wunsch der Schüler evtl. für Elternabende o.Ä. genutzt werden
- **3** Erläutere, mit welchen Problemen Jungen und Mädchen eventuell zu kämpfen haben, die einem nach Vorurteilen untypischen Hobby nachgehen.
Die Vorurteile werden auf den Jungen oder das Mädchen selbst übertragen und die Jugendlichen werden als untypisch oder unnorm angesehen. Diese Jungen und Mädchen werden dann vielleicht von den Gleichaltrigen geärgert oder ausgegrenzt. Auch einige Eltern bringen ihre Vorurteile vielleicht zum Ausdruck oder verbieten ihren eigenen Kindern womöglich sogar den Umgang. Vorurteile, die zu einem solchen Verhalten führen, müssen unbedingt hinterfragt werden.

Praktische Tipps

Regeln im Sexualkundeunterricht

Damit der Sexualkundeunterricht für Schülerinnen und Schüler sowie Lehrerinnen und Lehrer in einem angenehmen Rahmen stattfinden kann, sollten vor Unterrichtsbeginn Regeln aufgestellt werden. Diese Regeln können verschiedene Bereiche des Unterrichts betreffen, zum Beispiel die Art der Sprache oder den Umgang miteinander. Die Sprache betreffend

können beispielsweise Wörter, die verwendet oder nicht verwendet werden dürfen, festgelegt werden. Den Umgang miteinander betreffend kann abgesprochen werden, dass zum Beispiel über niemanden gelacht werden darf, der über persönliche Erlebnisse berichtet. Die Regeln sollten von den Schülerinnen und Schülern formuliert werden und für alle jederzeit sichtbar im Unterrichtsraum fixiert werden.

Zusatzinformation

Die Pubertät

Das Wort Pubertät stammt von dem lateinischen Wort für Geschlechtsreife „pubertas“ ab. Die Pubertät wird durch Hormone ausgelöst.

Die Pubertät ist die Zeit zwischen der Kindheit und dem Erwachsensein. Sie beginnt individuell sehr unterschiedlich, bei den Mädchen aber meistens eher als bei den Jungen. Meistens findet sie zwischen dem 10. und 16. Lebensjahr statt. Sie dauert ungefähr 4,5 Jahre.

Während der Pubertät finden im Gehirn von Jugendlichen umfassende Umbauarbeiten statt. Es werden beispielsweise alte Nervenverbindungen abgebaut und viele neue aufgebaut. Durch diese „Baustelle“ im Gehirn und die hormonelle Situation sind Jugendliche beispielsweise häufig gereizt, sind nicht entscheidungsfreudig oder suchen den besonderen „Kick“.

Während der Pubertät finden sowohl biologische, geistig-seelische als auch soziale Veränderungen bei den heranwachsenden Jugendlichen statt. Durch diese Veränderungen befinden sie sich häufig auf einer „Achterbahn der Gefühle“.

Handlungsorientierter Unterricht: Hautpflege selbst gemacht

Auch die Haut verändert sich. Manche Jugendliche merken das kaum, andere haben Probleme mit fettiger und unreiner Haut. Damit man sich in seiner Haut wohl fühlt, sollte man sie pflegen. In Drogeriemärkten werden unterschiedlichste Produkte dazu angeboten. Viel günstiger kann man allerdings Hautpflegeprodukte selber herstellen.

Tipps:

- Selbst hergestellte Pflegeprodukte halten sich am besten im Kühlschrank!
- Natürlich dürfen nur Zutaten verwendet werden, auf die man nicht allergisch reagiert.

Zutaten für Gesichts-Peelings:

- Quark
- Joghurt
- Olivenöl
- Zucker
- Meersalz
- abgeriebene Orangen- oder Zitronenschale

Zutaten für Badezusätze:

- Olivenöl
- Milch
- Sahne
- Pfefferminzöl
- Rosmarinöl
- Eukalyptusöl

Zutaten für Gesichtsmasken:

- Quark
- Joghurt
- geriebene Gurken
- Honig
- Eigelb
- Zitronensaft
- Mandelöl
- geriebener Apfel
- Sauerkraut
- Joghurt
- Trockenhefe

Literatur- und Medienhinweise

Film: Gehirn im Umbau, www.planet-wissen.de
Broschüren der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, www.bzga.de
Verschiedenste Broschüren rund um den Bereich Pubertät können von Lehrern und Schülern kostenlos bestellt werden.

Daten auf DVD →

- **Zusätzliches ARBEITSBLATT** „Umfrage: Wenn Eltern schwierig werden“, Kapitel 10: Der Mensch als Lebewesen, 10.4. Fortpflanzung und Entwicklung

Gefühle fahren Achterbahn – Rollenspiele

Während der Pubertät wird aus einem Kind ein Erwachsener, allerdings nur nach und nach...

Wenn du in die Pubertät kommst, möchtest du wie ein Erwachsener behandelt werden. Deine Eltern sehen in dir aber häufig noch ein Kind. Das kann manchmal zu Streitigkeiten führen. Du musst lernen, nach und nach in die Rolle eines Erwachsenen zu schlüpfen. Dazu gehört auch, immer mehr Verantwortung für dich selbst zu tragen und innerhalb einer Gemeinschaft zu übernehmen. Deine Eltern müssen lernen, dich loszulassen und dir zu vertrauen.

1 Jannis freut sich schon auf den Nachmittag mit Paul. Da kommt seine Mutter in sein Zimmer und sagt: „Du glaubst doch wohl nicht, dass ich deine Freunde in diesen Schweinestall hineinlasse. Heute Nachmittag wirst du erst einmal hier aufräumen“ ...

2 Clara fragt „Paaapaa, Lisa schmeißt Samstag `ne Party. Alle dürfen dort hin und alle bleiben bis 1 Uhr. Darf ich auch?“ Der Vater antwortet entrüstet: „Du bist wohl ...“

3 „Mensch Janna!“ ruft ihre Mutter. Wie siehst du denn aus. Wenn du dich nicht sofort umziehst, dann bleibst du hier!!!“ Janna antwortet total sauer: „Du bestimmst nicht, wie ich rumlaufe. Ich bestimme über mich selbst!!! ...“

4 „Was!“, ruft Max' Mutter, „Du hast schon wieder eine 5 geschrie-ben?!?! Das wird Konsequenzen haben! ...“

5 Linus liegt auf seinem Bett und schreibt gerade an seinen besten Freund eine SMS, da kommt seine Mutter ins Zimmer und meckert ihn an: „Kannst du nicht besser lernen, anstatt immer mit dem Handy herumzuspielen? Gib mir mal das Ding. Das reicht für heute! ...“

6 Daniel ist das erste Mal mit seiner Freundin alleine. Gerade wollen sie sich küssen, da kommt seine Mutter ins Zimmer und starrt die beiden an. ...

- 1 Bildet Arbeitsgruppen und verteilt die Beispiele oben (1–6) auf die verschiedenen Gruppen. Lest innerhalb eurer Gruppe den betreffenden Text und überlegt, wie die Geschichte weitergehen könnte. Einigt euch innerhalb der Gruppe auf eine Geschichte.
- 2 Schreibt die Geschichte eurer Gruppe auf und macht daraus ein Rollenspiel. Übt dieses Rollenspiel.
- 3 Präsentiert das Rollenspiel der Klasse. Diskutiert darüber, ob es bei euch zu Hause ähnliche Situationen gibt.
- 4 Beschreibt, wie ihr euch eine Lösung des Problems, welches in den einzelnen Rollenspielen zwischen Eltern und Jugendlichen steht, vorstellen könnt.
- 5 Entwerft ein Falblatt für Eltern und Jugendliche mit der Überschrift „VORSICHT PUBERTÄT“. Stellt hierin wertvolle Tipps für Eltern und Jugendliche dar, damit der Umgang zwischen Eltern und ihren jugendlichen Kindern leichter wird. Diskutiert mit euren Eltern über das Falblatt.

 **ARBEITSBLATT**

Gefühle fahren Achterbahn – Rollenspiele

Lösungen

Die Geschichten aus den Rollenspielen können von den Schülerinnen und Schülern auf ganz unterschiedliche Weise fortgesetzt und dann vorgetragen werden. Hierbei werden immer die eigenen Erfahrungen aus dem jeweiligen Elternhaus einfließen, wodurch es zu sehr persönlichen und authentischen Präsentationen der Rollenspiele kommen wird. Die Schülerinnen und Schüler werden sich so in den meisten vorgetragenen Rollenspielen selbst vorfinden.

Praktische Tipps

In den Faltblättern werden die Schülerinnen und Schüler weitgehend gleiche Tipps für ihre Eltern aufschreiben, da die meisten von ihnen ähnliche Erfahrungen haben. Die Gespräche mit den Eltern können ein Anlass sein, Probleme auf den Tisch zu bringen, für die es schon längst einen Klärungsbedarf gab. Nicht alle Schülerinnen und Schüler werden allerdings diese Chance nutzen.

Die Lerngruppe sollte für die Bearbeitung dieses Arbeitsblattes in 6 Gruppen eingeteilt werden. So kann jede der Gruppen eines der Rollenspiele vom Arbeitsblatt bearbeiten.

Die Gruppen sollten von den Schülerinnen und Schülern selbst zusammengestellt werden. So können sie sich bei diesem sensiblen Thema eher öffnen.

Die Fortsetzung der Geschichten aus den Rollenspielen sollte von den Schülerinnen und Schülern schriftlich fixiert werden (s. Aufgabe 2).

Gerne können die Schülerinnen und Schüler Accessoires von zu Hause mitbringen, um ihr Rollenspiel möglichst real zu gestalten.

Kompetenzerwerb

Kompetenzbereich „Kommunikation“: Die Schülerinnen und Schüler erarbeiten und üben gemeinsam das Rollenspiel zum Thema Pubertät. Hierbei bringen sie ihre eigenen Erfahrungen ein. Dann wird das Rollenspiel der ganzen Lerngruppe vorgestellt und im Unterrichtsgespräch besprochen. Auch bei dem Gespräch mit den Eltern (s. Aufgabe 5) ist die Kommunikation untereinander die schwerpunktmäßig vorherrschende Kompetenz.

Gegenstandsbereich „Fortpflanzung und Entwicklung“: Sowohl während der Planung, dem Einüben, der Präsentation und der Besprechung der Rollenspiele der verschiedenen Gruppen, als auch bei der Planung des Faltblattes und dem Elterngespräch, wird den Schülerinnen und Schülern die Entwicklung zum Erwachsenen im Verlauf der Pubertät in verschiedenen Facetten vor Augen geführt und transparenter gemacht.