

WEIBLICHE UND MÄNNLICHE GESCHLECHTSORGANE

Lernziele:

- Körperliche Veränderungen in der Pubertät
- Was sind männliche, was weibliche Geschlechtsorgane, diese richtig benennen.
- Unterschied zwischen äusseren und inneren Geschlechtsorganen
- Funktion der Organe und wie wirken sie zusammen.
- Was ist normal: Vielfalt: jeder Körper ist anders
- Respektvoller Umgang mit dem eigenen Körper und dem Körper des anderen
- Austausch und Fragen

In einem ersten Teil, schauen wir uns die weiblichen und männlichen Geschlechtsorgane genauer an. Welche Funktionen haben sie? Wie heissen sie? Gibt es sogar Ähnlichkeiten zwischen den männlichen und weiblichen Geschlechtsorganen?

Aus Holz nachgebildet, können sie in die Hände genommen werden, richtig hingelegt und mit den Namen ergänzt werden.



Es ist mir sehr wichtig, dass die Schüler:innen ins eigene Tun kommen und so diesem Wunder vom Leben und ihrem Körper auf die Spur kommen und immer auch wieder zum Staunen angeregt werden.

Es darf gefragt, ausgetauscht, gelacht, geschmunzelt, peinlich gekichert, nicht aber ausgelacht werden.

Es ist mir auch sehr wichtig, die Einzigartigkeit jedes einzelnen Körpers / Menschen zu feiern und die jungen Menschen in ihrem Selbstwert zu stärken.

Ich freue mich sehr auf einen spannenden Austausch mit euren Jugendlichen.

WEIBLICHER MENSTRUATIONSZYKLUS

Die Bühne des Lebens

Lernziele:

- Allgemeine körperliche Veränderungen bei den jungen Menschen in der Pubertät
- Die Schüler:innen lernen den Menstruationszyklus kennen: Was ist das und was passiert im Körper einer Frau damit es zur ersten Blutung kommt?
- Den Zusammenhang verstehen zwischen Hormonen, Eierstöcken, Gebärmutter.
- Wichtige Begriffe werden einfach erklärt: Hormone, biologische Namen, Zyklusphasen...

In meinem zweiten Teil, lade ich die Schüler:innen ein, hinter die Kulissen der grossen monatlichen Zyklusshow im Körper eine Frau zu schauen. Im praktischen Tun erfahren wir, was alles auf der Bühne des Lebens passiert, während eines Menstruationszyklus und welchen Part dabei die Männer spielen.

Mein Workshop richtet sich an Jugendliche jeden Geschlechts.

An einer grossen Gebärmutter zeige ich anschaulich und erlebbar, was im Körper passiert.

Wir lernen die wichtigsten Hormone kennen und legen sie dorthin, wo sie ihre Arbeit tun. Wir hören zwar den korrekten medizinischen Namen, werden sie aber mit anderen Worten besser verstehen. So sind zum Beispiel die Östrogene, die treuen Freundinnen der Frau und kommen als Herzen auf die Bühne des Lebens. Das follikelstimulierende Hormon (FSH), wird vom Hirn geschickt und tritt als Schmetterlinge auf, da es der Frühlingsphase des Zyklus, der Phase nach der Blutung entspricht und die Follikel im Eierstock weckt, damit es zum Eisprung kommen kann.

Immer bleibt auch viel Platz für Fragen.



Bei weiteren Fragen und Interesse dürft ihr euch gerne bei mir melden.

Kontakt: Tabea Döbeli - imfo@ateliertabea.ch