Een baby jongen

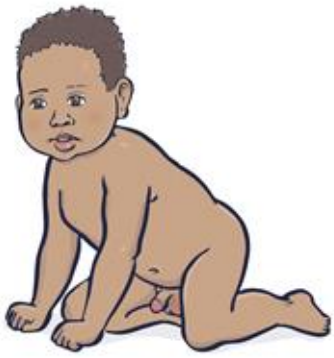
Als een mens geboren wordt, noemen we het een baby
Het kan een jongen of meisje zijn.
Als je goed kijkt, kan je dat zien.
Jongens hebben een penis en meisjes hebben een vagina.
Dit zijn jongens.

Baby's groeien snel en ze leren veel in korte tijd.
Ze leren van hun buik naar hun rug te draaien,
Ze leren te zitten, te kruipen en te staan.
Wanneer een baby een jaar oud is kan hij zijn eerste stapjes al zetten.
Als de baby een beperking heeft verloopt de ontwikkeling anders.

Als je goed kijkt zie je dat de penis van de jongetjes er verschillend uitziet.
Soms wordt bij een jongetje de voorhuid van de penis afgehaald.
Dat noem je besnijden.
Dit komt door cultuur of geloof.

Hoe was jij als baby?

en hoe noem jij je penis?

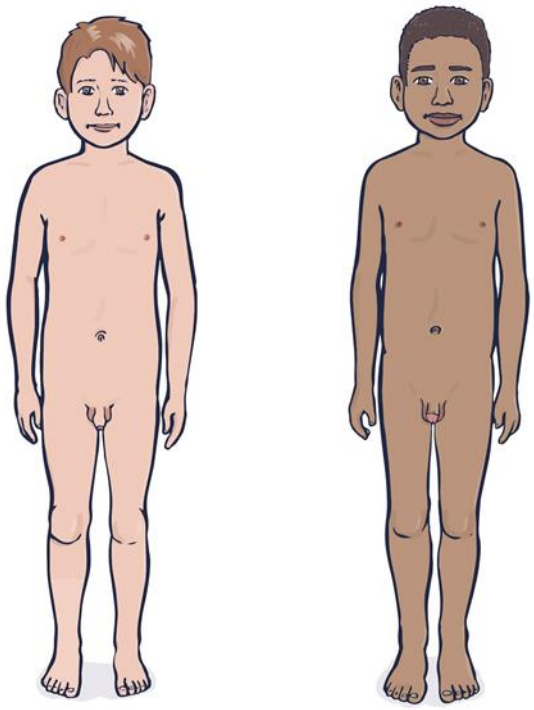


Een peuter en een kleuter

Als je twee jaar oud bent, ben je een peuter
Een peuter leert zijn eerste woordjes uitspreken.
Een peuter leert ook steeds beter lopen, rennen en klimmen.

Als je 4 jaar bent, ben je een kleuter.
Het lijf van de kleuter is een beetje mollig.
Kijk maar, hij heeft nog korte beentjes en armpjes.
Als je kleuter bent ga je naar groep 1 van de basisschool.
Daar leer je samen te spelen, en nog veel meer

Hoe was jij als kleuter?

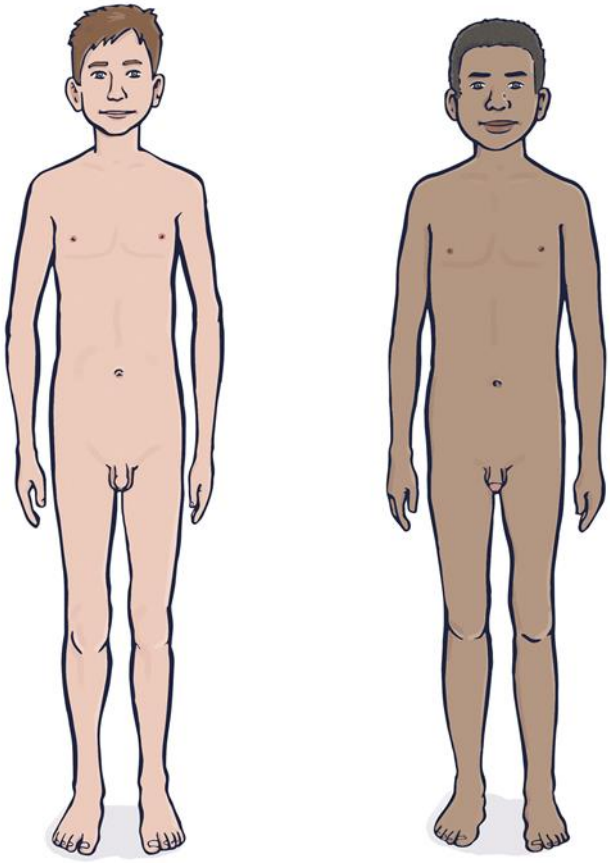


Een schoolkind

Als je 6 jaar bent, ben je een schoolkind.
Op school leer je lezen en schrijven en nog veel meer.

Als jongens en meisjes ongeveer 10 jaar zijn, zie je een duidelijk verschil.
Meisjes beginnen rond hun 10e jaar snel te groeien in de lengte.
Bij jongens is dat pas als ze 12 of 13 jaar oud zijn.

Hoe was jij als schoolkind?

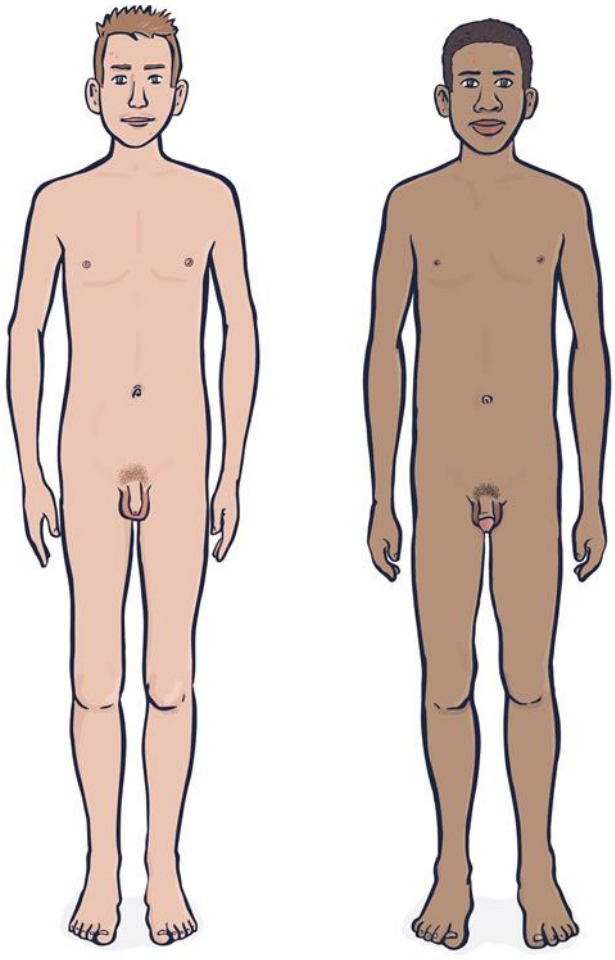


Een puber

Als een jongen 12 jaar is komt hij in de puberteit.
Zijn lijf gaat groeien.
Zijn voeten, zijn armen maar ook zijn penis en balzak.
Rond zijn penis gaan haren groeien. Dat heet schaamhaar.

Ook komen er haren op andere delen van zijn lijf.
Zijn stem verandert en klinkt soms laag,
en dan ineens klinkt zijn stem weer hoog.
Dat heet ‘de baard in de keel’ hebben.

Ook binnenin het lichaam verandert er van alles.
Tussen zijn twaalfde en veertiende wordt er in zijn lichaam sperma gemaakt.
Op een moment, meestal ’s nachts, krijgt de jongen voor het eerst een zaadlozing.
Dat betekent dat er sperma uit zijn stijve penis komt.
Vanaf nu kan hij een meisje zwanger maken als hij seks met haar heeft.
Wil je meer weten over de puberteit?
Vraag het aan je begeleider, ouders, of iemand die je vertrouwt, en lees de folder over de puberteit



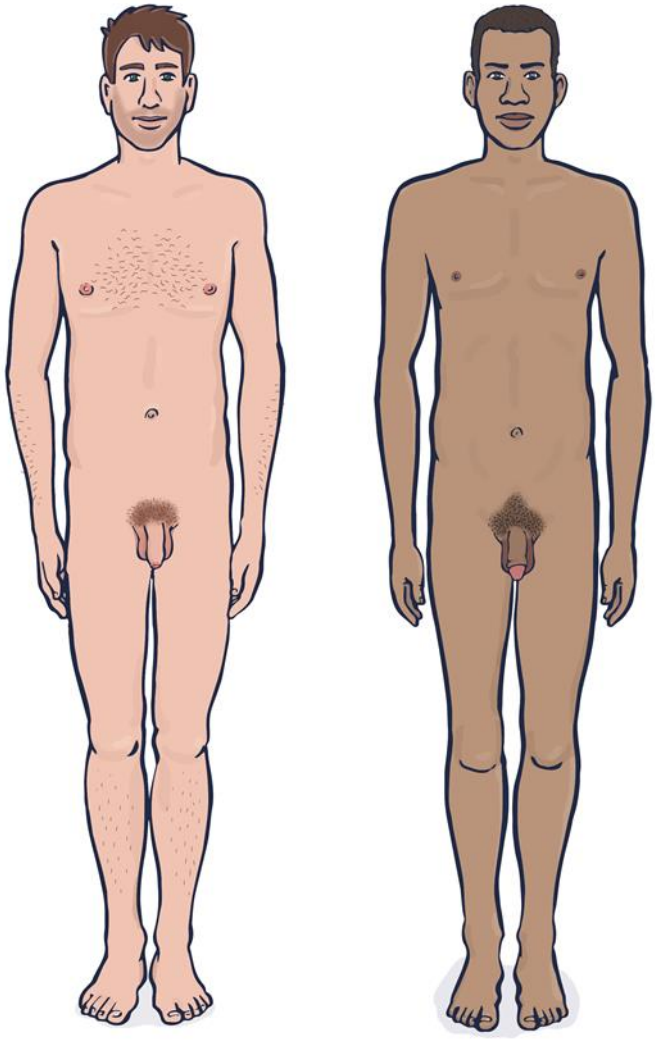
Hoe was jouw puberteit?

Een volwassen man

Een man van 18 jaar oud heet jong volwassen
Als hij ongeveer 25 jaar oud is, dan is zijn lichaam volwassen.
Het lichaam van een volwassen man groeit niet meer
Zijn lichaam verandert wel omdat hij ouder wordt.

Hoe zie jij eruit?

Beschrijf jezelf eens

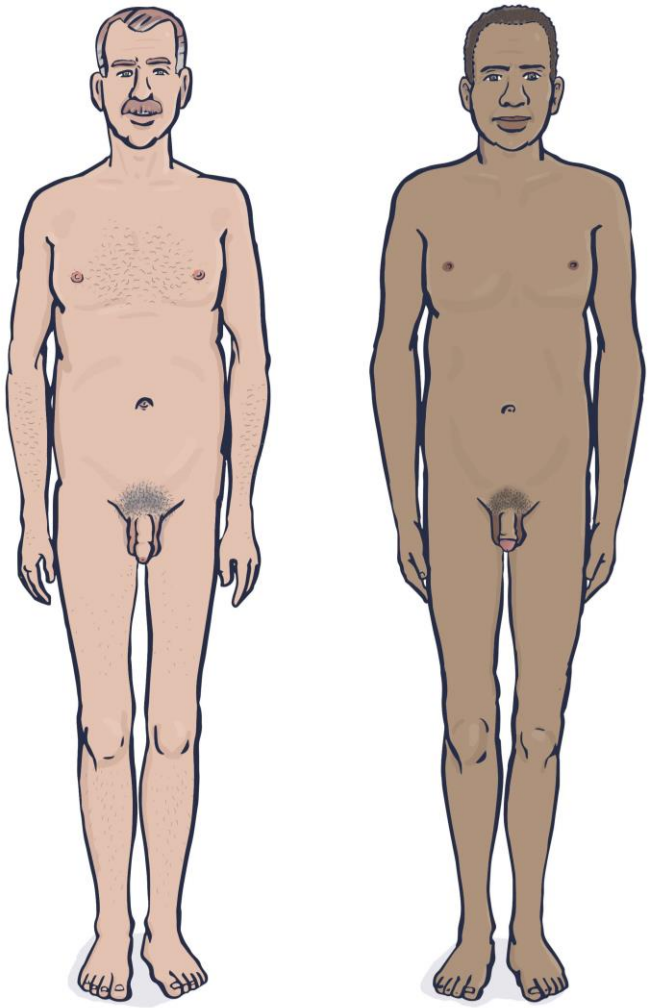


Man van middelbare leeftijd

Ouder worden heeft leuke en minder leuke kanten
Mensen die ouder worden hebben meer levenservaring.
Ze weten beter wat ze wel en niet willen, dat is prettig.

Als mannen ouder worden zie je dat ze meer rimpels krijgen
Het lichaam van de man wordt minder sterk.
Hij is sneller moe dan toen hij jonger was.
Door goed te bewegen zorg hij dat hij fit blijft.

Sommige mannen tussen de 40 en 50 jaar hebben last van de penopauze.
Ze merken dat ze ouder worden en hun lichaam verandert.
Sommige mannen hebben daar moeite mee,
andere mannen vinden het niet erg.
Ze zijn tevreden met hoe ze eruitzien.



Wil je meer weten over de penopauze praat er dan over met een begeleider, of iemand die je vertrouwt. Lees het infoblad de penopauze

Wat weet jij van de penopauze?

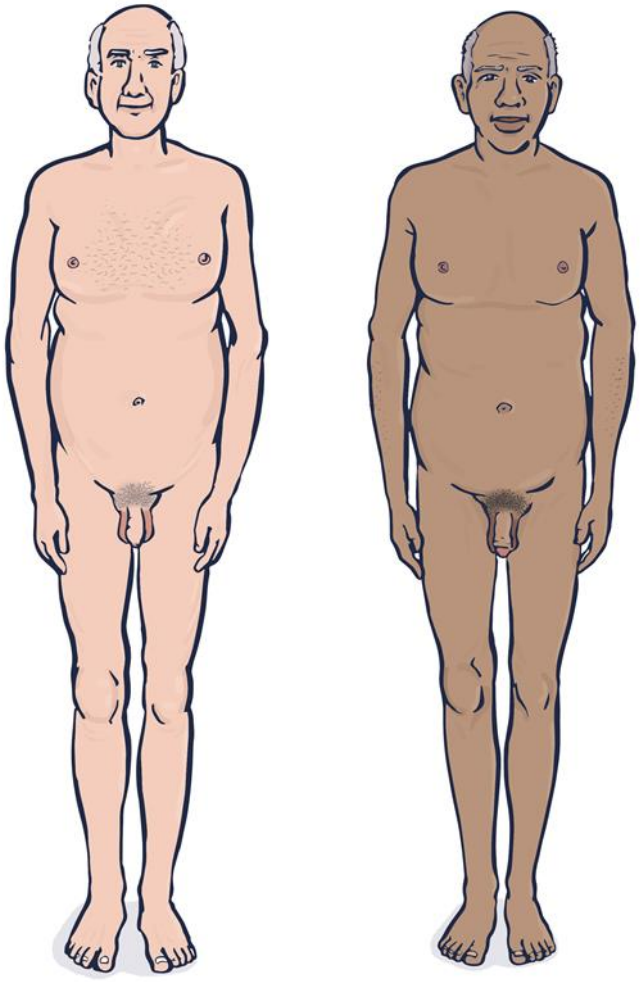
Wat kan je doen om fit en gezond te blijven als je ouder wordt?

Oudere man

Mensen die 65 jaar of ouder zijn worden senior of bejaard genoemd.

Het haar van de man wordt grijs en dunner, of hij wordt zelfs kaal.
Dat is bij iedere man weer anders.
Ook wordt zijn huid slapper en heeft hij meer rimpels.
Oudere mannen zijn stijver, daardoor wordt bewegen moeilijker.
En als ze vallen breken ze sneller hun botten
Sommige ouderen kunnen slechter zien of horen.
Als je ouder wordt is het extra belangrijk om goed voor jezelf te zorgen.

Als je ouder bent heb je veel levenservaring.
Jongen mensen kunnen daar veel van leren.
Ouderen rond de 67 jaar stoppen meestal met werken,
ze gaan met pensioen.
Ze hebben meer vrije tijd om van te genieten.



Kijk eens goed naar de oudere mannen.

Wat valt jou op?

Wat lijkt jou leuk aan ouder worden?