

SKOLERNE I FREDERICIA

SUNDHED, TRIVSEL OG SEKSUALITET



VEJLEDENDE LÆSEPLAN FOR 6-15 ÅRIGE BØRN

Forord til den vejledende læseplan for **SUNDHEDS, TRIVSEL- OG SEKSUALUNDERVISNING**

VORES BØRN OG UNGE lever i en kompleks tid, hvor der stilles forventninger og krav til store valg og en fornuftig ageren. Det skal vi voksne omkring barnet støtte dem i. Den komplekse tid børn og unge lever i gør, at de stiller en række spørgsmål om sundhed, trivsel- og seksualitet. Det kunne være sociale relationer offline og online, familiemønstre, den sunde krop, pubertet, kærester og meget anden. Disse spørgsmål kan vi hjælpe med at besvare, men verdenen har travlt og udviklingen går hurtigt, og derfor når vores børn og unge ikke altid at få formuleret spørgsmålet før de handler. Det er derfor også et område, som de har brug for at blive klogere på både sammen – og hver for sig; og det bør både skole/sundhedsplejersker og forældre gøre sig umage for at understøtte.

FOLKESKOLERNE I FREDERICIA får her en vejledende læseplan for sundhed, trivsel- og seksualundervisning, der skal skabe rammen om en fælles indsats i skolen. For der er ingen tvivl om, at den gode sundheds- og seksualundervisning er et trivselsfremmende element i skolens samlede indsats. Den gør de unge klogere på sig selv, deres klassekammerater og omverden. Vi får med andre ord børn og unge der i højere grad kan klare hverdagen, hvis vi i fællesskab løfter denne opgave fra dagtilbud til ungdomsuddannelse.

MED DEN VEJLEDENDE LÆSEPLAN får lærere, pædagoger og sundhedsplejersker en fælles oversigt til at planlægge og samarbejde om den gode undervisning. Vejledningen kommer med helt konkrete

og meningsfulde bud på, hvordan der kan skabes relevante faglige sammenhænge, og hvordan der kan arbejdes tværfagligt og professionelt.

PÅ HVER AF FOLKESKOLERNE er der lærere, pædagoger og sundhedsplejersker med god erfaring, der gerne inspirerer og motiverer til en god sundheds, trivsel- og seksualundervisning. Deres roller og opgaver er forskellige, men fælles for dem er, at de er gode til at inspirere kolleger i hele skoleforløbet, så ingen behøver at være usikre på opgaven.

DEN VEJLEDENDE LÆSEPLAN følges hvert år op af skolens ledelse i tæt samarbejde med Center for pædagogisk viden og udvikling (CPU).

MED ØNSKET OM en rigtig god sundhed, trivsel- og seksualundervisning i skolen.

Indholdsfortegnelse

Anvendelse af læseplanen til sundhed, trivsel og seksualundervisningen	4
Integrering af sundheds- og seksualundervisningen og familiekundskab i skolens fag.....	4
Evaluering og revidering	4
Elever med særlige behov	4
INDSKOLINGEN	6
MELLEMTRINNET	7
UDSKOLINGEN	8
0. KLASSE	9
0. KLASSE	10
0. KLASSE	11
1. KLASSE	12
1. KLASSE	13
1. KLASSE	14
2. KLASSE	15
2. KLASSE	16
2. KLASSE	17
3. KLASSE	18
3. KLASSE	19
3. KLASSE	20

Anvendelse af læseplanen til sundhed, trivsel og seksualundervisningen

Inden for hvert klassetrin findes der tre temaer. Temaerne er obligatoriske og tager udgangspunkt i Fælles Mål (jf. sundheds og seksualundervisningen og familiekundskab), men metode- og materialevalg er naturligvis op til årgangsteamet at beslutte. Læseplanen er derfor vejledende men sætter rammen for, hvad der forventes.

For hvert tema er der beskrevet hvilke fag temaet kan passe til, samt hvilke kompetenceområde, kompetencemål og færdigheds- og vidensområde de tilhører. Herudover er der forslag til undervisningsaktiviteter og aktuelle materiale.

Integrering af sundheds- og seksualundervisningen og familiekundskab i skolens fag

Da sundheds- og seksualundervisningen og familiekundskab er en del af de timeløse fag, vil det være oplagt at tænke det ind i tværfaglige forløb, temadage og åben skole tilbud. Eksempelvis kan man

tage udgangspunkt i et af temaerne, og herefter søge efter samarbejdspartnere gennem åben skoleportalen på:

<https://www.skoletjenesten.dk/fredericia>

Evaluering og revidering

Hvert år evalueres læseplanen i dialog med sundhedsplejen på skolerne med henblik på at revidere den, så den er opdateret med ny inspiration og opleves brugbar. Årgangsteamet på skolerne og sundhedsplejen forventes at være i dialog

om læseplanen årligt. Alle kan til enhver tid kommentere på læseplanen. Kommentarer sendes til CPU's kontaktperson:

kasper.b.pihlkjar@fredericia.dk

Elever med særlige behov

Arbejdet med sundheds- og seksualundervisningen og familiekundskab er også gældende for Frederiksodde Skole, men planen er ikke nødvendigvis tilrettelagt ud fra eleverne på specialskolens behov. Det er vigtigt at personalet i de enkelte klasser vurderer, hvilke temaer der er relevante for eleverne og herigennem tilpasser læseplanen.

Læs eventuelt mere om seksualundervisning på specialområdet på:

<https://sexogsamfund.dk/fagfolk/grundskolen/special>

INDSKOLINGEN

OVERSIGT OVER TEMAER

Tema 0. klasse	Kompetenceområde	Færdigheds- og vidensområde SSF	Kompetenceområde 0. klasse
Kroppen	Køn, krop og seksualitet	Krop	Krop og bevægelse
Familier	Køn, krop og seksualitet	Reproduktion Familieliv	Sprog Engagement og fællesskab
Fællesskab	Sundhed og trivsel	Personlige grænser Følelser	Engagement og fællesskab Kreative og musiske udtryksformer
Tema 1. klasse	Kompetenceområde	Færdigheds- og vidensområde SSF	Fag
Kønsroller	Køn, krop og seksualitet	Normer og idealer	Dansk Musik
Børns rettigheder	Sundhed og trivsel	Personlige grænser Rettigheder	Dansk Billedkunst Musik
Følelser	Sundhed og trivsel	Personlige grænser Følelser	Dansk Idræt Billedkunst
Tema 2. klasse	Kompetenceområde	Færdigheds- og vidensområde SSF	Fag
Kroppens udvikling	Køn, krop og seksualitet	Krop	Natur/Teknologi Dansk
Et sundt miljø i klassen	Sundhed og trivsel	Sundhedsfremme	Natur/Teknologi
Sprog	Sundhed og trivsel	Følelser Personlige grænser	Dansk Billedkunst
Tema 3. klasse	Kompetenceområde	Færdigheds- og vidensområde SSF	Fag
På nettet	Sundhed og trivsel	Personlige grænser	Dansk
Forelskelse	Sundhed og trivsel	Følelser	Dansk Billedkunst Musik
Familieliv	Køn, krop og seksualitet	Familieliv Normer og idealer	Dansk Billedkunst Historie

MELLEMRINNET

OVERSIGT OVER TEMAER

Tema 4. klasse	Kompetenceområde	Færdigheds- og vidensområde SSF	Fag
Pubertet	Køn, krop og seksualitet	Pubertet	Natur/Teknologi Dansk Idræt
Retten til kroppen	Sundhed og trivsel	Rettigheder Personlige grænser	Dansk Idræt
Normer	Køn, krop og seksualitet	Normer og idealer	Dansk Billedkunst

Tema 5. klasse	Kompetenceområde	Færdigheds- og vidensområde SSF	Fag
Ensomhed, mobning og fællesskab	Sundhed og trivsel	Sundhedsfremme Venskaber	Dansk Understøttende undervisning
Grænser online og offline	Sundhed og trivsel	Personlige grænser Rettigheder	Dansk Billedkunst Historie
Pubertet	Køn, krop og seksualitet	Pubertet Seksualitet	Natur/Teknologi Dansk Idræt

Tema 6. klasse	Kompetenceområde	Færdigheds- og vidensområde SSF	Fag
Venskaber, fællesskaber og ensomhed	Sundhed og trivsel	Personlige grænser, venskaber og relationer	Natur/Teknologi Dansk Matematik
Kroppen i medierne	Køn, krop og seksualitet	Normer og idealer	Dansk Matematik
Seksualitet	Køn, krop og seksualitet	Personlige grænser Rettigheder	Dansk

UDSKOLINGEN

OVERSIGT OVER TEMAER

Tema 7. klasse	Kompetenceområde	Færdigheds- og vidensområde SSF	Fag
Kroppen, følelser og sex	Køn, krop og seksualitet Sundhed og trivsel	Relationer Seksuel sundhed Normer og idealer Livsstil og levevilkår	Dansk Historie Biologi Idræt
Grænser online og offline	Køn, krop og seksualitet Sundhed og trivsel	Personlige grænser Seksuelle rettigheder	Dansk
Hvem bestemmer dine valg	Fremstilling, læsning, fortolkning Statistik og sandsynlighed Politik Sundhed og trivsel	Statistik Det politiske system, retsstat og rettigheder Livsstil og levevilkår	Dansk Matematik Samfundsfag SSF

Tema 8. klasse	Kompetenceområde	Færdigheds- og vidensområde SSF	Fag
Køn, seksualitet og seksuelle rettigheder	Køn, krop og seksualitet	Normer og idealer Seksuelle rettigheder	Dansk Historie Samfundsfag
Sikker sex	Sundhed og trivsel	Seksuel sundhed	Dansk Biologi
Hvilke konsekvenser har rygning	Samfundsfaglige metoder Undersøgelse Statistik og sandsynlighed	Statistik Krop og sundhed Demografi og erhvervsliv	Fx samfundsfag, biologi, matematik, geografi

Tema 9. klasse	Kompetenceområde	Færdigheds- og vidensområde SSF	Fag
Ensomhed	Sundhed og trivsel	Relationer	Dansk Samfundsfag
For eller imod tobak	Politik Undersøgelse Fremstilling	Politiske partier og ideologier Demografi og Erhvervsliv Planlægning	Samfundsfag Geografi Dansk

0. KLASSE

TEMA: KROPPEN

Fag	Kompetenceområde SSF	Kompetencemål SSF	Færdigheds- og vidensområde SSF
Krop og bevægelse	Køn, krop og seksualitet	Eleven kan samtale om mangfoldighed i forhold til krop og køn med udgangspunkt i eget liv	Krop
Forslag til undervisningsaktiviteter			
<ul style="list-style-type: none"> • Tegne hinandens kroppe i fuld størrelse • Lege med fokus på kroppen og hvad kroppen kan (balance, styrke, fart, koncentration) • Klassesamtale om forskelle og ligheder mellem kroppe generelt og mellem drenge- og pigekroppe ud fra billedbøger og tegninger • Klassesamtale om betydningen af at være glad for sin krop og det kroppen kan • Massage 			

INSPIRATION TIL MATERIALER

UNDERVISNINGSMATERIALER

- Find forløb, øvelser og aktiviteter til undervisning om kroppen på www.underviserportal.dk (Sex & Samfund)
- Find lege og bevægelsesøvelser på www.saetskolenibevaegelse.dk, Dansk skoleidræt.

SKØN OG FAGLITTERATUR

- Zeuthen, Iben Maria og Huxi Bach (2011): Sådan virker verden. Sandheden om nyset, numsen og resten af din krop, Politikens forlag. Med humor, fantasi, løgn og overdrivelse gennemgås hele kroppen. Med det usandfærdige som virkemiddel kan der i undervisningen skabes undersøgelse og dialog om, hvordan kroppen rent faktisk hænger sammen.
- Rübél, Doris (2007): Dig & mig - vores krop, Klematis. Billedbog om kroppens funktioner.

FILM OG DIGITALT

- Ernst i Svømmehallen, kortfilm, animation af Alice de Champfleury, ASA Filmproduction A/S (2000). Findes på www.filmcentralen.dk, hvor der også findes tilhørende undervisningsmateriale.
- DR Skole, Tema: Det er min krop, www.dr.dk, søg på "klassens-tid se-min-krop" - film og opgaver.
- www.kroppelop.dk, undervisningsmateriale til 0-3. klasse, Sex & Samfund

0. KLASSE

TEMA: FAMILIER

Fag	Kompetenceområde SSF	Kompetencemål SSF	Færdigheds- og vidensområde SSF
Sprog Engagement og fællesskab	Køn, krop og seksualitet	Eleven kan samtale om mangfoldighed i forhold til krop og køn med udgangspunkt i eget liv	Reproduktion Familieliv
Forslag til undervisningsaktiviteter			
<ul style="list-style-type: none"> • Klassesamtale om hvordan man får børn (inkl. assisteret befrugtning og adoption), om graviditet og hvordan barnet vokser i morens mave. • Se film og højtlesning af bøger om, hvordan børn bliver til. • Lave fotoudstilling/tegneudstilling med præsentation af elevernes egne familier. • Læse tekster, se fotos og film om forskellige familieformer. • Klassesamtale om forskelle og ligheder mellem de familieformer, der er repræsenteret i klassen og andre familieformer, som eleverne kender. 			

INSPIRATION TIL MATERIALER

UNDERVISNINGSMATERIALER

- Find forløb, øvelser og aktiviteter til undervisning om familier og reproduktion på www.underviserportal.dk, Sex & Samfund.

SKØN OG FAGLITTERATUR

- Rønn, Thomas Meloni (2010): Når livet begynder. Forlaget Meloni. Samtale og billedbog.
- Njor, Maise (2009) Er det her, der bliver bollet?, Gyldendal.
- Hejgaard, Janne (2010): Det kilder, Frydenlund 2010.
- Olsen, Pia (2011): Hvor er Karlas far?, Siesta. Børnebog for de yngste om at være blevet til ved hjælp af donor.
- Maxeiner, Alexandra (2011): Klematis. Billedbog om forskellige måder at være familie på.

FILM OG DIGITALT

- Tankebobler: Hvad er et liv for noget, dokumentarfilm om børns tanker om temaer relateret til reproduktion, af Meelis Arulepp (2013). Findes på www.filmcentralen.dk
- Sådan får man altså børn, tegnefilm af Liller Møller (1990). Findes på www.youtube.com – Det anbefales at filmen ses inden den bruges i undervisningen
- Familier i Danmark: William, undervisningsfilm om William og hans familie, Sex & Samfund (2013), findes på www.kroppelop.dk
- Mig og min familie, Dokumentarserie af Anja Hauberg (2012), Koncern TV. Findes på www.filmcentralen.dk
- www.kroppelop.dk, undervisningsmateriale til 0-3. klasse, Sex & Samfund.

0. KLASSE

TEMA: FÆLLESSKAB

Fag	Kompetenceområde SSF	Kompetencemål SSF	Færdigheds- og vidensområde SSF
Engagement og fællesskab Kreative og musiske udtryksformer	Sundhed og trivsel	Eleven kan forklare, hvad der fremmer sundhed og trivsel i eget liv	Personlige grænser Følelser
Forslag til undervisningsaktiviteter			
<ul style="list-style-type: none"> • Fysiske øvelser og lege med fokus på krop, følelser og grænser • Samtale om følelser og grænser for fysisk berøring ud fra tegninger og fotos, hvor børn reagerer forskelligt på forskellige former for berøring • Lave fælles aftaler for, hvordan man respekterer hinandens grænser i klassen. • Spil digitalt brætspil om følelser og kropssprog på www.kroppelop.dk (Sex & Samfund) 			

INSPIRATION TIL MATERIALER

UNDERVISNINGSMATERIALER

- Find forløb, øvelser og aktiviteter til undervisning om kroppen på www.underviserportal.dk, Sex & Samfund.
- Find lege og bevægelsesøvelser på www.saetskolenibevaegelse.dk Dansk skoleidræt.

SKØN OG FAGLITTERATUR

- Zeuthen, Iben Maria og Huxi Bach (2011): Sådan virker verden. Sandheden om nyset, numsen og resten af din krop, Politikens forlag. Med humor, fantasi, løgn og overdrivelse gennemgås hele kroppen. Med det usandfærdige som virkemiddel kan der i undervisningen skabes undersøgelse og dialog om, hvordan kroppen rent faktisk hænger sammen.
- Rübél, Doris (2007): Dig & mig - vores krop, Klematis. Billedbog om kroppens funktioner.

FILM OG DIGITALT

- Ernst i Svømmehallen, kortfilm, animation af Alice de Champfleury, ASA Filmproduction A/S (2000). Findes på www.filmcentralen.dk, hvor der også findes tilhørende undervisningsmateriale.
- DR Skole, Tema: Det er min krop, www.dr.dk, søg på "klassens-tid se-min-krop".
- www.kroppelop.dk, undervisningsmateriale til 0-3. klasse, Sex & Samfund

1. KLASSE

TEMA: KØNSROLLER

Fag	Kompetenceområde SSF	Kompetencemål SSF	Færdigheds- og vidensområde SSF
Dansk Musik	Køn, krop og seksualitet	Eleven kan samtale om mangfoldighed i forhold til krop og køn med udgangspunkt i eget liv	Normer og idealer

Forslag til undervisningsaktiviteter

- Undersøg, hvordan drenge og piger fremstilles i historier, reklamer, legetøjskataloger, film og sange.
- Klasesamtale om hvilke forventninger der er til drenge og piger i forskellige sammenhænge samt hvordan man kan bryde med kønsroller, hvis man gerne vil gøre noget andet, end det der forventes.
- Højtlesning og samtale om at bryde med normer for, hvordan man skal være som dreng og pige.
- Udarbejd små tegneserier med fortællinger om kønsroller og brud på normer for køn. Eksempelvis med tegneserieværktøjet GoAnimate fra Skoletube.

INSPIRATION TIL MATERIALER

UNDERVISNINGSMATERIALER

- Find forløb, øvelser og aktiviteter til undervisning om køn på www.underviserportal.dk, Sex & Samfund.
- Nørgaard, Cecilie og Vittrup, Bonnie (2006), Skolens bog om køn og ligestilling, Informationsforlag. Et undervisningsmateriale til danskundervisningen i 1.-10. klasse.

SKØN OG FAGLITTERATUR

- Dahle, Gro og Nyhus, Svein (2011): Silkesød! Forlaget Alfa. En billedfortælling om, hvor galt det kan gå, hvis man skal leve op til normerne for, hvordan man er "en rigtig pige".
- Lindenbaum, Pija (2008): Kenny og Barbierne, Klematis. En billedfortælling for de mindste om kønsidentitet og normer for køn.
- Bergstøm, Gunilla (2011): Er du fej, Alfons Aaberg? Gyldendal. Børnebog om Alfons Aaberg, der ikke vil slås lige som de andre drenge.
- Lindgren, Astrid, Pippi Langstrømpe, Gyldendal.

FILM OG DIGITALT

- Lille mand, Dansk kortfilm af Esben Tønnesen (2006). Mathias, en lille mand på 8 år, er ved at skrive verdens vigtigste opgave i skolen »Sådan er kvinder - en håndbog« af Mathias. Ikke nogen helt nem opgave, viser det sig. Findes på www.filmcentralen.dk
- Tegneserieværktøjet "Go Animate" på www.skoletube.dk

1. KLASSE

TEMA: BØRNS RETTIGHEDER

Fag	Kompetenceområde SSF	Kompetencemål SSF	Færdigheds- og vidensområde SSF
Dansk Billedkunst Musik	Sundhed og trivsel	Eleven kan forklare, hvad der fremmer sundhed og trivsel i eget liv	Personlige grænser Rettigheder

Forslag til undervisningsaktiviteter

- Oplæg og samtale om Børnekonventionen og dens historie.
- Klassesamtale om dilemmaer og handlemuligheder i forhold til børns rettigheder i hverdagen.
- Dialog om grænser og retten til at bestemme over egen krop, og hvad man kan gøre, hvis andre ikke respekterer den rettighed.
- Lav tegneserier om hvad man kan gøre, hvis nogen gør noget ved ens krop, man ikke bryder sig om. Brug eksempelvis elementet "Hvad gør man så?" på www.kroppelop.dk
- Lav tegninger eller malerier om børns rettigheder, der udstilles i klassen.
- Deltag i fejringen af FN's børnerettighedsdag i november.

INSPIRATION TIL MATERIALER

UNDERVISNINGSMATERIALER

- Find forløb, øvelser og aktiviteter til undervisning om rettigheder og grænser på www.underviserportal.dk
- Alle børn – en bog om børns rettigheder. Red Barnet, 2014. Find inspiration på www.redbarnet.dk/skole

FILM OG DIGITALT

- Det er din krop, Sex & Samfund (2014), film om grænser og retten til kroppen, www.kroppelop.dk
- Alle børn – om børns rettigheder. Red Barnet. Temaside til 0.-3. klasse med film og opgaver om børns rettigheder www.redbarnet.dk/skole
- Hvad gør man så, tegnsérieelement på www.kroppelop.dk, Sex & Samfund.

ANDET

- Alle børn har ret, find tekst til Kim Larsens sang om børns rettigheder på <http://www.kjukken.dk/tekster/kim/alleboernharret.php>

1. KLASSE

TEMA: FØLELSER

Fag	Kompetenceområde SSF	Kompetencemål SSF	Færdigheds- og vidensområde SSF
Dansk Idræt Billedkunst	Sundhed og trivsel	Eleven kan forklare, hvad der fremmer sundhed og trivsel i eget liv	Følelser

Forslag til undervisningsaktiviteter

- Højtlesning af litteratur om følelser og klassesamtale om hvordan følelserne kommer til udtryk hos personerne.
- Se film og billeder der handler om følelser og kropssprog.
- Klassesamtale om følelser og hvad man kan gøre i klassen for at gøre hinanden glade og hvad man kan gøre for at hjælpe hinanden, hvis nogen er ked af det.
- Lav billede- eller fotopræsentationer der viser sammenhænge mellem følelser og kropssprog.
- Klassesamtale om hvordan man kan håndtere konkrete situationer, hvor man selv eller ens venner oplever forskellige følelser.
- Lav små rollespil om følelser og kropssprog.
- Leg "følelses-ståtrold", se nedenstående link.

INSPIRATION TIL MATERIALER

UNDERVISNINGSMATERIALER

- Find forløb, øvelser og aktiviteter til undervisning om følelser og kropssprog på www.underviserportal.dk
- Lege sammen, legekatalog med lege om blandt andet grænser, følelser og fællesskab, Red Barnet (2016), www.redbarnet.dk/skole

SKØN OG FAGLITTERATUR

- Puhler, Lis og Torben Puhler (2003): En serie om følelser hos børn. I serien indgår blandt andet titlerne: Det er uretfærdigt, Når jeg er i dårligt humør, Når jeg bliver mobbet, Jeg er glad, Jeg er ensom.

FILM OG DIGITALT

- Op med humøret, Kortfilm af Michael W. Horsten (2005). Findes på www.filmcentralen.dk
- Følelsesståtrold: <https://arkiv.emu.dk/modul/f%c3%b8lelsesst%c3%a5trold>

2. KLASSE

TEMA: KROPPENS UDVIKLING

Fag	Kompetenceområde SSF	Kompetencemål SSF	Færdigheds- og vidensområde SSF
Natur/teknologi Dansk	Køn, krop og seksualitet	Eleven kan samtale om mangfoldighed i forhold til krop og køn med udgangspunkt i eget liv	Krop

Forslag til undervisningsaktiviteter

- Klassesamtale ud fra tegninger af, hvordan kroppen forandrer sig fra barn til voksen.
- Udvikl en tidslinje med fotos af hænder i forskellige aldre. Kan eventuelt laves digitalt i tidslinjeprogrammet TikiToki hos skoletube
- Lav collager med billeder af mangfoldige kroppe.
- Interview forældre og bedsteforældre om, hvad de er mest glade for ved deres krop.

INSPIRATION TIL MATERIALER

UNDERVISNINGSMATERIALER

- Find forløb, øvelser og aktiviteter til undervisning om kroppen på www.underviserportal.dk, Sex & Samfund.

SKØN OG FAGLITTERATUR

- Smith, Penny, Kroppen (2005) Forlaget Aktium, Illustreret leksikon for børn.

FILM OG DIGITALT

- Ernst i Svømmehallen, kortfilm, animation af Alice de Champfleury (2000), ASA Filmproduction A/S. Findes på www.filmcentralen.dk, hvor der også findes tilhørende undervisningsmateriale.
- DR Skole, Tema: Det er min krop, www.dr.dk, søg på "se min krop".
- www.kroppelop.dk, undervisningsmateriale til 0-3. klasse, Sex & Samfund
- Tidslinjeværktøjet "TikiToki" på www.skoletube.dk

2. KLASSE

TEMA: Et sundt miljø i klassen

Fag	Kompetenceområde SSF	Kompetencemål SSF	Færdigheds- og vidensområde SSF
Natur/Teknologi	Sundhed og trivsel	Eleven kan forklare, hvad der fremmer sundhed og trivsel i eget liv	Sundhedsfremme
Forslag til undervisningsaktiviteter			
<ul style="list-style-type: none"> • Klassesamtale om kemi i hverdagsprodukter samt fordele og ulemper ved de kemiske stoffer, som vi omgiver os med i hverdagen. • Kemijagt i klassen og på skolen, hvor eleverne undersøger kemi i forskellige produkter og genstande. • Klassegennemgang af Miljøstyrelsens anbefalinger til, hvordan man kan reducere kemi i hverdagen. • Producer plakater med forslag til hvordan man træffer sunde valg og undgår problematisk kemi i hverdagen. • Udvikl forslag til handlinger, der kan reducere påvirkning af kemi i klassen og på skolen. 			

INSPIRATION TIL MATERIALER

UNDERVISNINGSMATERIALER

- Find forløb, øvelser og aktiviteter til undervisning om miljø og kemi på www.underviserportal.dk Sex & Samfund

SKØN OG FAGLITTERATUR

- Miljøstyrelsens anbefalinger til at træffe sunde og miljørigtige valg i hverdagen på <http://mst.dk> søg efter "grønne tips om kemikalier i hverdagen".

FILM OG DIGITALT

- APP'en "tjek kemien" på App Store eller Google Play.

2. KLASSE

TEMA: SPROG

Fag	Kompetenceområde SSF	Kompetencemål SSF	Færdigheds- og vidensområde SSF
Dansk Billedkunst	Sundhed og trivsel	Eleven kan forklare, hvad der fremmer sundhed og trivsel i eget liv	Følelser Personlige grænser

Forslag til undervisningsaktiviteter

- Lav fælles aftaler om sprog og sprogbrug i klassen.
- Interview forældre og bedsteforældre om sprog, grænser og ord der gjorde ondt, da de var børn. Klasesamtale om forskelle og ligheder fra dengang og nu, og hvad man kan gøre, hvis man selv eller andre i klassen bliver udsat for sprog og ord, der gør ondt eller overtræder ens grænser for hvad der er rart.
- Klasesamtale om problematikker og handlemuligheder i forhold til sprog og trivsel i klassen.
- Lav tegneserier om hvad man kan gøre for at respektere hinandens grænser i forhold til sprogbrug i klassen.
- Brug eksempelvis elementet "Hvad gør man så?" på www.kroppelop.dk
- Lav billedfortællinger om sammenhænge mellem sprog og trivsel.

INSPIRATION TIL MATERIALER

UNDERVISNINGSMATERIALER

- Find forløb, øvelser og aktiviteter til undervisning om sprog på www.underviserportal.dk, Sex & Samfund.
- Christy, Lotte: Grib konflikten, (2012), Det kriminalpræventive råd. Øvelser om konflikthåndtering, relationer og et godt fællesskab i klassen. Kan downloades på www.dkr.dk

FILM OG DIGITALT

- DR Skole, Ultra Galla – D’Nice at være Nice. Temaside med film, spil og elevopgaver om at være en god kammerat og hvordan man skaber et god fællesskab. www.dr.dk/skole
- Hvad gør man så, tegneserieelement på www.kroppelop.dk, Sex & Samfund
- Tal ordentligt, Kampagne med film og plakater. Find på www.callme.dk/tal-ordentligt

3. KLASSE

TEMA: PÅ NETTET

Fag	Kompetenceområde SSF	Kompetencemål SSF	Færdigheds- og vidensområde SSF
Natur/teknologi	Sundhed og trivsel	Eleven kan forklare, hvad der fremmer sundhed og trivsel i eget liv	Sundhedsfremme

Forslag til undervisningsaktiviteter

- Se film og tal fælles i klassen om positive og negative sider ved nettet, og hvordan man passer på hinanden, når man er et fællesskab på nettet.
- Lav aftaler om hvad der er godt at gøre, og hvad man ikke skal gøre, når man kommunikerer på nettet.
- Lav tegneserier om hvordan man kan håndtere svære situationer, man kan opleve på nettet. Brug eksempelvis elementet "Hvad gør man så?" på www.kroppelop.dk
- Klassesamtale om udfordringer og handlemuligheder i forhold til grænser på nettet og de sociale medier.

INSPIRATION TIL MATERIALER

UNDERVISNINGSMATERIALER

- Find forløb, øvelser og aktiviteter til undervisning om sociale medier på www.underviserportal.dk, Sex & Samfund.

FILM OG DIGITALT

- På nettet, Sex & Samfund (2016) undervisningsfilm om at være på nettet. www.kroppelop.dk
- Dine første venner på nettet, Red Barnet (2015), film om at være en god ven på nettet, findes på www.youtube.com
- Hvad gør man så, tegneserieelement på www.kroppelop.dk, Sex & Samfund

3. KLASSE

TEMA: FORELSKELSE

Fag	Kompetenceområde SSF	Kompetencemål SSF	Færdigheds- og vidensområde SSF
Dansk Musik Billedkunst	Sundhed og trivsel	Eleven kan forklare, hvad der fremmer sundhed og trivsel i eget liv	Følelser
Forslag til undervisningsaktiviteter			
<ul style="list-style-type: none"> • Læsning af tekster om kærester og forelskelse. • Klassesamtale om følelser og handlemuligheder i forhold til dilemmaer om forelskelser og kærester. • Interview forældre og bedsteforældre om hvordan de oplevede det med forelskelse og kærester, da de var børn og unge. • Lyt til og tal om musik og sange om forelskelse og kærlighed. Eksempelvis fra MGP • Se og tal om kunst, der handler om følelser, forelskelse og kærlighed. • Lav egne billedkunstværker om følelser og forelskelse. 			

INSPIRATION TIL MATERIALER

UNDERVISNINGSMATERIALER

- Find forløb, øvelser og aktiviteter til undervisning om følelser og forelskelse på www.underviserportal.dk

SKØN OG FAGLITTERATUR

- Hejgaard Janne: Det kilder (2010). Frydenlund. Om køn, krop, sex og følelser formuleret i et sprog målrettet de yngste skolebørn.
- Aakeson, Kim Fupz: Vitello får en klam kæreste (2009) Gyldendal.
- Hole, Stian: Garmanns Hemmelighed (2010), Høst og Søn
- Lidbeck, Cicilia: Vilma og Leo (2009) Klematis.

FILM OG DIGITALT

- Bror, min bror, af Henrik Ruben Genz (1998). Kortfilm om to brødre og én forelskelse. Findes på www.filmcentralen.dk
- Røde ører, af Karsten Mungo Madsen (2003), Animationsfilm om en dreng der er forelsket og ikke tør sige det højt. Findes på www.filmcentralen.dk
- Kys kys, af Linda Krogsøe Holmberg (2001). Kortfilm om Merle, hvis lillebror er vild med at kysse. Det er Merle ikke indtil den dag, Rasmus flytter ind i opgangen. Findes på www.filmcentralen.dk

ANDET

- Find dilemmaer om følelser og forelske hos Børnetelefonen, Børns Vilkår, www.bornetelefonen.dk

3. KLASSE

TEMA: FAMILIELIV

Fag	Kompetenceområde SSF	Kompetencemål SSF	Færdigheds- og vidensområde SSF
Dansk Billedkunst Historie	Krop, køn og seksualitet	Eleven kan samtale om mangfoldighed i forhold til krop og køn med udgangspunkt i eget liv	Familieliv Normer og idealer

Forslag til undervisningsaktiviteter

- Læs og tal om fortællinger om børn og familier.
- Klassesamtale om hvilke normer omkring familien, man ofte møder i reklamer, og hvad normer om familien betyder for ens eget billede af, hvordan en familie ser ud, og hvad man laver i familien.
- Se film om familien før i tiden og nu – og undersøg hvordan normer om familien har ændret sig.
- Undersøg hvordan familier er fremstillet i kunsten i forskellige perioder.
- Meddigtningsopgaver med afsæt i dilemmaer om familie – eksempelvis fra skønlitteratur om familier.
- Producer egne fortællinger om familieliv – eventuelt med afsæt i elementet "min cirkler" på www.kroppelop.dk
- Klassesamtale om handlemuligheder i forhold til dilemmaer om familieliv og trivsel.

INSPIRATION TIL MATERIALE

UNDERVISNINGSMATERIALER

- Find forløb, øvelser og aktiviteter til undervisning om familier på www.underviserportal.dk, Sex & Samfund.

SKØN OG FAGLITTERATUR

- Aidt, Naja Marie: Huset (2008), Branner og Koch. Seks fortællinger om seks forskellige familier, der bor i samme bygning.
- Aakeson, Kim Fupz: Vitello vil have en far (2008), Vitello skal have en papfar (2010), Gyldendal.

FILM OG DIGITALT

- Mine cirkler, præsentationselement på www.kroppelop.dk, Sex & Samfund.
- Familier i Danmark: William, undervisningsfilm om William om hans familie, Sex & Samfund (2013), www.kroppelop.dk
- Mig og min familie, Dokumentarserie af Anja Hauberg (2012), Koncern TV. Findes på www.filmcentralen.dk.
- Frederikke, af Heidi Maria Faisst (2007), kortfilm om Frederikke, hvis mor har fået en nye kæreste. www.filmcentralen.dk