

SKOLERNE I FREDERICIA

SUNDHED, TRIVSEL OG SEKSUALITET



VEJLEDENDE LÆSEPLAN FOR 6-15 ÅRIGE BØRN

Fredericia
Kommune



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, puberteten, kærester og meget andet. 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	5
INDSKOLINGEN	6
MELLETRINNET	7
UDSKOLINGEN	8
4. KLASSE	9
4. KLASSE	10
4. KLASSE	11
5. KLASSE	12
5. KLASSE	13
5. KLASSE	14
6. KLASSE	15
6. KLASSE	16
6. KLASSE	17

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

MELLEMTRINNET

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

4. KLASSE

TEMA: PUBERTET

Fag	Kompetenceområde SSF	Kompetencemål SSF	Færdigheds- og vidensområde SSF
Dansk Musik Billedkunst	Køn, krop og seksualitet	Eleven kan analysere mangfoldighed i krop, køn og seksualitet	Pubertet

Forslag til undervisningsaktiviteter

Overvej om der skal kønsdifferentieres.

- Undersøg hvordan kroppen forandrer sig i puberteten – eksempelvis med på www.migogminkrop.dk under "læs" → "pubertet"
- Se film om pubertet og kroppens forandringer i puberteten. (Eksempelvis film fra www.migogminkrop.dk)
- Faglig læsning om krop, pubertet og trivsel.
- Gruppearbejde om at producere digitale quizzes om pubertet til hinanden. Eksempelvis ved hjælp af værktøjet Kahoot.
- Dialog om problematikker og handlemuligheder i forhold til dilemmaer om krop og pubertet, eksempelvis blufærdighed og nøgenhed i forbindelse med bad efter idræt, følelser og tanker relateret til fysiske og psykiske forandringer, og hvordan puberteten er forskellig fra person til person.
- Interview med forældre, bedsteforældre eller andre voksne om, hvordan de husker det var at være i puberteten.
- Sammenlign med andre piger og drenge oplevelser med at være i puberteten i dag.

INSPIRATION TIL MATERIALER

UNDERVISNINGSMATERIALER

Find forløb, øvelser og aktiviteter til undervisning om pubertet, krop og seksualitet på

www.underviserportal.dk (Sex & Samfund)

Groth, Lars og Erik Rønn: Vi undersøger kroppen (2005), Geografforlaget. Elevgrundbog til natur/teknologi.

SKØN OG FAGLITTERATUR

Røien, Line Anne: At være sig selv (2010): Sex & Samfund, (Afsnit 7: At være i puberteten)

FILM OG DIGITALT

Hvad er pubertet, Sex & Samfund, undervisningsfilm om puberteten www.migogminkrop.dk, undervisningsmateriale fra Sex & Samfund med film, tekster og digitale elementer til undervisning om pubertet.

DR Skole, Temaside: Pubertetsguiden, www.dr.dk søg efter "klassens tid pubertetsguiden".

Kahoot, quizværktøj på www.getkahoot.com

4. KLASSE

TEMA: RETTEN TIL KROPPEN

Fag	Kompetenceområde SSF	Kompetencemål SSF	Færdigheds- og vidensområde SSF
Dansk Billedkunst Historie	Sundhed og trivsel	Eleven kan fremme sundhed og trivsel på skolen	Rettigheder Personlige grænser
Forslag til undervisningsaktiviteter			
<ul style="list-style-type: none"> Tal om børns ret til beskyttelse med udgangspunkt i Børnekonventionens artikel 19. Arbejd med undervisningsmaterialet "Stærke Sammen" og tilhørende undervisningsfilm om vold og overgreb fra Red Barnet (www.redbarnet.dk) Tal om hvad I forstår ved vold og overgreb mod jer selv og mod andre Dialog om problematikker og handlemuligheder i forhold til dilemmaer omkring retten til kroppen både offline og online. Eksempelvis med afsæt i konkrete spørgsmål fra børnebrevkassen på www.bornetelefonen.dk eller www.privatsnak.dk Lav en kampagne på skolen om sikker adfærd på nettet med afsæt i råd om sikker netadfærd eksempelvis fra www.sikkerchat.dk 			

INSPIRATION TIL MATERIALER

UNDERVISNINGSMATERIALER

- Find forløb, øvelser og aktiviteter til undervisning om grænser, overgreb, sociale medier og rettigheder på www.underviserportal.dk, Sex & Samfund.
- Stærke Sammen, undervisningsforløb om fremme af resiliens, stærke fællesskaber samt børns beskyttelse mod vold og overgreb, Red Barnet i samarbejde med Sex & Samfund (2016) www.redbarnet.dk/skole

FILM OG DIGITALT

- www.migoggminkrop.dk, undervisningsmateriale fra Sex & Samfund med film, tekster og digitale elementer til undervisning om sociale medier, grænser og rettigheder.
- At bestemme over sin krop, Sex & Samfund (2012). Undervisningsfilm om grænser på www.migoggminkrop.dk
- DR Skole. Temaside: Beskyt dig selv på nettet. www.dr.dk søg efter "beskyt dig selv på nettet".
- Red Barnet, temaside til 4.-6. klasse om sikker adfærd på nettet Børns rettigheder, Red Barnet, undervisningsmaterialer og film om børns rettigheder, www.redbarnet.dk/skole
- Børnerådet: Børneportalen. Tema om vold og overgreb. www.boerneportalen.dk
- Min krop er min, af Rene Hansen (1992), Ole John Film, dokumentarfilm til brug i undervisningen om at mærke egne grænser og sige fra.

4. KLASSE

TEMA: NORMER

Fag	Kompetenceområde SSF	Kompetencemål SSF	Færdigheds- og vidensområde SSF
Dansk Musik Billedkunst	Køn, krop og seksualitet	Eleven kan analysere mangfoldighed i krop, køn og seksualitet	Pubertet

Forslag til undervisningsaktiviteter

- Gruppearbejde om begreberne kønsroller, kropsidealer, stereotyper og normer. Undersøg hvad begreberne betyder og udarbejd billedpræsentationer, der konkretiserer begreberne.
- Meddigtning og litteraturanalyse af skønlitteratur om normer for krop og køn
- Find eksempler på normer for køn og krop i forskellige typer af medier til unge, eksempelvis ungdomsblade, reklamer, musikvideoer, børne- og ungdomsprogrammer og sociale medier. Tal om hvordan børn og unge bliver påvirket af disse normer, og hvilken betydning det kan have for børn og unges eget syn på krop og køn. Perspektiver til eksempler på brud med normer for krop og køn.
- Anvend de to tværfaglige undervisningsforløb "køn" og "krop" på www.underviserportal.dk
- Vurderings- og caseøvelser om normer for krop og køn (find eksempler på www.underviserportal.dk)
- Undersøg hvordan samfundsmæssige normer for køn, krop og relationer ændres over tid ved at se på, hvordan normer på forskellige historiske tidspunkter afspejles i kunsten.
- Undersøg eksempelvis forskelle og ligheder mellem, hvordan relationen mellem Jomfru Maria og Jesus er afbilledet på forskellige historiske tidspunkter og tal om, hvordan kunsten afspejler normer for køn, krop og relationer på det tidspunkt værkerne er lavet.

INSPIRATION TIL MATERIALER

UNDERVISNINGSMATERIALER

- Find forløb, øvelser og aktiviteter til undervisning om normer for krop og køn på www.underviserportal.dk, Sex & Samfund
- "Køn" og "Krop", tværfaglige undervisningsforløb om normer og idealer for krop og køn, Sex & Samfund og Destination trivsel (2016). Findes på www.underviserportal.dk
- Nørgaard, Cecilie og Vittrup, Bonnie: Skolens bog om køn og ligestilling (2006) Informations Forlag 2006. Et undervisningsmateriale til danskundervisningen i 1.-10. klasse.
- ACT pigeliv/drengliv, Dansk Røde Kors (2012), undervisningsmateriale om betydningen af kønsroller og kønsspecifikke forventninger til drenge og piger, www.skoleshop.rodekors.dk
- Skydsgaard, Morten og Stald, Line (red) Kend din kropspolitik (2011), Steno Museet. Undervisningsmateriale om kropsnormer og idealer. www.kropspolitik.dk

SKØN OG FAGLITTERATUR

- Aakeson, Kim Fupz: Tilløb (2007) Forum.
- Karrebæk, Dorte: Emmely M, Dan sklærereforeningen (2005)
- Roien, Line Anne: At være sig selv (2010), Sex & Samfund (Afsnit 4: At være dreng/pige)

FILM OG DIGITALT

- DR Skole, Tema: Kroppe er forskellige, temaside med film om opgaver om krop og mangfoldighed. www.dr.dk søg efter "kroppe er forskellige".

5. KLASSE

TEMA: ENSOMHED, MOBNING OG FÆLLESSKAB

Fag	Kompetenceområde SSF	Kompetencemål SSF	Færdigheds- og vidensområde SSF
Dansk Understøttende undervisning	Sundhed og trivsel	Eleven kan fremme egen og andres sundhed og trivsel	Sundhedsfremme Venskaber
Forslag til undervisningsaktiviteter			
<ul style="list-style-type: none"> • Snak med elever om ensomhed og hvad det betyder. Brug billeder som illustrerer ensomme situationer og snak om fortællinger fra hverdagen som ligner situationerne på billederne. • Tegn forskellene på ensomhed og fællesskab, og snak efterfølgende om hvordan det føles. • Undersøg hvad definitionen på mobning er (se fx www.DCUM.dk), og diskuter om det stemmer over ens med klassens holdninger. Snak også om, hvad mobning har af betydning for ensomhed og fællesskaber. • Udvikl en handleplan for et stærkt børnefællesskab, hvor mobning forebygges. Søg inspiration www.DCUM.dk og www.redbarnet.dk 			

INSPIRATION TIL MATERIALER

UNDERVISNINGSMATERIALER

- Ensomhed, undervisningsforløb til dansk og sundheds- og seksualundervisning, Sex & Samfund og Destination trivsel (2016). Findes på www.underviserportal.dk
- Ord, der gør ondt, undervisningsforløb til understøttende undervisning, Sex & Samfund og Destination trivsel (2016). Findes på www.underviserportal.dk

FILM OG DIGITALT

- Kortfilm: Udfordringen del 1 – 4. Findes på www.redbarnet.dk/skole under mobning, mobningens ABC
- Terkel i knibe af Anders Matthesen (2005), Animeret spillefilm. Filmen findes på www.mitcfu.dk med tilhørende undervisningsmateriale.

5. KLASSE

TEMA: GRÆNSER ONLINE OG OFFLINE

Fag	Kompetenceområde SSF	Kompetencemål SSF	Færdigheds- og vidensområde SSF
Dansk Billedkunst Historie	Sundhed og trivsel	Eleven kan fremme sundhed og trivsel på skolen	Personlige grænser Rettigheder
Forslag til undervisningsaktiviteter			
<ul style="list-style-type: none"> • Diskuter grænser for sprogbrug og mulige konsekvenser af brugen af ord med relation til seksualitet, som kan opfattes som stødende. • Undersøg hvordan grænser for sprog og sprogbrug ændrer sig over tid. • Arbejd med DCUM's dilemmaspil: Sammen mod mobning • Vurderingsøvelser og dilemmaøvelser om problematikker og spørgsmål relateret til mobning, grænser og sprog online og offline (Find eksempler på www.underviserportal.dk) • Læs skønlitterære tekster om grænser og mobning. • Læs spørgsmål fra Børnebrevkassen og www.privatsnak.dk om grænser og mobning og besvar dem i fællesskab. • Læs tekster og se film om mobbefrit net og sprog på nettet på www.sikkerchat.dk • Søg informationer om mobning og sikker chat på børneportalen (www.boerneportalen.dk) 			

INSPIRATION TIL MATERIALER

UNDERVISNINGSMATERIALER

- Sprog, tværfagligt undervisningsmateriale om sprog til dansk, historie og billedkunst, Sex & Samfund og Destination Trivsel (2016), Findes på www.underviserportal.dk
- Find forløb, øvelser og aktiviteter til undervisning om sprog, grænser, trivsel og sociale medier på www.underviserportal.dk (Sex & Samfund)
- Stærke sammen, undervisningsforløb om fremme af resiliens, stærke fællesskaber samt børns beskyttelse mod vold og overgreb, Red Barnet i samarbejde med Sex & Samfund (2016) www.redbarnet.dk/skole

SKØN OG FAGLITTERATUR

- Wung-Sung, Jesper: Trælår (2009). Noveller

FILM OG DIGITALT

- Online, Sex og Samfund (2015) Undervisningsfilm om at være på nettet og sociale medier.
- At bestemme over sig krop, Sex & Samfund (2012). Undervisningsfilm om grænser.
- DR Skole. Temaside: Beskyt dig selv på nettet. www.dr.dk søg efter "beskyt dig selv på nettet".
- Sammen mod mobning, DR2 (2008) lille film om mobning i skolen. Findes på www.youtube.dk
- Børns rettigheder, hvor børn kan finde og læse om deres rettigheder og hvad de kan gøre hvis de krænkes – www.boerneportalen.dk
- Terkel i knibe af Anders Matthesen (2005), Animeret spillefilm. Filmen findes på www.mitcfu.dk med tilhørende undervisningsmateriale.

5. KLASSE

TEMA: PUBERTET

Fag	Kompetenceområde SSF	Kompetencemål SSF	Færdigheds- og vidensområde SSF
Natur/teknologi Dansk Idræt	Køn, krop og seksualitet	Eleven kan analysere mangfoldighed i krop, køn og seksualitet	Pubertet Seksualitet
Forslag til undervisningsaktiviteter			
<ul style="list-style-type: none"> • Gruppearbejde om pubertet med afsæt i film og øvrige elementer om pubertet på www.migogminkrop.dk • Lav præsentationer for hinanden om fysiske og psykiske forandringer i puberteten. • Læs og analyser skønlitteratur om pubertet, identitet og seksualitet. • Brug af tegninger, der viser krop og kønsorganer • Arbejd med temasiden "Pubertetsguiden" på DR Skole • Vurderingsøvelser og dilemmaøvelser om problematikker og spørgsmål relateret til krop, pubertet, seksualitet og trivsel (Find eksempler på www.underviserportal.dk). • Læs spørgsmål fra Børnebrevkassen og www.privatsnak.dk om pubertet og besvar dem i fællesskab. 			

INSPIRATION TIL MATERIALER

UNDERVISNINGSMATERIALER

- Find forløb, øvelser og aktiviteter til undervisning om pubertet, krop og seksualitet på www.underviserportal.dk (Sex & Samfund)
- Groth, Lars og Erik Rønn: Vi undersøger kroppen (2005), Geografforlaget. Elevgrundbog til natur/teknologi.

SKØN OG FAGLITTERATUR

- Blatt, Thomas Marco: Hvis du lyver (2015), Turbine. Roman om den altomfattende første kærlighed.
- Holleben, Jan von, Sker det virkelig for alle? Turbine (2015).
- Jessen, Søren: Den hule pige (2000), novellesamling og kollektivroman om forskellige følelser relateret til puberteten.
- Meredith, Susan: Puberteten – krop, sex og følelser (2005).
- Roien, Line Anne: At være sig selv (2010): Sex & Samfund, (Afsnit 7: At være i puberteten)
- Spilsbury, Louise : Det er MIG, det handler om (2009).

FILM OG DIGITALT

- Hvad er pubertet?, Sex & Samfund, undervisningsfilm om puberteten, www.migogminkrop.dk
- At være forelsket, Sex & Samfund, undervisningsfilm om forelskelse, www.migogminkrop.dk
- www.migogminkrop.dk, undervisningsmateriale fra Sex & Samfund med film, tekster og digitale elementer til undervisning om pubertet.
- Børnerådet: Børneportalen. Tema om krop og seksualitet, www.boerneportalen.dk

6. KLASSE

TEMA: VENSKABER, FÆLLESSKABER OG ENSOMHED

Fag	Kompetenceområde SSF	Kompetencemål SSF	Færdigheds- og vidensområde SSF
Natur/teknologi Dansk Matematik	Sundhed og trivsel	Eleven kan fremme egen og andres sundhed og trivsel	Personlige grænser, venskaber og relationer
Forslag til undervisningsaktiviteter			
<ul style="list-style-type: none"> • Undersøgelse af begreberne mental sundhed og et bredt og positivt sundhedsbegreb i mindre grupper. Produktion af fotopræsentationer, der viser betydningen af disse begreber. • Vurderingsøvelser, prioriteringsøvelser og dilemmaøvelser om venskaber, fællesskaber, kærester og relationer. (Find eksempler på www.migogminkrop.dk og på www.underviserportal.dk) • Diskuter venskabers og fællesskabers betydning for sundhed og trivsel og opstil ideer til, hvordan man selv kan påvirke sin egen og andres trivsel i de fællesskaber, man er en del af. • Undersøg ud fra skolens trivselsdata, hvordan det er på jeres skole. • Planlæg og gennemfør tiltag der kan mindske ensomhed blandt elever på skolen. • Udvikl og iværksæt trivselsfremmende handlinger, der skal styrke venskaber og fællesskabet i klassen og på skolen. • Temaet kan med fordel være omdrejningspunkt for den trivselsdag, som alle skoler skal afholde på mellemtrinnet. 			

INSPIRATION TIL MATERIALER

UNDERVISNINGSMATERIALER

- Ensomhed, undervisningsforløb til dansk og sundheds- og seksualundervisning, Sex & Samfund og Destination trivsel (2016). Findes på www.underviserportal.dk
- Venskabsundervisningsforløb med øvelser og aktiviteter til undervisning om venskaber og relationer, Sex & Samfund og Destination trivsel (2016). Findes på www.underviserportal.dk

SKØN OG FAGLITTERATUR

- Bestle, Tina Sakura: Papirdrengen (2010), Roman, Gyldendal

FILM OG DIGITALT

- DR Skole; temaside om ensomhed til 5.-9. klasse: <http://www.dr.dk/skole/dansk/ensomhed-1>
- Lille mand, Lille mand, Kortfilm af Katrine Windfeld (2002) Findes på www.filmcentralen.dk

6. KLASSE

TEMA: KROPPEN I MEDIERNE

Fag	Kompetenceområde SSF	Kompetencemål SSF	Færdigheds- og vidensområde SSF
Matematik Dansk	Køn, krop og seksualitet	Eleven kan analysere mangfoldighed i krop, køn og seksualitet	Normer og idealer

Forslag til undervisningsaktiviteter

- Undersøg viden om børn og unges kropstilfredshed i Danmark.
- Lav en undersøgelse på skolen og/eller blandt unge generelt om tilfredshed med kroppen og mulige sammenhænge mellem kropsidealer i medierne og unges tilfredshed med egen krop. Arbejd med grafisk fremstilling af data og statistiske analyser.
- Udarbejd digitale præsentationer af resultaterne af undersøgelsen og de refleksioner eleverne gør sig om sammenhænge mellem kropsidealer og kropstilfredshed.
- Læs og analyser skønlitteratur, der kan anvendes til klassesamtale om betydningen af at være glad for sin krop.
- Brug af undervisningsmaterialet "Kend din kropspolitik" og DR Skoles temaside: Kroppe er forskellige.
- Vurderingsøvelser, prioriteringsøvelser og dilemmaøvelser om krop og idealer for kroppen (Find eksempler på www.underviserportalen.dk)
- Se på kroppen i kunsten fra forskellige tider og undersøg hvordan idealer om kroppen har ændret sig over tid. Udarbejd egne værker over temaet "kropsidealer i fremtiden".

INSPIRATION TIL MATERIALER

UNDERVISNINGSMATERIALER

- Find forløb, øvelser og aktiviteter til undervisning om kroppen, og normer og idealer for kroppen på www.underviserportalen.dk, Sex & Samfund.
- Kend din kropspolitik, Morten Skydsgaard og Line Stald (red) (2011), Steno Museet. Undervisningsmateriale om kropsnormer og idealer.

SKØN OG FAGLITTERATUR

- Søren Jessen, Mandefolkebryst og Blød (2007). Fra Den Skæve dreng, Gyldendal. To noveller som kan bruges til at stille skarpt på begreber som kropsidealer, pubertet og kropsidealer.
- De Neergaard, Dorte: Fedtlavinen (2010). Fra Tabernabo og andre forvandlingsnoveller. Høst og Søn. En forvandlingsnovelle om silikone og andre mere ekstreme kropsforandringer.
- Mange unge er utilfredse med deres krop, Børnerådet (2014), Børneindblik 2/2014. www.boerneraadet.dk

FILM OG DIGITALT

- DR Skole. Tema: Kroppe er forskellige, www.dr.dk søg på "forskellige kroppe". Kroppens mangfoldighed.

6. KLASSE

TEMA: SEKSUALITET

Fag	Kompetenceområde SSF	Kompetencemål SSF	Færdigheds- og vidensområde SSF
Dansk	Køn, krop og seksualitet	Eleven kan analysere mangfoldighed i krop, køn og seksualitet	Seksualitet

Forslag til undervisningsaktiviteter

- Lav en brainstorm om elevernes egne opfattelser af begrebet seksualitet som oplæg til klassesamtale om seksualitet, om forskellen mellem ordene seksualitet og sex, samt hvordan seksualitet handler om mange ting, eksempelvis følelser, lyst, nysgerrighed, kærlighed, behov for nærhed - og hvem man bliver forelsket i.
- Klassesamtale om forskellige former for seksualitet; homoseksualitet, heteroseksualitet og biseksualitet.
- Dilemmaøvelser om følelser, kærester, seksualitet og normer for seksualitet (Find eksempler på www.underviserportal.dk)
- Læs skønlitteratur og se film som oplæg til dialog om seksualitet, seksuel mangfoldighed og retten til selv at bestemme over sin seksualitet.

INSPIRATION TIL MATERIALER

UNDERVISNINGSMATERIALER

- Find forløb, øvelser og aktiviteter til undervisning om forelskelse, kærester, seksualitet og normer for seksualitet på www.underviserportal.dk, Sex & Samfund.

SKØN OG FAGLITTERATUR

- Heinesen, Mads: Jeg er modig: indtil en dag bladene forsvinder. (Høst og Søn, 2011). Roman om at være i puberteten og den spirende seksualitet.

FILM OG DIGITALT

- Undervisningsfilm om forelskelse, Sex & Samfund på www.migogminkrop.dk
- Retten til en seksualitet, (Sex & Samfund), undervisningsfilm om retten til en seksualitet, www.sexfordig.dk
- Børnerådet: Børneportalen. Tema om seksualitet. www.boerneportalen.dk
- Fucking tøs af Kira Richards Hansen (2012). Kortfilm om en kamp for at holde følelser og den spirende seksualitet fra livet. Filmen med tilhørende undervisningsmateriale findes på www.filmcentralen.dk