

Arbeitspaket für den Unterricht zum Thema

„Körper, Geschlecht und Politik“

Ab der 7./8. Schulstufe

Inhaltsübersicht

Arbeitsblatt Nr. 1

Stell dir einen Menschen vor!

Beschreibung: Die Schüler:innen machen ein Gedankenexperiment. Sie stellen sich einen Menschen vor, geben dieser Person einen Namen und suchen für diese Person einen Beruf aus. Anschließend verteilen sie die Antworten auf einer Ergebnisliste, die in die Bereiche „männlich“ und „weiblich“ unterteilt ist. Gemeinsam diskutieren sie Aufteilung und Ergebnis.

Lernziele: Der Versuch zeigt den Schüler:innen, dass in unserem Denken das Bild eines „Menschen“ häufig das Bild eines „Mannes“ ist. Dabei ist über die Hälfte der Weltbevölkerung weiblich. Anhand des Ergebnisses reflektieren die Schüler:innen ihre Antworten und diskutieren mögliche Gründe dafür. Sie machen sich bewusst, wie sehr unsere Vorstellungskraft von Bildern, erlernten und medialen Erfahrungen sowie unserer Sprache beeinflusst wird.

Benötigte Materialien: Schreibutensilien, Klebezettel

Arbeitsblatt Nr. 2

Typisch weiblich? Typisch männlich? Typisch ich!

Beschreibung: Die Schüler:innen machen ein Ballspiel. Dabei muss jede Person, die den Ball fängt, einen Satz vervollständigen, der von der Lehrperson begonnen wird. Die beiden Sätze lauten: „Jungs mögen ...“ und „Mädchen mögen ...“. Die Ergebnisse werden auf einem Plakat oder auf der Tafel festgehalten. Anschließend machen die Schüler:innen anhand der

Ergebnisse eine Liste mit allen Eigenschaften, die sie sich selbst zuschreiben.

Lernziele: Die Schüler:innen setzen sich mit Rollenbildern und Geschlechterstereotypen auseinander und erkennen, wie sehr unsere Verhaltensweisen davon beeinflusst werden. Anhand der Listen können sie die Aussagen ihrer Schulkolleg:innen mit ihren eigenen Meinungen abgleichen und sich ein Bild von sich selbst erarbeiten, dass diese Zuschreibungen und Vorurteile hinterfragt.

Benötigte Materialien: Ball, Schreibutensilien, Arbeitsblatt, Plakat

Arbeitsblatt Nr. 3

Body Scan – Das positive Körpergefühl stärken

Beschreibung: Bei dieser Übung gehen die Schüler:innen auf eine angeleitete Reise durch ihren Körper. Sie werden dadurch angeregt, eigene Körperempfindungen, Gedanken und Gefühle wahrzunehmen und sich dieser bewusst zu werden. Die Übung kann im Sitzen oder Liegen gemacht werden. **Lernziele:** Diese Körperreise soll den Schüler:innen dabei helfen, die eigene Konzentration zu stärken und negative Körpervorstellungen zu überwinden. Durch die Übung sollen sie ein besseres Verständnis für ihren Körper und dessen Bedürfnisse erlangen.

Benötigte Materialien: Körperreise-Anleitung zum Vorlesen.

Stelle dir einen Menschen vor!

Stelle dir ein menschliches Skelett (das sind alle Knochen) vor: Den Schädel, die Wirbelsäule und Rippen, die Arme und Beine. Pack Muskeln auf das Skelett und gib eine Haut darüber. Gib der Person ein Gesicht und Kleidung. Erfinde einen Namen für diese Person und schreibe diesen Namen auf. Welchen Beruf hat die Person? Schreibe den Beruf ebenfalls auf.

Name:	
Beruf:	

Stell dir einen Menschen vor

Weiterführende Arbeitsaufträge

Welche Person hast du dir vorgestellt? Eine Frau oder einen Mann? Vergleiche deine Antworten mit deinen Klassenkolleg:innen.

Arbeitsauftrag A

Macht eine Strichliste, wie viele Klassenkolleg:innen haben einen Jungen-Namen, wie viele einen Mädchen-Namen und wie viele einen „neutralen“ Namen gewählt? Welche Namensart überwiegt? Diskutiert das Ergebnis in Kleingruppen.

Arbeitsauftrag B

Welche Berufe habt ihr zu den männlich klingenden Namen und welche Berufe habt ihr zu den weiblich klingenden Namen hinzugefügt? Könnt ihr Gründe für eure Namens- und Berufswahl nennen?

Typisch weiblich? Typisch männlich? Typisch ich!

Wählt zwei Personen, die an der Tafel stehen. Alle anderen setzen sich in einem Sesselkreis zusammen und werfen sich einen Ball zu. Jede:r Ballfänger:in bekommt von eurer Lehrkraft einen Satz zum Vervollständigen.

Der Satz lautet entweder:

„Mädchen mögen“

Oder

„Jungs mögen ...“

Antwortet möglichst schnell und in wenigen Worten. Die Personen an der Tafel schreiben die Antworten, unterteilt in einem Bereich „Jungs“ und einen Bereich „Mädchen“ auf.

1. Anschließend schaut euch gemeinsam die Liste an. Stimmt ihr der Einteilung zu? Welche Eigenschaften lassen sich eurer Meinung beiden oder keinem Geschlecht zuordnen?
2. Tragt alle Antworten, die auf euch zutreffen in die untenstehende Liste ein.

Body Scan. Das positive Körperbild stärken

Anleitung für eine Körperreise in der Klasse

Vorlesetext für Lehrkräfte (Dauer ca. 20 Minuten)

Fordern Sie die Schüler:innen auf, sich bequem hinzusetzen, ruhig und tief zu atmen sowie die Augen zu schließen. Erläutern Sie den Schüler:innen, dass sobald die Gedanken abzuschweifen beginnen, sie sich wieder auf Ihre Stimme konzentrieren sollen.

- Die Reise beginnt bei den Füßen. Fühlt, an welchen Stellen die Füße den Boden berühren und nehmt die Fersen, die Fußsohlen, die Zehen ganz bewusst wahr.
- Spürt jetzt in den Unterschenkel hinein, spürt eure Waden und die Schienbeine.
- Wandert mit euren Gedanken hinauf zu den Knien und die Oberschenkel. Fühlt ihr, wo die Oberschenkel den Sessel berühren?
- Wandert in euren Bauch hinein. Atmet tief in den Bauch hinein. Spürt ihr, wie sich die Bauchdecke beim Atmen hebt und senkt?
- Fühlt, wo der Rücken beginnt. Sind eure Rückenmuskeln entspannt? Überprüft, ob die Schultern locker nach unten hängen.
- Jetzt geht's weiter zum Gesicht. Entspannt eure Gesichtsmuskeln. Ist euer Unterkiefer locker, sind die Augenlider geschlossen und entspannt?
- Spürt in eure Arme hinein. An welchen Stellen liegen sie auf. Fühlt die Oberarme, die Ellenbogen, die Unterarme und in jeden einzelnen Finger hinein.
- Jetzt bereitet euch darauf vor, die Übung abzuschließen. Beim nächsten Ausatmen öffnet ihr die Augen. Streckt euch und schüttelt Arme und Beine aus.