



## Sexualität, Gesundheit und Wohlbefinden

### Zentrale Inhalte:

- Verbreitungsgrad und verschiedene Arten von sexuellem Missbrauch, Prävention und Hilfsangebote.
- Verhandlungs- und Kommunikationskompetenz für ein sicheres und lustvolles Sexualleben entwickeln.
- Unangenehme oder unsichere Sexualekontakte ablehnen oder beenden und respektieren
- Riskantes (Sexual-)Verhalten und seine Folgen
- Kondome und Verhütungsmittel wirksam anwenden, risikoträchtige Situationen erkennen und damit umgehen können
- Symptome, Übertragung und Prävention von sexuell übertragbaren Infektionen (STI) einschließlich HIV
- Symptome von sexuell übertragbaren Infektionen erkennen
- Verantwortungsbewusstsein hinsichtlich der Prävention von sexuell übertragbaren Infektionen und HIV, Prävention von sexuellem Missbrauch

### Lektionen zu Gesundheitsförderung und Prävention

Vorbereitung / Material:

- GummiLove Magazin
- [gummilove.com](http://gummilove.com)
- Arbeitsblätter

| Themen / Inhalt                                                                                                                                                   | Material                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| <b>Strafgesetzbuch</b><br>Lehrperson erklärt den SuS, was eine Straftat ist und was die Bedeutung der verschiedenen Artikel zu Sexualität im Strafgesetzbuch ist. | Arbeitsblatt:<br>Strafgesetz |



### Hilfsangebote bei sexueller Gewalt

SuS den Auftrag erteilen, sich Gedanken zu machen, wer zu ihren persönlichen Kontakten gehört, bei denen sie Hilfe erhalten würden. Erklären, dass es wertvoll ist solche Kontakte zu haben, aber auch ganz normal, dass es manchmal einfacher ist über schwierige Themen mit einer fremden Person zu sprechen und wo es diese Möglichkeit gibt. Hilfsangebote kennenlernen.

Website: [Lokaler Support](#)

### Safer Sex Regeln und Kondome

Lehrperson erklärt die Safer Sex Regeln anhand des GummiLove Magazins. Danach kann die Lehrperson anhand des Magazins erklären, wie ein Kondom richtig angewendet wird und dies an der Abrollhilfe vorzeigen. Dieser Auftrag kann aber auch aufgeteilt werden auf freiwillige SuS. Video: « 6 DingsBums zu Kondomanwendung » nutzen.

Quiz zu Safe-Sex mit SuS ausfüllen (siehe ganz unten auf Seite).

GummiLove Magazin: Safer Sex Regeln, Kondomanwendung

Website: [Kondom](#)

Website: [Safer Sex-Quiz](#)

### STI und HIV

Gruppenaufgabe: SuS bekommen 1-3 STI-Steckbriefe, informieren sich darüber und stellen diese dem Rest der Klasse vor.

Quiz zu STI ausfüllen

Website: [STI-Steckbriefe](#)

Website: [STI Quiz](#)

### Körpergrenzen kennen und respektieren

Wo mag ich Berührungen und wo nicht? Je einen großen Körperumriss für junge Frauen und junge Männer auf Wandtafel oder Flipchart malen. Geschlechter getrennt kleben, SuS rote Post-its für Nicht-OK-Berührungen und grüne Post-its für OK-Berührungen auf das Körperbild. Danach dürfen sie beim anderen Geschlecht schauen, wo die Berührungen OK oder Nicht-OK sind. Diskussion über OK- und Nicht-OK-Berührungen im Plenum führen und schauen, welche Unterschiede es bei den Geschlechtern gibt.



## Aufräumen mit Mythen

### RICHTIG oder FALSCH:

Positionierung im Raum, eine Seite ist richtig die andere falsch. Die Lehrperson liest folgende Sätze vor und SuS positionieren sich dazu.

Positionierung wird immer kurz besprochen.

- Wenn eine Frau einen Minirock trägt, ist sie selbst schuld, wenn ihr nachgepfiffen oder sie belästigt wird. à FALSCH
- Jungs, die plötzlich einen Steifen haben, sind immer sexuell erregt. à FALSCH
- Lesbische Frauen können miteinander Sex haben. à RICHTIG
- Das Jungfernhäutchen ist nur ein Mythos und kein Beweis für eine Jungfräulichkeit. à RICHTIG
- Liebeskummer kann so schmerzen, dass es sogar körperliche Symptome gibt. à RICHTIG
- Es ist strafbar, wenn eine Person einer anderen Person ohne dessen Einverständnis ein Nacktfoto (Dick-Pic) schickt. à RICHTIG
- Eine Unter-14-Jährige darf von sich ein Nacktfoto ihrem Freund oder ihrer Freundin schicken, wenn sie das möchte. à FALSCH (sie macht sich strafbar, Verbreitung von Kinderpornografie)
- Wenn sie 14 Jahre alt ist und ihr Freund 18 Jahre alt, ist diese Beziehung nicht strafbar, wenn beide es wollen und die Eltern einverstanden sind? à FALSCH (Strafbar siehe Schutzalter)
- Wenn er 17 Jahre alt ist und sein Freund 15 Jahre alt, ist die Beziehung legal, da der Altersunterschied nicht mehr als 3 Jahre beträgt. à RICHTIG
- Es gibt schwule Männer, die keinen Analsex praktizieren. à RICHTIG
- Wenn man mit jemandem chattet und etwas flirtet, ist man selbst schuld, wenn man belästigt oder beleidigt wird. à FALSCH
- Selbstbefriedigung ist schädlich oder schmutzig. à FALSCH
- Es kommt nicht auf die Größe des Penis an, ob ein Mann ein guter Liebhaber ist. à RICHTIG
- Wenn eine junge Frau einige schöne körperliche Erfahrungen gemacht hat oder mehrere Freunde oder Freundinnen hatte, nennt man diese Schlampe. à FALSCH
- Verhütung mit Kondom schützt nur vor einer Schwangerschaft. à FALSCH
- Niemand darf von mir ein Foto machen und es ohne mein Einverständnis verwenden. à RICHTIG
- Ich muss meinen Freunden oder meiner Familie nicht alles über mein Intimleben erzählen, da ich ein Recht auf Privats- und Intimsphäre habe. à RICHTIG