

## Was kannst du tun? Beispiele & Handlungstipps

*Es ist Sommer und der Sportunterricht findet draußen statt. Es scheint die Sonne und du erinnerst deine Schüler\*innen daran, sich mit Sonnencreme einzucremen. Ein Mädchen im Spaghetti-Top fragt dich, ob du sie auf den Schultern eincremen kannst. Was machst du?*

Hier gibt es nur eine Handlungsoption: Sag nein. Körperberührungen zwischen Lehrkraft und Schüler\*innen sind auf ein Minimum zu reduzieren.

*Seit ein paar Sportstunden ist dir aufgefallen, dass zwei Schüler\*innen miteinander flirten. Was tust du?*

Lass es passieren und stelle die Schüler\*innen nicht bloß. Verliebtsein ist ein sensibles Thema. Wenn du das Gefühl hast, dass es dich stört, frage dich wieso und was genau dich daran stört.

*Im Schwimmunterricht bemerkst du, dass man bei einigen Mädchen ihre Brustwarzen durch den Badeanzug sieht, was ihnen merklich unangenehm ist. Wie kannst du helfen, ohne die Situation noch schlimmer zu machen?*

Als entblößend empfundene Situationen können abgemildert werden, z.B. indem du Schüler\*innen die Möglichkeit gibst, sich ein Handtuch umzubinden oder durch das Zulassen von Badebekleidung, welche den Körper weniger sichtbar macht.

## Übergeordnete Ziele

### Bildung

- *Persönlichkeit der Schüler\*innen individuell stärken:* Schüler\*innen unterstützen, selbstbestimmt eine subjektiv befriedigende und verantwortungsbewusste Sexualität zu finden und eine sexualitäts-, körper- und geschlechtsbezogener Selbstsicherheit zu entwickeln.

### Prävention

- *Vertrauensvoll stärkende Atmosphäre initiieren:* Anlässe für Ängste und Vorurteile reduzieren, Sprachlosigkeit und Kommunikationshindernisse abbauen, einen toleranten Umgang miteinander kultivieren.

### Intervention

- *Bei Verletzungen und Diskriminierungen entschieden intervenieren:* Verletzende sexualisierte Sprache vermeiden, übergriffiges Verhalten unterbinden, z.B. durch das Setzen von klaren Grenzen.

## Grundlegende Prinzipien

- *Thematisieren:* Sexualität pluralitätsgerecht & diversitätssensibel (u.a. im Hinblick auf sexuelle Orientierungen) bearbeiten.
- *Eröffnen:* Handlungsspielräume aufzeigen, (Be-)Wertungen dekonstruieren (z.B. sexuelle Praktiken und Lebensweisen).
- *Abwägen:* Sensible Reflexion der situativen Möglichkeiten einer Pädagogik im Spannungsfeld von Agieren und Reagieren.

# Sexualität und sexualisierte Körper im Sportunterricht

Ein Thema für jede Sportlehrkraft!

„Ist es ok, wenn man die Brustwarzen durch das Sportshirt sieht?“

„Ich stehe auf meinen Sportlehrer. Was soll ich tun?“

„Hilfe! Meine Sportlehrerin hat mir beim Turnen an den Po gefasst!“

„Wie kann ich einen Ständer beim Schulschwimmen vermeiden?“



Technische  
Universität  
Braunschweig

## Sexualität: Was ist das?

**Sexualität ist ein bedeutungsoffener Begriff.** So sind Funktionen der Sexualität des Menschen vielseitig. Nach Sielert (2015) werden sie unter den fünf Aspekten Fortpflanzung, Kommunikation, Lust, Beziehung und Identität zusammengefasst und voneinander abgegrenzt. Sexualität hat viel mit Gefühlen und geschlechtsbezogenen Vorstellungen zu tun. Jegliche Art von Sexualität ist Teil unserer individuellen Persönlichkeit.

In diesem Flyer, der den Blick auf den **Sportunterricht** lenkt, bezieht sich der Terminus vor allem auf Körper, Körperlichkeit und körperliche Ausdrucksformen (wie Blicke, Berührungen, körperliche Reaktionen, Gefühle), die in den Kontext Sexualität gestellt werden *können* - wobei solche Zuschreibungen nicht zwangsläufig zutreffen *müssen*.

## Sexualität im Sportunterricht

**Im Sportunterricht steht der Körper im Fokus des Geschehens.** Der Körper von Schüler\*innen wird im Fach Sport wahrgenommen und berührt; körperliche Leistung bewertet und kommentiert. Körperlichkeit wird besonders exponiert sichtbar, wobei Körper auch ein Eigenleben haben können. Vor diesem Hintergrund birgt der Sportunterricht ein besonderes Potenzial für das Erleben von Grenzverletzungen. Abseits des Geplanten bestehen darüber hinaus Gelegenheiten des Flirtens, der körperlichen Selbstinszenierung oder des Beobachtens oder Berührens des Körpers anderer.

## Als facettenreiches Phänomen zeigt sich Sexualität z.B. in ...

... Kleidung: u.a. Selbstinszenierung als sexy/attraktiv, durch leichte Sportbekleidung unangenehmer „Zwang“ des Sicht-Machens (intimer) Körperteile (z.B. Hintern, Brüste, Brustwarzen, Geschlechtsteile) bzw. Körperkonturen

... Körperkontakte/-berührungen: als übergriffig erlebte Berührungen, (unfreiwillige) Hilfestellungen, körperliche Nähe (z.B. in Sportspielen oder beim Tanzen), als zärtliche/fürsorgliche gelesene Umarmungen (z.B. beim Trösten)

... Nackt-Sein: Situationen des Quasi-Nacktseins, z.B. in Umkleiden, Duschen, im Schwimmunterricht

## Warum sollten sich Lehrkräfte mit Sexualität beschäftigen

- weil sie – gerade im Sportunterricht – omnipräsent ist.
- weil sie für Heranwachsende eine zentrale Entwicklungsaufgabe darstellt und für sie hochrelevant ist.
- weil bei Schüler\*innen Unsicherheiten, Fragen und Aufklärungsbedarf besteht.
- weil Schüler\*innen Schutz brauchen. Sexualität kann Thema verletzender ausgrenzender Handlungssituationen sein (Mobbing, Sexting etc.).
- weil Sexualität in unserer Gesellschaft normiert, pauschalisiert, problematisiert und oft tabuisiert ist.

## Sportunterricht ist ein Raum der Gefühle!

Starre Geschlechter- und Körpernormen müssen reflektiert, mit Schüler\*innen thematisiert und Geschlechterrollen dekonstruiert werden.

## Du fühlst dich dieser Aufgabe nicht ganz gewachsen?

Respektiere deine eigenen Grenzen und zögere nicht, dir Unterstützung zu holen. Expert\*innen helfen dir gerne weiter!

## Weiterführende Links und Literatur



Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung <https://bzga.de>

pro familia. Deutsche Gesellschaft für Familienplanung, Sexualpädagogik und Sexualberatung e. V. <https://www.profamilia.de/>

- **Sielert, U.** (2015). Einführung in die Sexualpädagogik (2. Aufl.). Weinheim: Beltz.
- **Spahn, A. & Wedl, J. (Hrsg.)** (2018). Schule lehrt/lernt Vielfalt. Praxisorientiertes Basiswissen und Tipps für Homo-, Bi-, Trans- und Inter\*freundlichkeit in der Schule. Göttingen: Waldschlösschen-Verlag.
- **Thuswald, M. & Sattler, E. (Hrsg.)** (2021). Sexualität, Körperlichkeit und Intimität. Pädagogische Herausforderungen und professionelle Handlungsspielräume in der Schule. Bielefeld: transcript.

## Kontakt

Dr. Nicola Böhlke (Ansprechperson)  
Technische Universität Braunschweig  
n.boehlke@tu-braunschweig.de

Dr. Benjamin Zander  
Georg-August-Universität Göttingen

Elisa Maria Braun  
Technische Universität Braunschweig