



BØRN OG UNGE
Aarhus Kommune



SEKSUALUNDERSVISNING

4. - 6. KLASSE



KOLOFON

Vejledningen til seksualundervisning i Aarhus Kommune er en redigeret version af Københavns Kommunes vejledning til seksualundervisningen, der er udarbejdet af Sex & Samfund i samarbejde med Københavns Kommunes Børne- og Ungdomsforvaltning og Sundheds- og Omsorgsforvaltning i foråret 2012.¹

Udgivet af: Sundhed og Trivsel, Børn og Unge, Aarhus Kommune

Indhold: Lone Smidt, national projektleder, Sex & Samfund

Redaktion: Anette Østergaard, sundhedsplejerske, Sundhed og Trivsel, Børn og Unge
Karen Mette Hansen, konsulent, Sundhed og Trivsel, Børn og Unge
Lone Smidt, national projektleder, Sex & Samfund

Grafik og layout: Kommunikation, Børn og Unge, Aarhus Kommune

¹ Information om Københavns Kommunes vejledning til seksualundervisning kan findes på <http://www.sexogsamfund.dk/Default.aspx?ID=26113&PID=153829&Action=1&NewsId=4033>

INDHOLDSFORTEGNELSE

Aarhus Kommunes vejledning til sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab	s.4
--	-----

Kompetenceområde: Sundhed og trivsel

Færdigheds- og vidensområde: SUNDHEDSFREMME	s.5
Færdigheds- og vidensområde: LIVSSTIL	s.8
Færdigheds- og vidensområde: LEVEVILKÅR	s.10
Færdigheds- og vidensområde: RETTIGHEDER	s.13
Færdigheds- og vidensområde: PERSONLIGE GRÆNSER	s.15
Færdigheds- og vidensområde: VENSKABER	s.18

Kompetenceområde: Køn, krop og seksualitet

Færdigheds- og vidensområde: NORMER OG IDEALER	s.21
Færdigheds- og vidensområde: PUBERTET	s.25
Færdigheds- og vidensområde: SEKSUALITET	s.28

AARHUS KOMMUNES VEJLEDNING TIL SUNDHEDS- OG SEKSUALUNDERVISNING OG FAMILIEKUNDSKAB

Dette hæfte er en del af Aarhus Kommunes vejledning til sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab, som består af i alt fire hæfter.

Introduktion til underviseren

- Seksualundervisning 0.-3. klasse
- Seksualundervisning 4.-6. klasse
- Seksualundervisning 7.-9. klasse

Vejledningen er udarbejdet med afsæt i forenklede Fælles Mål for det obligatoriske emne sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab. I vejledningen præsenteres ideer til, hvordan de obligatoriske kompetencemål for emnets to kompetenceområder; Sundhed og trivsel samt Krop, køn og seksualitet samt de tilhørende færdigheds- og vidensområder for emnet kan omsættes til læringsforløb.

Der er i vejledningen lagt særlig vægt på perspektiver, der handler om krop, køn, relationer, grænser og seksualitet. Der er dog også tænkt andre sundhedsfaglige problemstillinger ind, og vejledningen dækker samtlige færdigheds- og vidensområder fra Fælles Mål for sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab.

Til hvert færdigheds- og vidensområde præsenteres ideer til indhold, der kan inspirere til at formulere relevante læringsmål for de konkrete elever, man skal undervise. Der er overlap mellem de forslag til indhold, der præsenteres inden for de forskellige færdigheds- og vidensområder. Dette giver mulighed for, at den enkelte underviser eller det enkelte team, frit kan sammensætte et forløb, som er relevant for netop ens eget klassetrin, hvor der arbejdes med flere færdigheds- og vidensmål på tværs af kompetenceområderne.

I tilknytning til vejledningens ideer til indhold præsenteres forslag til aktiviteter og materialevalg. Der henvises endvidere til, hvilke andre af skolens fag og emner, der kan sættes i spil i tilknytning til det eller de videns- og færdighedsområder, der arbejdes med.

Med afsæt i principperne om "Den åbne skole" findes i vejledningen inspiration til, hvordan tilbud og muligheder i lokalmiljøet kan inddrages i undervisningen. Der gives forslag til samarbejde med sundhedsplejersken.

I "Introduktion til underviseren" findes mere information om brugen af vejledningen.

Formålet med sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab er, at eleverne skal udvikle kompetencer til at handle og træffe valg i forhold til sundhed og trivsel. Øvelsesformer, der udfordrer eleverne til at tage stilling, og sætter eleverne i situationer, hvor de skal udvikle konkrete ideer til handlinger og overveje fordele og ulemper ved forskellige handlemuligheder bidrager til at gøre undervisningen konkret og handlingsorienteret. Under "ideer til aktiviteter" nævnes flere steder en række øvelsesformer, der handler om at tage stilling og træffe valg. Det er øvelsesformer som cases, dilemmaøvelser og vurderingsøvelser. Under "Forslag til materialer og henvisninger" findes forslag til, hvor man kan finde den form for øvelser. Læs mere om de forskellige øvelsesformer på bedreseksualundervisning.dk

KOMPETENCEOMRÅDE: SUNDHED OG TRIVSEL

Færdigheds- og vidensområde: SUNDHEDSFREMME

IDEER TIL INDHOLD		IDEER TIL AKTIVITETER
Færdighedsmål: <i>Eleven kan analysere normer og idealer for sundhed</i> Vidensmål: <i>Eleven har viden om normer og idealer for sundhed</i>	- Hvad er sundhed? - Hvad vil det sige at være sund? - Hvad vil det sige at trives? - Hvilken betydning har bevægelse i skolen for elevernes sundhed? - Hvad påvirker og fremmer unges trivsel? - Hvordan kan elever på skolen tage ansvar for hinandens sundhed og trivsel? - Hvordan kan børn og unge fremme sundhed og trivsel på skolen? - Hvordan kan børn og unge fremme sundhed og trivsel i de fællesskaber, de er en del af?	- Vurderingsøvelser og dialog om begrebet sundhed og hvordan sundhed handler om mange ting. (Jf. det brede positive sundhedsbegreb) - Læs artikler med fakta om unges sundhed og trivsel samt eksempler på faktorer, der har betydning for unges sundhed og trivsel. Opstil ideer og iværksæt konkrete handlinger, der kan påvirke disse faktorer med henblik på at fremme unges sundhed og trivsel. - Analyser sundhedsbudskaber i reklamer og kampagner til børn. Tal om, hvem der er afsender på disse budskaber og hvilken betydning afsenderen har for det konkrete budskab. - Undersøg hvor meget I bevæger jer på en skoledag og mål det i forhold til kravet om 45 minutters daglig bevægelse i skolen. Kom med forslag til hvordan I kan få mere bevægelse ind i skoledagen. - Dialog om hvem der har ansvar for børn og unges sundhed, og hvad der påvirker de valg, børn og unge træffer i forhold til sundhed. - Cases og dilemmaøvelser om sundhed og trivsel og hvordan sundhed og trivsel for børn og unge kan fremmes. - Dialog om hvordan elever kan tage ansvar for hinandens trivsel i skolen. - Undersøg hvad elever på skolen mener, der påvirker og fremmer elevernes trivsel i skolen. Opstil visioner for en skole, hvor alle har de bedste rammer for at trives. Iværksæt konkrete handlinger, der kan bidrage til at opfylde visionerne. Tal om, hvordan elevrådet kan være med til at iværksætte handlinger.
FORSLAG TIL SAMARBEJDE MED SUNDHEDSPLEJERSKEN		DEN ÅBNE SKOLE
Tværfaglige muligheder: <i>Dansk, natur/teknik, understøttende undervisning, matematik</i>	Sundhedsplejersken gennemfører individuelle sundhedssamtaler på 6. klassetrin. Inddrag sundhedsplejersken i dialog om, hvordan lokale tendenser fra sundhedssamtalerne og skolens trivselsundersøgelse kan inddrages i konkrete undervisningsforløb.	Find tilbud hos Aarhus Kommunes skoletjeneste/kulturtjeneste, som formidler forløb til både dagtilbud, grundskole og ungdomsuddannelser på www.ulfiaarhus.dk

	• Derudover gennemføres individuelle eller gruppesamtaler med børn og/eller forældre og andet netværk efter behov. • Sundhedsplejersken skal tilbyde en sundhedspædagogisk aktivitet i form af pubertetsundervisning på 5. klassetrin. Tal med sundhedsplejersken om, hvad der er relevant for klassen og hvordan lærer og sundhedsplejerske kan samarbejde om et forløb. • Sundhedsplejersken kan tilbyde faglig sparring med skolens personale efter behov.	
--	---	--

Forslag til materialer og henvisninger

Undervisningsmateriale

- *Sammen om sundhed og trivsel*, Uge Sex Temamateriale 2015 til 4.-6. klasse. Undervisningsmateriale med konkrete læringsforløb og øvelser (Eksempelvis vurderingsøvelser, dilemmaøvelser, spil, film mm.) om sundhed og trivsel til undervisningen. Flere øvelser handler om relationer, sundhed og trivsel. Fås gratis ved henvendelse til ugesex@sexogsamfund.dk eller ved tilmelding til Uge Sex-kampagnen på www.ugesex.dk
- www.migogminkrop.dk, undervisningsmateriale til 4.-6. klasse, Sex & Samfund. Lærervejledning til websitet kan downloades fra siden.
- *Alt om kost*, Undervisningsmateriale og pædagogiske aktiviteter om kostrådene, Fødevarestyrelsen. Findes på www.altomkost.dk
- *Er du med mod mobning* – 42 veje til bedre trivsel, udgivet af Dansk center for Undervisningsmiljø.
- (www.dcum.dk). Findes på www.sammenmodmobning.dk.
- *Sammen mod mobning, dilemmaspil*, Dansk Center for Undervisningsmiljø, 2008. Seks små film stiller skarpt på situationer og dilemmaer, som de fleste skoleelever kender. Formålet med spillet er først og fremmest at give læreren og klassen en ramme til at tale om, hvordan man undgår mobning og i stedet fremmer klassens trivsel. Se dilemmaspillet online og hent lærervejledning gratis som pdf-fil på www.dcum.dk
- Sundskolenettet.dk, Rockwool Fonden. Find undervisningsmaterialer om fysisk sundhed, trivsel og mental sundhed på www.sundskolenettet.dk
- Move – [et sundhedspædagogisk undervisningsmateriale om, hvordan man kan få mere bevægelse ind i hverdagen](http://moveatschool.kk.dk/indhold/imove). <http://moveatschool.kk.dk/indhold/imove>

Sagprosa

Børnepanelrapporter, Find fakta om børns sundhed og trivsel fra Undersøgelser i Børnerådets Børnepanel. <http://www.boerneraadet.dk/materialer/boerne-og-ungepanelet>

Film og tv

- *Ultra Galla – D' Nice* at være Nice, tema til indskoling og mellemtrin på DR Skole om at være en god kammerat og hvordan man skaber et godt fællesskab. Temaet indeholder film, spil og elevopgaver med tilhørende lærervejledning. <http://www.dr.dk/skole/Klassenstime/nice/forside>.
- *Aleksander flytter*, DR1, 2008, 15 min. Finsk dokumentarfilm om Alexander, der plejede at blive drillet i skolen. Han er nu kommet over det, har mange venner og elsker at gå i skole. Men nu skal de flytte langt

væk. Det betyder at han skal starte forfra i en ny skole og med helt nye venner - men vil det også betyde nye drillerier? Findes på <http://www.mitCFU.dk>

- *Terabithia - et hemmeligt land*, spillefilm, 2008, 91 min. 10-årige Jess bliver mobbet i skolen, men så kommer der en ny pige i klassen. Leslie er heller ikke som de andre børn, og snart leger Jess og Leslie sammen i skoven, hvor de to børn overlever dagens ydmygelser ved at skabe et spændende eventyrland, som de kalder Terabithia. Kan lånes på dvd på <http://www.mitCFU.dk>.
- *Terkel i knibe*, spillefilm, 2005, 77 min. En humoristisk film om Terkel, der mobbes i svær grad i skolen, og hjemme er der ikke megen støtte. Filmen findes på <http://www.mitCFU.dk>. Der findes undervisningsmateriale til filmen.
- *Varde, NRK1*, 2010, 15 min. Hvor går grænsen mellem leg og mobning? Johan på elleve år vil vise de store drenge at han er sej, og udsætter sin upopulære ven for en grusom spøg. Det går op for Johan at spøgen kan have grusomme konsekvenser. Johan plages af dårlig samvittighed. Filmen er uden undertekster. Filmen findes på <http://www.mitCFU.dk>.

Inspiration til underviseren

- *Den sundhedsfremmende skole* – et inspirationsmateriale til teori og praksis, af Karsten Sørensen og Børge Koch, Videncenter for Sundhedsfremme, University College Syd, Det nationale videncenter KOSMOS, 2009. http://www.skolekonsulenterne.com/Hjemmeside-dokumenter/Den_sundhedsfremmende_skole_netudgave.pdf
- *EQUITY, EDUCATION AND HEALTH: LEARNING FROM PRACTICE*, anbefalinger, fokusområder og caseeksempler på læreres arbejde med sundhedsfremme i skoler i Europa, redigeret af Goof Buijs, Kevin Dadaczynski, Annette Schultz og Teresa Vilaca, august 2014. Udarbejdet på baggrund af konferencen "European Conference on Health Promoting Schools: 'Equity, Education and Health'", der blev afviklet i Odense i oktober 2013. Kan downloades her: http://xn--idrtifolkeskolen-wob.dk/User_files/42b399c990f-da2994b5545c18808c414.pdf
- *Tag fat og hold fast, Sundhed i skolen* af Käte Akselsen og Karin Mejding (red.), Kræftens Bekæmpelse, 2007. Bogen rummer erfaringer og konkrete forslag fra børn og lærere til, hvordan man kan tage fat på sundheden.
- Læs om det brede positive sundhedsbegreb i forenkede Fælles Mål for sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab på www.emu.dk

Andre links

- [Sammenmodmobning.dk](http://sammenmodmobning.dk), Antimobbeportal med viden, redskaber og metoder til at skabe og fremme trivsel samt forebygge og bekæmpe mobning i skolen.

Færdigheds- og vidensområde: LIVSSTIL

IDEER TIL INDHOLD		IDEER TIL AKTIVITETER
Færdighedsmål: <i>Eleven kan analysere normer og idealer for sundhed</i> Vidensmål: <i>Eleven har viden om normer og idealer for sundhed</i>	- Hvilke budskaber om sundhed findes i reklamer og kampagner til børn? - Hvilken betydning har budskaber om sundhed for børn og unges valg i forhold til sundhed? - Hvilke sundhedsbudskaber findes omkring kost, motion, søvn, hygiejne, rygning og alkohol? - Hvordan bliver man påvirket af de normer for sundhed, man møder i medier, blandt venner, familie og i skolen? - Hvordan bliver man påvirket af sine egne forestillinger om, hvad andre på ens egen alder gør i forhold til eksempelvis rygning, alkohol, kost og motion? - Hvem har ansvar for, at man lever sundt og træffer sunde valg?	- Analyser normer og idealer om sundhed i reklamer og kampagner til børn. Tal om hvordan børn og unge bliver påvirket af normer og idealer for sundhed samt hvilke fordele og ulemper, der kan være forbundet med uopnåelige sundhedsideal. Tal om elevernes visioner og idealer for sundhed og trivsel, og iværksæt initiativer der kan bidrage til at visionerne kan blive til virkelighed. - Analyser sundhedsbudskaber i reklamer og kampagner til børn. Tal om, hvem der er afsender på disse budskaber, hvilken hensigt afsenderen har og hvilke virkemidler der bruges. Dialog om hvordan man som barn og ung bliver påvirket af budskaberne. - Dialog om hvem der har ansvar for børn og unges sundhed, og hvad der påvirker de valg unge træffer i forhold til sundhed. - Undersøg hvilke normer for en sund krop, der vises i reklamer og medier til unge. Tilrettelæg en spørgeskemaundersøgelse blandt elever på skolen om, hvordan de bliver påvirket af kropsidealer og normer for en sund krop. Udarbejd forslag til handlinger, der kan gøre unge bevidste om normer og idealer for en sund krop. - Cases og dilemmaøvelser om at træffe valg i forhold til sundhed. - Gå på jagt efter sundhedsbudskaber om kost, motion, søvn, hygiejne, rygning og alkohol og udarbejd egne sundhedskampagner med afsæt i de budskaber eleverne finder. Arbejd med virkemidler i forhold til, hvordan man påvirker unge. - Arbejd med flertalsmisforståelser og sociale overdrivelser i forhold til rygning og alkohol.
FORSLAG TIL SAMARBEJDE MED SUNDHEDSPLEJERSKEN		DEN ÅBNE SKOLE
Tværfaglige muligheder: <i>Dansk, natur/teknik, understøttende undervisning, matematik</i>	Sundhedsplejersken gennemfører individuelle sundhedssamtaler på 6. klassetrin. Inddrag sundhedsplejersken i dialog om, hvordan lokale tendenser fra sundhedssamtalerne og skolens trivselsundersøgelse kan inddrages i konkrete undervisningsforløb.	Find tilbud hos Aarhus Kommunes skoletjeneste/kulturtjeneste, som formidler forløb til både dagtilbud, grundskole og ungdomsuddannelser på www.ulfiaarhus.dk

	• Derudover gennemføres individuelle eller gruppesamtaler med børn og/eller forældre og andet netværk efter behov. • Sundhedsplejersken skal tilbyde en sundhedspædagogisk aktivitet i form af pubertetsundervisning på 5. klassetrin. Tal med sundhedsplejersken om, hvad der er relevant for klassen og hvordan lærer og sundhedsplejerske kan samarbejde om et forløb. • Sundhedsplejersken kan tilbyde faglig sparring med skolens personale efter behov. • Planlæg et forløb sammen med sundhedsplejersken om livsstil og hvad der påvirker de valg unge træffer i forhold til kost, motion, søvn, hygiejne, rygning og alkohol.	
--	--	--

Forslag til materialer og henvisninger

Undervisningsmateriale

- *Alt om kost*, Undervisningsmateriale og pædagogiske aktiviteter om kostrådene, Fødevarestyrelsen. Findes på www.altomkost.dk
- *Alle de andre gør det*, undervisningsmateriale om unges sociale overdrivelser, Det Kriminal Præventive Råd, 2006. Materialet indeholder et forslag til en temadag, hvor de unge arbejder med deres forestillinger om andre unges adfærd. Derudover er der en lærervejledning, beskrivelse af undervisningsforløbet og kopiark til undervisningen. Kan downloades på www.dkr.dk
- *Kost og krop*, Nørdakademiet. Undervisningsmateriale om kost og krop på www.dr.dk/skole.
- Find ideer til undervisning om sol og solbeskyttelse på <http://www.cancer.dk/forebyg/skru-ned-for-solen/boern-og-unge/skoler/>
- Sundskolenettet.dk, Rockwool Fonden. Find undervisningsmaterialer om fysisk sundhed, trivsel og mental sundhed på www.sundskolenettet.dk
- *Krop, kost og kondi* (De store fagbøger) af Peter Bering, Gyldendal 2007. Findes på www.mitCFU.dk.
- *Mad* (Få tjek på-) af Peter Jepsen, Alinea 2007
- *Spisebogen*: lær at forstå hvad maden fortæller dig af Urmilla Bruun Lautrup, Jepsen & Co. 2006

Film og tv

- *Børn på skrump og høje hæle*, TV2, 2002, 50 min. (fra 5. klasse) Om engelske piger, der helt ned i 7-8 års alderen er utilfredse med deres udseende og derfor påbegynder slankekure og overdreven motion. Pigerne er sunde og raske og ikke overvægtige, men de er besatte af skønhedsidealiser omkring vægt, tøj og make-up. Pigerne fortæller, hvordan de oplever deres krop og hvad de gør for at ændre den. Findes på www.mitCFU.dk
- *Colamani*, TV2, "010, 35 min. (fra 5. klasse). Cola i forskellige former er danske unges foretrukne læskedrik, men for nogle ender det i afhængighed. Dorte Rambo har fx i 20 år drukket to liter cola om dagen, og hun får abstinenser i form af bl.a. stærk hovedpine, hvis hun forsøger at holde op. Dorte bliver forsøgsvis sat til at holde op med at drikke cola. Indslaget varer de første 17 minutter af udsendelsen. Findes på www.mitCFU.dk

Andre links

- Quiz om flertalsmisforståelser og social pejling blandt andet i forhold til kost og alkohol på www.cyberhus.dk/quiz. Find lærervejledning til materialet her: http://cfdp.dk/wordpress/wp-content/uploads/2011/04/Cyberhus_DK_quiz.pdf

Færdigheds- og vidensområde: LEEVILKÅR

	IDEER TIL INDHOLD	IDEER TIL AKTIVITETER
Færdighedsmål: <i>Eleven kan analysere hvordan sundhed påvirkes af levevilkår</i> Vidensmål: <i>Eleven har viden om samspil mellem sundhed, trivsel og levevilkår</i>	- Hvilke normer og idealer for unges sundhed og trivsel ses findes i medier og reklamer, og hvordan bliver unge påvirket af disse normer og idealer? - Hvordan bliver ens sundhed og trivsel påvirket af de fællesskaber, man er en del af, og hvordan kan man selv påvirke fællesskaberne i en sundheds- og trivselsfremmende retning? - Hvordan kan der skabes forandringer på skolen, som kan bidrage til, at elevernes sundhed og trivsel fremmes? - Hvordan bliver børns sundhed og trivsel påvirket af vilkår som sygdom i familien, sorg og skilsmisse? Og hvem kan man tale med i den slags situationer? - Hvordan har levevilkårene for børn i Danmark ændret sig de seneste 50-100 år, og hvad har det betydet for børns sundhed og trivsel? - Hvilke miljømæssige faktorer kan påvirke børns sundhed, og hvordan kan man reducere sundhedsskadelige miljømæssige påvirkninger i sin hverdag – eksempelvis på skolen og i familien?	- Tal om hvilke normer for unges sundhed og trivsel der ses på sociale medier, og hvordan unge selv er med til at skabe normer og idealer for sundhed – eksempelvis i forhold til kropsidealer. Opstil og iværksæt ideer til, hvordan man kan skabe et bredt normalitetsbegreb i forhold til kropsidealer. - Arbejd med dilemmaer og cases, der sætter fokus på fællesskabets betydning for sundhed og trivsel, og hvordan man positivt kan påvirke de fællesskaber, man er en del af i en trivselsfremmende retning. - Undersøg hvad elever på skolen mener, kan fremme deres sundhed og trivsel. Analyser resultaterne og brug dem som afsæt for at udvikle og igangsætte sundheds- og trivselsfremmende indsatser på skolen. Inddrag evt. elevrådet. - Dialog om hvordan livskriser (skilsmisse, sorg og sygdom i familien) kan påvirke sundhed og trivsel og hvordan man kan få hjælp til at håndtere og komme igennem livskriser. - Læs fiktive historier om børn, der kommer fra forskellige sociale sammenhænge og undersøg hvad historierne fortæller om sammenhænge mellem livsvilkår, sundhed og trivsel. Tal om, hvilke handlemuligheder personerne i historierne har i forhold til at påvirke egen og andres sundhed og trivsel. - Undersøg hvordan sundhed påvirkes af miljømæssige faktorer – eksempelvis kemi og hormonforstyrrende stoffer – og opstil ideer til, hvordan man kan påvirke sin egen og andres udsættelse for sundhedsskadelige miljøpåvirkninger i en sundhedsfremmende retning. - Læs historiske kilder om børns levevilkår og sundhed for 50 og 100 år siden. Tal om, hvilke ændringer der er sket i børns levevilkår, og hvilken betydning det har haft for børns sundhed og trivsel. Opstil egne visioner for børns sundhed og trivsel om 50 år. Tal om hvilke forandringer i forhold til levevilkår der er behov for, hvis forandringerne kan finde sted. (Anlæg eventuelt et perspektiv, der handler om sundhed i familien eller sundhed i skolen)

	FORSLAG TIL SAMARBEJDE MED SUNDHEDSPLEJERSKEN	DEN ÅBNE SKOLE
Tværfaglige muligheder: <i>Dansk, billedkunst, Dansk, historie, understøttende undervisning, natur/teknologi</i>	- Sundhedsplejersken gennemfører individuelle sundhedssamtaler på 6. klassetrin. Inddrag sundhedsplejersken i dialog om, hvordan lokale tendenser fra sundhedssamtalerne og skolens trivselsundersøgelse kan inddrages i konkrete undervisningsforløb. - Derudover gennemføres individuelle eller gruppesamtaler med børn og/eller forældre og andet netværk efter behov. - Sundhedsplejersken skal tilbyde en sundhedspædagogisk aktivitet i form af pubertetsundervisning på 5. klassetrin. Tal med sundhedsplejersken om, hvad der er relevant for klassen og hvordan lærer og sundhedsplejerske kan samarbejde om et forløb. - Sundhedsplejersken kan tilbyde faglig sparring med skolens personale efter behov. - Planlæg et forløb om sundhed og trivsel i samarbejde med sundhedsplejen som sætter fokus på sammenhængen mellem livsstil og livsvilkår.	- Besøg Den Gamle By og undersøg børns hverdagsliv gennem historien. Læs mere om Den Gamle By's tilbud til skoler på https://www.dengambleby.dk/undervisning/ - Benyt Kvindemuseets undervisningstilbud "Pigernes og drengenes historier". Læs mere på http://kvindemuseet.dk/dk/deltag/undervisning/ - Find tilbud hos Aarhus Kommunes skoletjeneste/kulturtjeneste, som formidler forløb til både dagtilbud, grundskole og ungdomsuddannelser på www.ulfiaarhus.dk

Forslag til materialer og henvisninger

Undervisningsmateriale

- Sammen om sundhed og trivsel*, Uge Sex Temamateriale 2015 til 4.-6. klasse. Undervisningsmateriale med konkrete læringsforløb og øvelser. (Eksempelvis vurderingsøvelser, cases, dilemmaøvelser, spil, film mm.) om sundhed og trivsel til undervisningen. Flere øvelser handler om relationer, sundhed og trivsel. Fås gratis ved henvendelse til ugesex@sexogsamfund.dk eller ved tilmelding til Uge Sex-kampagnen på www.ugesex.dk
- www.migogminkrop.dk, undervisningsmateriale til 4.-6. klasse, Sex & Samfund. Lærervejledning til websitet kan downloades fra siden.
- Er du med mod mobning* – 42 veje til bedre trivsel, udgivet af Dansk center for Undervisningsmiljø.
- (www.dcum.dk). Findes på www.sammenmodmobning.dk.
- Sammen mod mobning*, dilemmaspil, Dansk Center for Undervisningsmiljø, 2008. Seks små film stiller skarpt på situationer og dilemmaer, som de fleste skoleelever kender. Formålet med spillet er først og fremmest at give læreren og klassen en ramme til at tale om, hvordan man undgår mobning og i stedet fremmer klassens trivsel. Se dilemmaspiilet online og hent lærervejledning gratis som pdf-fil på www.dcum.dk
- Snak om det*, undervisningsmateriale fra Psykiatrifonden, som sætter fokus på, hvordan det er at være barn i en familie med psykisk sygdom. www.psykiatrifonden.dk

- Sundskolenettet.dk, Rockwool Fonden. Find undervisningsmaterialer om fysisk sundhed, trivsel og mental sundhed på www.sundskolenettet.dk
- *Hverdagsliv* – før og nu. Fortalt gennem børns arbejdsmuseum. Skoletjenesten Arbejdsmuseet, 2014.

Sagprosa

Børnepanelrapporter, find fakta om børns sundhed og trivsel fra Undersøgelser i Børnerådets Børnepanel. <http://www.boerneraadet.dk/materialer/boerne-og-ungepanelet>

Film og tv

- *Ultra Galla – D' Nice* at være Nice, tema til indskoling og mellemtrin på DR Skole om at være en god kammerat og hvordan man skaber et godt fællesskab. Temaet indeholder film, spil og elevopgaver med tilhørende lærervejledning. <http://www.dr.dk/skole/Klassenstime/nice/forside>
- *Sådan er søskende*, Dokumentarfilmserie i 3 dele, DR1, 2012, Om Jenni, der skal blive storesøster, Cecilie og Katrine, der er enæggede tvillinger og hvor Cecilie har været syg af kræft og No, som savner sin søster, der er ude at rejse. Hver del er på ca. 20 min. Findes på www.mitCFU.dk

Andre links

- [Sammenmodmobning.dk](http://sammenmodmobning.dk), antimobbeportal med viden, redskaber og metoder til at skabe trivsel samt forebygge og bekæmpe mobning i skolen.
- På Børns Vilårs hjemmeside findes opdateret viden samt information om henvisningsmuligheder til børn, der er udsat for forskellige livskriser som mobning, sorg og skilsmisse. www.bornsvilkar.dk

Færdigheds- og vidensområde: RETTIGHEDER

IDEER TIL INDHOLD		IDEER TIL AKTIVITETER
Færdighedsmål: <i>Eleven kan diskutere handlemuligheder, hvis et barns ret til beskyttelse krænkes</i> Vidensmål: <i>Eleven har viden om børns ret til beskyttelse mod fysisk, psykisk og digitalt overgreb</i>	• Hvad fortæller Børnekonventionen om barnets ret til beskyttelse? • Hvad kan børn og unge gøre for, at egne og andres ret til beskyttelse bliver opfyldt? • Hvad kan man gøre, hvis man selv, eller nogen man kender, bliver udsat for fysiske, psykiske eller digitale overgreb? • Hvad betyder grooming? • Hvilke muligheder, dilemmaer og problemstillinger knytter sig til brug af sociale medier? • Hvad kan man gøre for at opnå en mere sikker adfærd på internettet for sig selv og andre?	• Dialog om hvad vold er og hvilke forskellige former for vold der findes. Undersøg hvad loven og børns rettigheder siger i forhold til børns beskyttelse mod vold og overgreb, samt hvilke handlemuligheder man har, hvis man som barn oplever vold og overgreb mod børn. • Dialog om retten til kroppen og hvad det vil sige at have ret til at bestemme over egen krop. • Arbejd med cases og dilemmaer i forhold til adfærd på nettet. • Undersøg hvad begrebet grooming betyder og tal om, hvordan man kan forhindre, at børn bliver udsat for grooming, og hvad man kan gøre, hvis man ved eller har mistanke om, at man selv eller nogen man kender er udsat for grooming. • Arbejd med cases og dilemmaøvelser om handlemuligheder, hvis man udsættes for fysiske, psykiske eller digitale overgreb. • Arbejd med materialet om sikker adfærd på nettet på www.sikkerchat.dk
FORSLAG TIL SAMARBEJDE MED SUNDHEDSPLEJERSKEN		
Tværfaglige muligheder: <i>Dansk, understøttende undervisning</i>	• Sundhedsplejersken gennemfører individuelle sundhedssamtaler på 6. klassetrin. Inddrag sundhedsplejersken i dialog om, hvordan lokale tendenser fra sundhedssamtalerne og skolens trivselsundersøgelse kan inddrages i konkrete undervisningsforløb. • Derudover gennemføres individuelle eller gruppesamtaler med børn og/eller forældre og andet netværk efter behov. • Sundhedsplejersken skal tilbyde en sundhedspædagogisk aktivitet i form af pubertetsundervisning på 5. klassetrin. Tal med sundhedsplejersken om, hvad der er relevant for klassen og hvordan lærer og sundhedsplejerske kan samarbejde om et forløb. • Sundhedsplejersken kan tilbyde faglig sparring med skolens personale efter behov.	

Forslag til materialer og henvisninger

Undervisningsmateriale

- *Grænser*, Uge Sex temamateriale 2014 til 4.-6. klasse. Undervisningsmateriale med konkrete øvelser (eksempelvis cases og dilemmaøvelser) til undervisningen om grænser, Børns rettigheder og adfærd på sociale medier. Fås gratis ved henvendelse til ugesex@sexogsamfund.dk eller ved tilmelding til Uge Sex-kampagnen på www.ugesex.dk
- *Megafonen*, Red Barnets undervisningsportal om barnets rettigheder med tekster, film og opgaver om vold og handlemuligheder <http://megafonen.redbarnet.dk/Hvis-forældre-slår.aspx?ID=3433>
- *Om vold*, Danner Stiftelsen, et undervisningsmateriale "Om vold" til børn i 5.-6. klasse, der sætter fokus på alle former for vold. <http://www.danner.dk/danish-hjaelp-og-radgivning/viden-om-vold/danish-materialer/undervisningsmateriale/>
- *Børns rettigheder beskytter dig mod mere end du tror*, Red Barnet, 2014, Kan downloades og bestilles på www.megafonen.redbarnet.dk
- *Kend din kropspolitik*, undervisningsmateriale om kropsnormer og idealer, af Morten A. Skydsgaard og Line Stald (red) Steno Museet 2011. Læs mere om materialet, der kan bestilles og læses som e-bog her: www.science museerne.dk/steno-museet/oplevelser-paa-museet/udstillinger/kaere-krop-svaere-krop/kend-din-kropspolitik/
- www.sikkerchat.dk, undervisningsmateriale om sikker adfærd på nettet og sociale medier, Det Kriminalpræventive Råd og Red Barnet

Fiktion

- *Så er jeg manden*, novelle af Dorthe de Neergaard, fra To ting man aldrig kan vide, Høst & Søn 2008. Novellen fortalt i et nøgternt og komprimeret sprog om svære og forbudte følelser. Gennem "far, mor og børn-legen" eksperimenterer novellens to piger med grænserne for de familiære relationer. Novellen kan med sin underliggende alvor og antydninger til følelser opstået i forbindelse med et seksuelt misbrug skabe en ramme for arbejdet med de lidt større og sværere følelser, uden at eleverne behøver at trække på egne erfaringer. Dette kan for eksempel gøres i analysen med fokus på personerne og deres følelser. Findes på www.mitCFU.dk

Sagprosa

- Læs om vold og overgreb og barnets rettigheder på Børneportalen www.boerneportalen.dk/vold-og-overgreb.aspx

Film og tv

- Film om grænser på www.migogminkrop.dk
- Film om grænser, rettigheder og overgreb på www.megafonen.redbarnet.dk
- Farlige film, temapakke fra Filmcentralen med film om angst, vold og mobning med tilhørende undervisningsmateriale. www.filmcentralen.dk
- *FN's Børnekonvention*, tema om børnerettighederne på www.dr.dk/skole
- *FN's børnerettigheder*, DR Ultra, 2014, 20 min. Findes på www.mitcfu.dk

Inspiration til underviseren

- Find fakta om vold og overgreb samt håndtering af dette hos Socialstyrelsen, www.socialstyrelsen.dk

Færdigheds- og vidensområde: PERSONLIGE GRÆNSER

IDEER TIL INDHOLD		IDEER TIL AKTIVITETER
Færdighedsmål: <i>Eleven kan respektere egne og andres personlige grænser</i>	- Hvordan kan man mærke egne grænser? - Hvordan kan grænser være forskellige i forskellige situationer? - Hvordan kan man aflæse andres grænser? - Hvordan er grænser forskellige fra person til person? - Hvilken betydning har mobning for børn og unges trivsel? - Hvad kan man gøre for at forebygge mobning i skolen og på nettet? - Hvordan håndteres mobning? - Hvem kan man tale med om grænser og mobning?	- Fysiske øvelser om at mærke grænser - Cases og dilemmaøvelser om grænser og hvordan grænser er forskellige fra situation til situation og fra person til person. - Undersøg hvilke ord børn og unge skriver til hinanden på mobiltelefonen og internettet (f.eks. på "Væggen" på www.migogminkrop.dk). - Brug af Red Barnets og Det Kriminalpræventive Råds oplysningssite: www.sikkerchat.dk. - Diskuter fordele og ulemper ved kommunikation på internet og sms. - Dialog om brug af billeder på nettet. - Lav en mindre undersøgelse om unges oplevelser med digital mobning på skolen. - Diskuter handlemuligheder ift. at forebygge digital mobning. - Formuler klassens egne spilleregler for brug af chat, sms etc. - Skriv fiktive fortællinger, hvor børn og unges oplevelser med brug af internet, sociale medier og mobiltelefoner indgår. Kan eksempelvis gøres via blogs, klassens hjemmeside eller "movellas" (noveller på mobilen). - Undersøg hvilke forskellige steder børn og unge kan henvende sig, hvis de oplever, at deres grænser bliver overtrådt på forskellig vis i forbindelse med brug af sociale medier. - Arbejd med cases og film omkring forebyggelse og håndtering af mobning.
FORSLAG TIL SAMARBEJDE MED SUNDHEDSPLEJERSKEN		
Tværfaglige muligheder: <i>Dansk, understøttende undervisning</i>	- Sundhedsplejersken gennemfører individuelle sundhedssamtaler på 6. klassetrin. Inddrag sundhedsplejersken i dialog om, hvordan lokale tendenser fra sundhedssamtalerne og skolens trivselsundersøgelse kan inddrages i konkrete undervisningsforløb. - Derudover gennemføres individuelle eller gruppesamtaler med børn og/eller forældre og andet netværk efter behov. - Sundhedsplejersken skal tilbyde en sundhedspædagogisk aktivitet i form af pubertetsundervisning på 5. klassetrin. Tal med sundhedsplejersken om, hvad der er relevant for klassen og hvordan lærer og sundhedsplejerske kan samarbejde om et forløb. - Sundhedsplejersken kan tilbyde faglig sparring med skolens personale efter behov.	

Forslag til materialer og henvisninger

Undervisningsmateriale

- *Grænser*, Uge Sex temamateriale 2014 til 4.-6. klasse. Undervisningsmateriale med konkrete øvelser (Eksempelvis fysiske øvelser, cases og dilemmaøvelser) til undervisning og dialog om grænser, Børns rettigheder og adfærd på sociale medier. Fås gratis ved henvendelse til ugesex@sexogsamfund.dk eller ved tilmelding til Uge Sex-kampagnen på www.ugesex.dk
- Uge Sex Grundmateriale til 4.-6. klasse. Øvelser om det trygge rum i undervisningen og de fællesskaber, man indgår i.
- *Børns rettigheder beskytter dig mod mere end du tror*, Red Barnet, 2014. Kan downloades og bestilles på www.megafonen.redbarnet.dk
- *Megafonen*, Red Barnets undervisningsportal om barnets rettigheder med tekster, film og opgaver om børns rettigheder. www.megafonen.redbarnet.dk
- *Sammen mod mobning*, dilemmaspil, Dansk Center for Undervisningsmiljø, 2008. Seks små film stiller skarpt på situationer og dilemmaer, som de fleste skoleelever kender. Formålet med spillet er først og fremmest at give læreren og klassen en ramme til at tale om, hvordan man undgår mobning og i stedet fremmer klassens trivsel. Se dilemmaspillet online og hent lærervejledning gratis som pdf-fil på www.dcum.dk
- *Er du med mod mobning* – 42 veje til bedre trivsel, udgivet af Dansk center for Undervisningsmiljø.
- (www.dcum.dk). Findes på www.sammenmodmobning.dk.
- *At være sig selv*, af Line Anne Roien, Sex & Samfund, 2010 (afsnit 6: "At være på" og Afsnit 8 "At være sig selv"). Findes på <http://www.mitCFU.dk>

Film og tv

- *Ultra Galla – D' Nice* at være Nice, tema til indskoling og mellemtrin på DR Skole om at være en god kammerat og hvordan man skaber et godt fællesskab. Temaet indeholder film, spil og elevopgaver med tilhørende lærervejledning. <http://www.dr.dk/skole/Klassenstime/nice/forside>.
- *Pigen som holdt op med at lyve*, kortfilm af Andrea Friberg 2004, Læs om filmen og find undervisningsmateriale på, www.filmcentralen.dk.
- *Dem derovre og de andre*, kortfilm af Ziska Szemes, 2004 (VHS). Findes på Filmcentralen www.filmcentralen.dk og på www.mitCFU.dk.
- *Min krop er min*, dokumentarfilm til brug i undervisningen om at mærke egne grænser og sige fra 1992. Se mere om filmen på www.filmcentralen.dk. Findes på www.mitCFU.dk.
- *Farlige film*, temapakke fra Filmcentralen med film om angst, vold og mobning med tilhørende undervisningsmaterialer www.filmcentralen.dk
- *Sammen mod mobning*, DR2, 2008, 30 min. Har fokus på at få skoleelever til at forstå, hvad mobning er, og hvordan de kan undgå mobning i deres egen hverdag. Findes på <http://www.mitCFU.dk>
- *Aleksander flytter*, DR1, 2008, 15 min. Finsk dokumentarfilm om Alexander, der plejede at blive drillet i skolen. Han er nu kommet over det, har mange venner og elsker at gå i skole. Men nu skal de flytte langt væk. Det betyder at han skal starte forfra i en ny skole og med helt nye venner - men vil det også betyde nye drillerier? Findes på <http://www.mitCFU.dk>

Andre links

- [Sammenmodmobning.dk](http://www.sammenmodmobning.dk), antimobbportal med viden, redskaber og metoder til at skabe trivsel samt forebygge og bekæmpe mobning i skolen.

Inspiration til underviseren

- *Når teenagere sexmobber!* – er det bare for sjov eller? Undersøgelse af Dorte Rasmussen og Sidsel Steenbak, Amok og Mobbeland 2012, Findes på www.mobbeland.dk
- Læs om børns og unges brug af internet og mobil på Medierådet for børn og unges hjemmeside www.dfi.dk.

Færdigheds- og vidensområde: VENSKABER

IDEER TIL INDHOLD		IDEER TIL AKTIVITETER
Færdighedsmål: <i>Eleven kan vurdere betydningen af gode venskaber</i> Vidensmål: <i>Eleven har viden om relationers betydning for sundhed og trivsel</i>	- Hvordan er man en god klassekammerat? - Hvad er en god ven? - Hvad betyder venskaber for, hvordan man har det? - Hvad betyder fællesskaber for, hvordan man har det? - Hvilke forskellige former for venskaber er der? - Hvilke dilemmaer og udfordringer kan man møde i forhold til kammerater og venner – og hvordan kan man håndtere dem? - Bliver man mere sund af at have venner? - Hvilke forskelle og ligheder er der mellem at være glad for en ven og at være forelsket i en person?	- Klassesamtale om hvordan et positivt og anerkendende sprog i klassen kan understøtte gode kammeratskaber. - Klassesamtale om anerkendelse af mangfoldighed i klassen - Diskuter handlemuligheder i dilemmaer omkring venskaber og relationer med udgangspunkt i cases - Se film og læs litteratur om børns venskaber. Dialog om de temaer og problematikker, der præsenteres. - Arbejd med cases og dilemmaøvelser, der handler om dilemmaer og udfordringer i forhold til kammerater og venner. - Film og dialog om forelskelse og hvordan forelskelse føles. - Diskuter relationers betydning for sundhed og trivsel og opstil ideer til, hvordan man selv kan påvirke sin egen andres trivsel i de fællesskaber, man er en del af. - Se klippene "Kroppen kan blive syg af ord" og "Vis respekt" på DR Skoles temaside "Min krop" mellemtrinssiden "kroppe er forskellige" og arbejd med de tilhørende opgaver på siden. Findes på www.dr.dk/ugesex
FORSLAG TIL SAMARBEJDE MED SUNDHEDSPLEJERSKEN		DEN ÅBNE SKOLE
Tværfaglige muligheder: <i>Dansk, natur/teknik, understøttende undervisning, matematik</i>	- Sundhedsplejersken gennemfører individuelle sundhedssamtaler på 6. klassetrin. Inddrag sundhedsplejersken i dialog om, hvordan lokale endenser fra sundhedssamtalerne og skolens trivselsundersøgelse kan inddrages i konkrete undervisningsforløb. - Derudover gennemføres individuelle eller gruppesamtaler med børn og/eller forældre og andet netværk efter behov. - Sundhedsplejersken skal tilbyde en sundhedspædagogisk aktivitet i form af pubertetsundervisning på 5. klassetrin. Tal med sundhedsplejersken om, hvad der er relevant for klassen og hvordan lærer og sundhedsplejerske kan samarbejde om et forløb. - Sundhedsplejersken kan tilbyde faglig sparring med skolens personale efter behov.	- Benyt Kvindemuseets undervisningstilbud "Pigernes og drengenes historier" og "Teenageliv – før og nu". Læs mere på http://kvindemuseet.dk/dk/deltag/undervisning/ - Find tilbud hos Aarhus Kommunes skoletjeneste/kulturtjeneste, som formidler forløb til både dagtilbud, grundskole og ungdomsuddannelser på www.ulfiaarhus.dk

Forslag til materialer og henvisninger

Undervisningsmateriale

- *Uge Sex Grundmateriale til 4.-6. klasse.* Undervisningsmateriale med konkrete øvelser (Eksempelvis vurderingsøvelser, dilemmaøvelser, spil, cases, film mm.) til undervisningen. Flere øvelser handler om at skabe et trygt rum i undervisningen og i klassefællesskabet. Fås gratis ved henvendelse til ugesex@sexogsamfund.dk eller ved tilmelding til Uge Sex-kampagnen på www.ugesex.dk
- *Sammen om sundhed og trivsel,* Uge Sex Temamateriale 2015 til 4.-6. klasse. Undervisningsmateriale med konkrete læringsforløb og øvelser (Eksempelvis vurderingsøvelser, dilemmaøvelser, spil, film mm.) om sundhed og trivsel til undervisningen. Flere øvelser handler om relationer, sundhed og trivsel. Fås gratis ved henvendelse til ugesex@sexogsamfund.dk eller ved tilmelding til Uge Sex-kampagnen på www.ugesex.dk
- DR Skole. "Kroppe er forskellige", små filmklip om kroppe og forskellighed med tilhørende opgaver på www.dr.dk/ugesex
- *Er du med mod mobning – 42 veje til bedre trivsel*, udgivet af Dansk center for Undervisningsmiljø.
- (www.dcum.dk). Findes på www.sammenmodmobning.dk.
- *Sammen mod mobning*, dilemmaspil, Dansk Center for Undervisningsmiljø, 2008. Seks små film stiller skarpt på situationer og dilemmaer, som de fleste skoleelever kender. Formålet med spillet er først og fremmest at give læreren og klassen en ramme til at tale om, hvordan man undgår mobning og i stedet fremmer klassens trivsel. Se dilemmaspiilet online og hent lærervejledning gratis som pdf-fil på www.dcum.dk

Fiktion

- *Trælår af* Jesper Wung-Sung, Samleren 2009. Noveller om forelskelse, ønsker, drømme, kærestesorger, venskaber og ensomhed blandt teenagere. Et centralt element i novellesamlingen er "drengjargon" og "pigejargon". Ved at arbejde med fortælleforholdene i tekstanalysen og fokusere på teksternes drenge- og pigesyn, kan der lægges op til en mere tematisk udforskning af køn og kønsidentitet. Findes på www.mitCFU.dk.
- *Jeg er modig:* indtil en dag bladene forsvinder, roman af Mads Heinesen, Høst og Søn, 2011. Frej er venner med Patrick, som han har kendt siden børnehaven. Sammen begynder de opdagelsen af egen seksualitet, og skønt Frej er forelsket i Cat fra klassen, bliver han i tvivl om, han nu alligevel skulle være bøsse. Om at være i puberteten og den spirende seksualitet. Findes på www.mitCFU.dk.
- *Den hule pige*, novellesamling og kollektivroman om forskellige følelser relateret til puberteten fortalt i et mangetydigt sprog af Søren Jessen, Gyldendal 200. Findes på www.mitCFU.dk.

Film og tv

- *Dem derovre og de andre*, animationsfilm af Ziska Szemes, 2004. Dem derovre og de andre er en historie om, hvor svært det er at være 13-14 år. Mie bliver endelig inviteret til den store fest, men vil ikke have sin kejtede veninde Sanne med. Hun ofrer sit venskab med Sanne for at være sammen med de populære piger, men spørgsmålet er, om det var det værd ... Findes på www.filmcentralen.dk.
- *Forelskelse*, korte film med forskellige vinkler på forelskelse på www.migogminkrop.dk
- *Ultra Galla – D' Nice* at være Nice, tema til indskoling og mellemtrin på DR Skole om at være en god kammerat og hvordan man skaber et godt fællesskab. Temaet indeholder film, spil og elevopgaver med tilhørende lærervejledning. <http://www.dr.dk/skole/Klassenstime/nice/forside>.
- *Shanne og veninderne*, dokumentar af Ulla Søe og Sussie Weinold, 2012. En dokumentarfilm om Shanne og hendes forhold til veninderne Emma og Daniela - et venskab med både opture og nedture. Findes på www.filmcentralen.dk

- www.dr.dk/ugesex, "Kroppe er forskellige". DR Skoles temaside om kroppen.
- *Barnerøv*, kortfilm af Camilla Ramonn, 2010. Filmen handler om Felix, der fylder 11 år i morgen. Han er med i en drengebande, og når man fylder 11 år, siger de store drenge, at man skal ned til Sisse på legepladsen. For Sisse, som er 14 år, giver sex for en burger. Det kræver bare at man har pengene til det, og at man ved, hvad sex går ud på. Findes på www.filmcentralen.dk

Inspiration til underviseren

- *Børn og unges mentale helbred*, 2014, Pernille Due, Finn Diderichsen, Charlotte Meilstrup, Merete Nordentoft, Carsten Obel, Anelli Sandbæk, Vidensråd for forebyggelse.
- *Når det er svært at være ung i DK* – Unges trivsel og mistrivsel i tal af Jens Christian Nielsen, Niels Ulrik Sørensen & Martha Nina Osmec (2010), CEFU

Andre links

- Sammenmodmobning.dk, Antimobbeportal med viden, redskaber og metoder til at skabe trivsel samt forebygge og bekæmpe mobning i skolen.

KOMPETENCEOMRÅDE: KØN, KROP OG SEKSUALITET

Færdigheds- og vidensområde: NORMER OG IDEALER

	IDEER TIL INDHOLD	IDEER TIL AKTIVITETER
Færdighedsmål: <i>Eleven kan analysere, hvordan normer for køn og krop kan påvirke unge.</i> Vidensmål: <i>Eleven har viden om normer for køn og krop</i>	- Hvilke normer for, hvordan man skal være dreng og pige findes i børne- og ungdomslitteratur? - Hvilke normer for krop og køn præsenteres i medier til unge? - Hvem eller hvad bestemmer, hvordan man skal udtrykke sit køn? - Hvem eller hvad bestemmer, hvad der er en flot krop? - Hvilken betydning har normer for krop og køn, for den måde unge selv udtrykker deres køn på og for unges egne forestillinger om en flot krop? - Hvilken betydning kan ens køn have for andres forventninger til, hvordan man er, eller hvordan man ser ud? - Hvordan har forventningerne til, hvordan man skal se ud, og hvad man kan gøre som dreng og pige ændret sig de sidste 50-100 år? - Hvordan har kropsidealer ændret sig de seneste 50-100 år? - Hvordan kommer normer for krop og køn til udtryk i forskellige sportsgrene, og hvilken betydning kan det have for børn og unges valg af idrætsaktiviteter? - Hvilke visioner har vi for, hvordan normer for køn ser ud om 30-40 år? - Hvilken betydning kan ens køn have for unges forestillinger om, hvad man vil arbejde med, når man bliver voksen?	- Undersøg, hvilke normer for køn der optræder i eksempelvis børne- og ungdomslitteratur, popsange til børn og unge på dansk og engelsk samt børne- og ungdomsfilm. Diskuter hvad det ville betyde for ens opfattelse af personerne, hvis man byttede rundt på kønnene. - Dialog om køn og mangfoldighed, eksempelvis, at man selv bestemmer, hvordan man vil udtrykke sit køn, og hvordan der findes mange former for køn og kønsudtryk. - Undersøg hvilke normer for en flot krop, der optræder i eksempelvis børne- og ungdomsprogrammer i TV, reklamer, modeshows og musikvideoer. Diskuter hvad disse normer betyder for unges forståelser af, hvad der er en flot krop, og hvordan ens krop skal se ud. - Dialog om, hvordan man kan blive påvirket af ens egne forestillinger om, hvad andre synes er en flot krop, eller hvordan man kan blive påvirket af at spejle sig selv i, hvordan andre ser ud. - Find eksempler på brud med normer for kropsidealer og køn i medier og litteratur. Dialog om, hvad det betyder for børn og unges opfattelse af køn, at man møder og ser mange måder at være dreng og pige på og mange måder at se ud på. - Diskuter dilemmaer og handlemuligheder i forhold til cases og problemstillinger om krop og køn. - Undersøg normer for krop og køn i forskellige sportsgrene. - Byt om på kønnene i eventyr, sange og noveller, og læs dem højt eller spil dem for hinanden. Diskuter hvilken betydning det får for opfattelsen af personerne, og hvad det fortæller om normer for køn. - Hvilke normer for, hvordan man skal være dreng og pige findes i børne- og ungdomslitteratur? - Hvilke normer for krop og køn præsenteres i medier til unge? - Hvem eller hvad bestemmer, hvordan man skal udtrykke sit køn? - Hvem eller hvad bestemmer, hvad der er en flot krop?

		• Hvilken betydning har normer for krop og køn, for den måde unge selv udtrykker deres køn på og for unges egne forestillinger om en flot krop? • Hvilken betydning kan ens køn have for andres forventninger til, hvordan man er, eller hvordan man ser ud? • Hvordan har forventningerne til, hvordan man skal se ud, og hvad man kan gøre som dreng og pige ændret sig de sidste 50-100 år? • Hvordan har kropsidealer ændret sig de seneste 50-100 år? • Hvordan kommer normer for krop og køn til udtryk i forskellige sportsgrene, og hvilken betydning kan det have for børn og unges valg af idrætsaktiviteter? • Hvilke visioner har vi for, hvordan normer for køn ser ud om 30-40 år? • Hvilken betydning kan ens køn have for unges forestillinger om, hvad man vil arbejde med, når man bliver voksen?
FORSLAG TIL SAMARBEJDE MED SUNDHEDSPLEJERSKEN		DEN ÅBNE SKOLE
Tværfaglige muligheder: <i>Dansk, billedkunst, historie, engelsk, uddannelse og job, matematik, idræt</i>	• Sundhedsplejersken gennemfører individuelle sundhedssamtaler på 6. klassetrin. Inddrag sundhedsplejersken i dialog om, hvordan lokale tendenser fra sundhedssamtalerne og skolens trivselsundersøgelse kan inddrages i konkrete undervisningsforløb. • Derudover gennemføres individuelle eller gruppesamtaler med børn og/eller forældre og andet netværk efter behov. • Sundhedsplejersken skal tilbyde en sundhedspædagogisk aktivitet i form af pubertetsundervisning på 5. klassetrin. Tal med sundhedsplejersken om, hvad der er relevant for klassen og hvordan lærer og sundhedsplejerske kan samarbejde om et forløb. • Sundhedsplejersken kan tilbyde faglig sparring med skolens personale efter behov. • Planlæg et forløb med sundhedsplejersken om hvordan normer om køn, krop og seksualitet påvirker os individuelt og kollektivt i vores valg af venner, kærester, mad, fritid m.m.	• Inviter forældre, venner eller bedsteforældre på besøg til at fortælle om normer for køn og kønsroller, da de var børn. • Besøg AROS og undersøg, hvordan krop og køn vises i kunsten i forskellige perioder. Se AROS' tilbud til skoler og institutioner på http://www.aros.dk/boern/inspirationsmateriale-til-undervisere/ • Benyt Den Gamle By's undervisningstilbud. Se mere på https://www.dengambleby.dk/skole/ • Benyt Kvindemuseets undervisningstilbud "Pigernes og drengenes historier" og "Teenageliv – før og nu". Læs mere på http://kvindemuseet.dk/dk/deltag/undervisning/

Forslag til materialer og henvisninger

Undervisningsmateriale

- *Køn*, Uge Sex Temamateriale 2012 til 4.-6. klasse. Undervisningsmateriale med konkrete øvelser (Eksempelvis vurderingsøvelser, dilemmaøvelser, spil, film mm.) til undervisningen om køn, normer for køn og kønsroller. Fås gratis ved henvendelse til ugesex@sexogsamfund.dk eller ved tilmelding til Uge Sex-kampagnen på www.ugesex.dk
- *Act Pigeliv/drengeliv*, undervisningsmateriale fra Dansk Røde Kors, 2012. Pigeliv/Drengeliv lægger op til refleksion over, hvordan kønsroller og kønsspecifikke forventninger påvirker elevernes eget liv og livet for børn rundt om i verden. Og hvordan forandring eller fastholdelse af kønsroller kan påvirke samfundet. Fås gratis ved henvendelse til www.skoleshop.dk/rodekors
- *Sammen om sundhed og trivsel*, Uge Sex Temamateriale 2015 til 4.-6. klasse. Undervisningsmateriale med konkrete læringsforløb og øvelser (Eksempelvis vurderingsøvelser, dilemmaøvelser, cases, spil, film mm.) om sundhed og trivsel til undervisningen. Flere øvelser handler om normer for krop Fås gratis ved henvendelse til ugesex@sexogsamfund.dk eller ved tilmelding til Uge Sex-kampagnen på www.ugesex.dk
- *Uge Sex Grundmateriale til 4.-6. klasse*. Undervisningsmateriale med konkrete øvelser (Eksempelvis vurderingsøvelser, dilemmaøvelser, spil, film mm.) til undervisningen. Flere øvelser handler om køn og mangfoldighed. Fås gratis ved henvendelse til ugesex@sexogsamfund.dk eller ved tilmelding til Uge Sex-kampagnen på www.ugesex.dk
- *Skolens bog om køn og ligestilling*, af Cecilie Nørgaard og Bonnie Vittrup, Informationsforlag 2006. Et undervisningsmateriale til danskundervisningen i 1.-10. klasse. Bogen behandler kønstematikker gennem danskfaglige discipliner. Findes på www.mitCFU.dk.
- www.migogminkrop.dk undervisningsmateriale til 4.-6. klasse, Sex & Samfund
- Find øvelser og fotos af mangfoldige kroppe på www.bedreseksualundervisning.dk
- *At være sig selv*, af Line Anne Roien, Elevgrundbog til sundheds- og seksualundervisning, Sex & Samfund, 2010 (afsnit 4: At være dreng/pige). Findes på www.mitCFU.dk.
- *Kend din kropspolitik*, undervisningsmateriale om kropsnormer og idealer, af Morten A. Skydsgaard og Line Stald (red) Steno Museet 2011. Læs mere om materialet, der kan bestilles og læses som e-bog her: www.science museerne.dk/steno-museet/oplevelser-paa-museet/udstillinger/kaere-krop-svaere-krop/kend-din-kropspolitik/

Fiktion

- *Mandfolkebryst og Blød* af Søren Jessen, fra "Den skæve dreng", Gyldendal 2007. I disse to noveller optræder henholdsvis den sent udviklede Emil og pigen Sarah, der kæmper med følelsen af at være tyk. Igennem novelleanalysen og det tematiske arbejde kan der oplagt stilles skarpt på begreber som kropsideantitet, pubertet og kropsidealer. Flere noveller i samlingen "Den skæve dreng" kan med sin fantastiske, realistiske fremstilling og de absurde pubertetsfortællinger indgå i et danskfagligt arbejdet med kroppen som tema.
- *Fedtlavinen* af Dorthe de Neergaard, fra "Tabernabo og andre forvandlingsnoveller", Høst & Søn 2010. En forvandlingsnovelle om silikone og andre mere ekstreme kropsforandringer fortalt gennem pigen Emilie. Novellen kan med sin komplekse fremstilling bruges i et danskfagligt temaarbejde med fokus på kropsideantitet, kropsbevidsthed og selvværdsfølelser. De øvrige noveller i antologien sætter ligeledes fokus på for eksempel fedtsugninger, genmanipulation og mentale forandringer og kan supplere det faglige arbejde, hvor kroppen er i fokus.
- *Trælår* af Jesper Wung-Sung, Samleren 2009. Noveller om forelskelse, ønsker, drømme, kærestesorger, venskaber og ensomhed blandt teenagere. Et centralt element i novellesamlingen er "drengejargon" og "pigejargon". Ved at arbejde med fortælleforholdene i tekstanalysen og fokusere på teksternes drenge- og pigesyn, kan der lægges op til en mere tematisk udforskning af køn og kønsidentitet.
- *Tilløb* af Kim Fupz Aakeson, Forum 2007. Seks noveller om seks drenge, der er stemplet som stille dren-

getyper, indtil de en dag skaber forandring i deres liv. Novellerne skildrer komplekse menneskelige relationer i et simpelt sprog og kan bruges til at skabe refleksion over de forventninger, der eksisterer til drengekønnen. I analysearbejdet kan der åbnes op for overordnede spørgsmål som for eksempel: Hvilke samfundsmæssige forventninger er der til drenge? Er der kun én rigtig måde at være dreng på? Er der egentlig forskel på kønnene, eller er der blot forskel på mennesker?

- *Emmely M* af Dorte Karrebæk og Otto Dickmeiss, Dansk Lærereforening 2005. Billedroman om pigen Emmely, der gør alt for ikke at leve op til idealet om, at en rigtig pige skal være stille og artig. Billedromanen kan med sine mange litterære virkemidler bruges i undervisningen i et tematisk arbejde fokuseret på samfundsmæssige forestillinger om pigers adfærd. Er der bestemte måder, piger forventes at opføre sig på? Hvem bestemmer, hvordan man er en rigtig pige? Hvilke fordele og ulemper kan der være ved at efterleve disse idealer og normer?

Sagprosa

Mange unge er utilfredse med deres krop, Børneindblik 2, 2014. Børnerådets Børnepanelrapporter. <http://www.boerneraadet.dk/materialer/boerne-og-ungepanelet>

Film og tv

- *Fucking tøs*, kortfilm af Kira Richards Hansen, 2012. Om Alex, en 12-årig drenge pige, som har svært ved at forholde sig til det at være pige. Hun har opbygget sit eget drengeunivers, hvor hun maler graffiti og strejfer rundt med sine venner. Aggressivt kæmper hun for at holde sine følelser og den spirende seksualitet fra livet. Filmen med tilhørende undervisningsmateriale findes på www.filmcentralen.dk
- DR Skole. "Kroppe er forskellige", små filmklip om kroppe og forskellighed med tilhørende opgaver på www.dr.dk/ugesex
- *Køn og identitet, Køn og krop, Køn og pubertet, Køn og forelskelse*, børn taler om deres forestillinger om køn, www.migogminkrop.dk
- *Børn på skrump og høje hæle*, TV2, 2002, 50 min. (fra 5. klasse) Om engelske piger, der helt ned i 7-8 års alderen er utilfredse med deres udseende og derfor påbegynder slanketure og overdreven motion. Pigerne er sunde og raske og ikke overvægtige, men de er besatte af skønhedsideal omkring vægt, tøj og make-up. Pigerne fortæller, hvordan de oplever deres krop og hvad de gør for at ændre den. Findes på www.mitCFU.dk

Andre links

- Find cases om krop og køn der kan bruges i undervisningen på Børns Vilkårs hjemmeside <http://www.bor-netelefonen.dk/raadgivning/BorneBrevkassen.aspx>

Inspiration til underviseren

- *Åbne og lukkede døre*: en antologi om køn i pædagogik, Ane Kirk, Katrine Scott, Karoline Siemens og Anne Wind (red.), Frydenlund, 2010. Indeholder bl.a. et kapitel om seksualundervisning.
- *Køn og skole*, Temanummer af Unge Pædagoger, nr. 1, 2008
Indeholder artikler om køn og skole skrevet af danske og udenlandske kønsforskere, lærebogsforfattere og en artikel af daværende ligestillingsminister og undervisningsminister.
- *Kønnet i pædagogikken*, temanummer af Dansk Pædagogisk Tidsskrift, nr. 2, 2008
- *Kønsforskelle, hjerne og kognition*, Christian Gerlach, Dansk Pædagogisk Tidsskrift nr. 2, 2008
Christian Gerlach, der er tidligere seniorforsker ved Rigshospitalets Neurobiologisk Forskningsenhed, og nuværende forskningsleder ved Learning Lab Denmark, DPU, gennemgår i artiklen den eksisterende viden om kønsforskelle i neuroanatomi og kognition.
- *Hvorfor æder Askepot min datter?* Af Camilla Mehlsen, Asterisk nr. 61, marts 2012, Institut for Uddannelse og Pædagogik, Aarhus universitet.

Færdigheds- og vidensområde: PUBERTET

IDEER TIL INDHOLD		IDEER TIL AKTIVITETER
Færdighedsmål: <i>Eleven kan diskutere pubertetens betydning for identitet og relationer</i> Vidensmål: <i>Eleven har viden om fysiske og psykiske forandringer i puberteten</i>	- Hvad er pubertet og hvornår kommer man i puberteten? - Hvilke fysiske og psykiske forandringer sker der i puberteten? - Hvordan udvikler kroppen sig fra barn til ung til voksen til gammel? - Hvilke udfordringer og muligheder kan man opleve i forhold til venner og familie i forbindelse med puberteten? - Hvordan kan man håndtere eventuelle spørgsmål, udfordringer og dilemmaer i forbindelse med puberteten?	- Undersøg hvilke forandringer der sker med kroppen og psyken i forbindelse med puberteten, og tal om hvilken betydning de forskellige forandringer kan have i forhold til de fællesskaber unge indgår i (eksempelvis i nære venskaber, i klassefællesskabet, i familien, i fritidsklubben, i sportsklubben). - Quiz, film om pubertet og brug af elementet "Krop" på www.migogminkrop.dk - Undersøg hvilke spørgsmål relateret til pubertet, følelser og forandringer unge stiller på rådgivningssites som Sexlinien.dk og Børnetelefonen. Brug relevante spørgsmål til at tale om udfordringer og handlemuligheder. - Dialog om handlemuligheder i forhold til dilemmaer, problemstillinger og nye muligheder man kan opleve i forbindelse med puberteten. - Dialog om cases med børn, der oplever puberteten på forskellig måde. - Se film og læs litteratur om børn og pubertet. Dialog om de temaer og problematikker, der præsenteres.
FORSLAG TIL SAMARBEJDE MED SUNDHEDSPLEJERSKEN		DEN ÅBNE SKOLE
Tværfaglige muligheder: <i>Dansk, Natur/teknologi, idræt</i>	- Sundhedsplejersken gennemfører individuelle sundhedssamtaler på 6. klassetrin. Inddrag sundhedsplejersken i dialog om, hvordan lokale tendenser fra sundhedssamtalerne og skolens trivselsundersøgelse kan inddrages i konkrete undervisningsforløb. - Derudover gennemføres individuelle eller gruppesamtaler med børn og/eller forældre og andet netværk efter behov. - Sundhedsplejersken skal tilbyde en sundhedspædagogisk aktivitet i form af pubertetsundervisning på 5. klassetrin. Tal med sundhedsplejersken om, hvad der er relevant for klassen og hvordan lærer og sundhedsplejerske kan samarbejde om et forløb. - Sundhedsplejersken kan tilbyde faglig sparring med skolens personale efter behov.	Benyt Kvindemuseets undervisningstilbud "Pigernes og drengenes historier" og "Teenageliv – før og nu". Læs mere på http://kvindemuseet.dk/dk/deltag/undervisning/

Forslag til materialer og henvisninger

Undervisningsmateriale

- *Uge Sex Grundmateriale til 4.-6. klasse.* Undervisningsmateriale med konkrete øvelser (Eksempelvis vurderingsøvelser, quiz, dilemmaøvelser, spil, film, cases mm.) til undervisningen. Fås gratis ved henvendelse til ugesex@sexogsamfund.dk eller ved tilmelding til Uge Sex-kampagnen på www.ugesex.dk
- www.migogminkrop.dk, Sex & Samfund. Lærervejledning kan downloades fra siden.
- *Vi undersøger kroppen*, af Lars Groth og Erik Rønn. Elevgrundbog til natur/teknologi til 4.-6. klasse. Geografforlaget 2005. Findes på www.mitCFU.dk.
- *At være sig selv af Line Anne Roien*, Elevgrundbog til seksualundervisningen, Sex & Samfund, 2010 (afsnit 7: at være i puberteten). www.mitCFU.dk
- Find ideer til øvelser og undervisningsaktiviteter om pubertet på www.bedreseksualundervising.dk
- *Krop og følelser*, sådan er jeg, af Dagmar Geisler, Klematis 2007. Billed- og tekstbog til 4.klasse. Findes på www.mitCFU.dk
- *Det er MIG det handler om*, af Louise Spilsbury, Flachs, 2009. Illustreret bog om de forandringer der sker i puberteten. www.mitCFU.dk
- *Hvad sker der med mig? – dreng*, af Alex Frith, Flachs, 2007. Fagbog om drenges udvikling i puberteten. www.mitCFU.dk
- *Hår - her, der og alle vegne*. En bog om at blive voksen, af Jacqui Bailey, Flachs, 2008. Findes på www.mitCFU.dk.
- *Kærlighed & sex*, af Emma Hamberg, Klematis 2005. Fagbog med interviews af unge piger. www.mitCFU.dk
- *Kroppen*, af Line balle Rasmussen, Meloni 2010. Elevbog om kroppens funktioner. Findes på www.mitCFU.dk.
- *Puberteten - krop, sex og følelser*, af Susan Meredith, Flachs 2005. Illustreret bog om kroppens forandringer i puberteten.

Fiktion

- *Mandfolkebryst og Blød* af Søren Jessen, Fra Den skæve dreng, Gyldendal 2007. I disse to noveller optræder henholdsvis den sent udviklede Emil og pigen Sarah, der kæmper med følelsen af at være tyk. Igennem novelleanalysen og det tematiske arbejde kan der oplagt stilles skarpt på begreber som kropsidealitet, pubertet og kropsidealer. Flere noveller i samlingen "Den skæve dreng" kan med sin fantastiske, realistiske fremstilling og de absurde pubertetsfortællinger indgå i et danskfagligt arbejdet med kroppen som tema.
- *Nice eller Nederen*, Emma 11 år, snart 12 år af Kirsten Ahlburg, Forlaget Turbine, 2011. I bøgerne beskrives de første teenageårs nysgerrighed og spænding gennem karakteren Emma. Bøgerne er skrevet i dagbogsform.
- *Jeg er modig*: indtil en dag bladene forsvinder, roman af Mads Heinesen, Høst og Søn, 2011. Frej er venner med Patrick, som han har kendt siden børnehaven. Sammen begynder de opdagelsen af egen seksualitet, og skønt Frej er forelsket i Cat fra klassen, bliver han i tvivl om, han nu alligevel skulle være bøsse. Om at være i puberteten og den spirende seksualitet.
- *Den hule pige*, af Søren Jessen, Gyldendal, 2000. Novellesamling og kollektivroman om forskellige følelser relateret til puberteten fortalt i et mangetydigt sprog .

Sagprosa

- *Puberteten*, læs om puberteten med tilhørende opgaver på <http://www.migogminkrop.dk/laes/puberteten/>
- *Teenageguide*. Sundhedsstyrelsen, 2009. <http://sundhedsstyrelsen.dk/publ/publ2009/CFF/Unge/Teenageguide.pdf>

Film og tv

- Find små film om puberteten på www.migogminkrop.dk
- *Drengene efter pigerne*, dokumentar af Menna Laura Meijer 2003, findes på www.filmcentralen.dk og på www.mitCFU.dk

- *Dem derovre og de andre*, animationsfilm af Ziska Szemes, 2004. En historie om, hvor svært det er at være 13-14 år. Mie bliver endelig inviteret til den store fest, men vil ikke have sin kejtede veninde Sanne med. Hun ofrer sit venskab med Sanne for at være sammen med de populære piger, men spørgsmålet er, om det var det værd. Findes på www.filmcentralen.dk.
- *Barnerøv*, kortfilm af Camilla Ramonn, 2010. Filmen handler om Felix, der fylder 11 år i morgen. Han er med i en drengebande, og når man fylder 11 år, siger de store drenge, at man skal ned til Sisse på legepladsen. For Sisse, som er 14 år, giver sex for en burger. Det kræver bare at man har pengene til det, og at man ved, hvad sex går ud på. Findes på www.filmcentralen.dk
- *Pin up*, svensk kortfilm med danske undertekster af Mats-Olof Olsson, 1995. Om at være en dreng, der er fyldt 13 år og aldrig har set en nøgen kvinde, og hvad gør man når muligheden pludselig opstår. Se mere om filmen og find undervisningsmateriale på www.filmcentralen.dk. Findes på www.mitCFU.dk.
- *Din fantastiske krop* (5), DR2, 2011, 30 min. Afsnit 5 i dokumentarserien "Viden om". Afsnittet sætter fokus på kroppens udvikling, pubertet og seksualitet. Findes på www.mitCFU.dk.
- *Body Bio* (2) *Pubertet*, DR1, 1992, 30 min. Handler om kroppens udvikling under puberteten. Findes på www.mitCFU.dk
- *Den første kærlighed*, 2007, 40 min. (fra 5. klasse) Dokumentarfilm om Christina på 13 år, der igennem halvandet år er kæreste med Sebastian fra sin klasse. I starten er alt godt. Men Christina bliver let jaloux og omklamrende, fordi hun er bange for at miste Sebastian, og de udvikler et forhold fuld af regler for, hvem de hver især må tale med. Til sidst slår Sebastian op. Bagefter er Christina ked af det, og hun kæmper længe mod følelsen af ensomhed, inden hun igen kan holde ud at være alene uden kæreste. Findes på www.filmcentralen.dk
- *Karla og Jonas*, spillefilm, 2010, 83 min. Filmen om Karla og Jonas er en klassisk feel good film, om den første spirende kærlighed hos den 12 årige Karla. Filmens temaer om familie, spirende pubertet, den første kærlighed og at have nære relationer fortælles i en kronologisk fremadskridende handling med blik for hvad der rører sig især hos pigerne i aldersgruppen 10 - 12 årige. Findes på www.mitCFU.dk
- *5.b*, TV2, 2003, 25 min. Man følger en 5. klasses elever i deres skoledag i Skive og får indblik i den virkelighed, børnene lever i og det, der optager dem. Eleverne er ved at komme i puberteten og det snakker sundhedsplejersken med drengene om. Pigerne og drengene er begyndt at interessere sig for hinanden og de fortæller om, hvordan det er at være kærester og hvor omskiftelig forelskelse er. Findes på www.mitCFU.dk.
- *Det første kys*, DR1, 2001, 12 min. For 11-årige Natali føles det som jordens undergang at få "togskinner" på tænderne. Nu får hun aldrig en kæreste og hun kommer ikke til at kysse Mikkel, som hun er forelsket i. Men heldigvis opdager hun, at Mikkel også har fået bøjle på tænderne. Findes på www.mitCFU.dk

Andre links

- Find cases om at være i puberteten på Børns Vilårs hjemmeside <http://www.bornetelefonen.dk/raadgivning/BorneBrevkassen.aspx>

Færdigheds- og vidensområde: SEKSUALITET

	IDEER TIL INDHOLD	IDEER TIL AKTIVITETER
Færdighedsmål: <i>Eleven kan beskrive seksuel mangfoldighed</i> Vidensmål: <i>Eleven har viden om seksualitet</i>	• Hvad betyder det, at man har en seksualitet? • Hvordan kommer seksualitet til udtryk? • Hvad vil det sige at være forelsket og hvem bliver forelsket i hvem? • Hvad er hetero-, homo- og biseksualitet? • Hvad betyder det at have ret til selv at bestemme, hvordan man vil udleve og udtrykke sin seksualitet? • Hvilke former for seksualitet præsenteres ofte i litteratur og medier? • Hvordan viser vores skole mangfoldighed i forhold til seksualitet? • Hvordan ændrer seksualitet sig fra barn til voksen? • Hvordan kan familier være mangfoldige i forhold seksualitet?	• Tal om hvordan seksualitet handler om mange ting, eksempelvis følelser, nysgerrighed, kærlighed, behov for nærhed, måder man er sammen på i forskellige relationer, og hvem man bliver forelsket i. • Se film og læs litteratur om unge der bliver forelsket for første gang og tal om, hvordan man i forbindelse med puberteten opdager sin seksualitet samt, at det er ens følelser, der afgør, hvem man bliver forelsket i. • Se filmklip og musikvideoer og tal om, hvordan seksualitet kommer til udtryk i disse medier. • Se film om retten til en seksualitet på www.rettentilmig.dk • Se film om familier på www.migogminkrop.dk • Undersøg hvordan seksualiteten kommer til udtryk i ord og billeder på sociale medier. • Undersøg hvad begreberne hetero-, homo- og biseksualitet betyder. Undersøg også hvilke former for seksualiteter, man som ung oftest møder i litteratur og medier, og hvad det betyder for ens egen opfattelse af seksualitet. Lav forslag til, hvad man som ung kan gøre for at få medier til at vise et mangfoldigt billede af seksualitet. Iværksæt konkrete handlinger på baggrund af elevernes forslag. • Tal om retten til selv at bestemme, hvordan man vil udtrykke sin seksualitet, og tal om hvad man kan gøre for, at ingen unge får krænket den ret. • Undersøg om og hvordan skolen og klasselokalet viser mangfoldighed i forhold til seksualitet i de billeder og plakater, der hænger på skolen. Opstil klassens egne visioner og iværksæt konkrete handlinger, der gør skolen mere mangfoldig i forhold til seksualitet. • Se film og læs litteratur, der bryder med normer for seksualitet. • Case- og dilemmaøvelser om unges oplevelser med seksualitet. Inddrag cases der repræsenterer forskellige former for seksualitet.

	FORSLAG TIL SAMARBEJDE MED SUNDHEDSPLEJERSKEN	DEN ÅBNE SKOLE
Tværfaglige muligheder: <i>Dansk, understøttende undervisning</i>	• Sundhedsplejersken gennemfører individuelle sundhedssamtaler på 6. klassetrin. Inddrag sundhedsplejersken i dialog om, hvordan lokale tendenser fra sundhedssamtalerne og skolens trivselsundersøgelse kan inddrages i konkrete undervisningsforløb. • Derudover gennemføres individuelle eller gruppesamtaler med børn og/eller forældre og andet netværk efter behov. • Sundhedsplejersken skal tilbyde en sundhedspædagogisk aktivitet i form af pubertetsundervisning på 5. klassetrin. Tal med sundhedsplejersken om, hvad der er relevant for klassen og hvordan lærer og sundhedsplejerske kan samarbejde om et forløb. • Sundhedsplejersken kan tilbyde faglig sparring med skolens personale efter behov.	• Benyt Kvindemuseets undervisningstilbud "Pigernes og drengenes historier" og "Teenageliv – før og nu". Læs mere på http://kvindemuseet.dk/dk/deltag/undervisning/ • Find tilbud hos Aarhus Kommunes skoletjeneste/kulturtjeneste, som formidler forløb til både dagtilbud, grundskole og ungdomsuddannelser på www.ulfiaarhus.dk

Forslag til materialer og henvisninger

Undervisningsmateriale

- *Uge Sex Grundmateriale til 4.-6. klasse*. Undervisningsmateriale med konkrete øvelser (Eksempelvis vurderingsøvelser, dilemmaøvelser, spil, film, cases mm.) til undervisningen. Fås gratis ved henvendelse til ugesex@sexogsamfund.dk eller ved tilmelding til Uge Sex-kampagnen på www.ugesex.dk
- www.migogminkrop.dk, Sex & Samfund. Lærervejledning kan downloades fra siden.
- Find øvelser på www.bedresekualundervisning.dk.
- *Familier, Uge Sex Temamateriale 2013 om familier og mangfoldighed*. Fås gratis ved henvendelse til ugesex@sexogsamfund.dk eller ved tilmelding til Uge Sex-kampagnen på www.ugesex.dk
- *At være sig selv* af Line Anne Roien, Elevgrundbog til seksualundervisningen, Sex & Samfund, 2010 Findes på www.mitCFU.dk.
- www.rettentilmig.dk, undervisningsmateriale om de seksuelle rettigheder. Red Barnet og Sex & Samfund.

Fiktion

- *Mandfolkebryst og Blød af Søren Jessen*, fra Den skæve dreng, Gyldendal, 2007. I disse to noveller optræder henholdsvis den sent udviklede Emil og pigen Sarah, der kæmper med følelsen af at være tyk. Igennem novelleanalysen og det tematiske arbejde kan der oplagt stilles skarpt på begreber som kropsidealitet, pubertet og kropsidealer. Flere noveller i samlingen "Den skæve dreng" kan med sine fantastiske, realistiske fremstillinger og de absurde pubertetsfortællinger indgå i et danskfagligt arbejdet med kroppen som tema.

- *Nice eller Nederen, Emma 11 år, snart 12 år* af Kirsten Ahlburg, Forlaget Turbine, 2011. I bøgerne beskrives de første teenageårs nysgerrighed og spænding gennem karakteren Emma. Bøgerne er skrevet i dag-bogsform.
- *Jeg er modig: indtil en dag bladene forsvinder*, roman af Mads Heinesen, Høst & Søn, 2011. Frej er venner med Patrick, som han har kendt siden børnehaven. Sammen begynder de opdagelsen af egen seksualitet, og skønt Frej er forelsket i Cat fra klassen, bliver han i tvivl om, han nu alligevel skulle være bøsse. Om at være i puberteten og den spirende seksualitet.
- *Poesi for papfamilier*, af Anna Libak, Bianco Luno 2010. En samling digte, rim og remser, som tematiserer forskellige dele af familielivet. Til temaet "familien" anbefales digtene: "Tur-Retur" om skilsmisse og splittelse, "Papfar" om langsom accept af sin papfar, "En far i stereo" om et polygamt forhold samt "Paradokser" om en forvirret kernefamilie.
- *Aksel højhus får en familie*, af Gitte Løkkegaard, Carlsen 2003. Vennerne Aksel og Holger bor sammen med blot én forælder hver, og de beslutter sig for at tage ud på en lang rejse for at finde en "rigtig familie". Deres rejse ender, hvor den begyndte. De erkender at de allerede har en "rigtig familie" med deres respektive forældre, med dragshow-sangerinden Steen og hans mand Mogens samt punkeren Sidsel.

Sagprosa

- *Teenageguide*. Sundhedsstyrelsen, 2009. <http://sundhedsstyrelsen.dk/publ/publ2009/CFF/Unge/Teenageguide.pdf>

Film og tv

- *Fucking tøs*, kortfilm af Kira Richards Hansen, 2012. Om Alex, en 12-årig drengepige, som har svært ved at forholde sig til det at være pige. Hun har opbygget sit eget drengeunivers, hvor hun maler graffiti og strejfer rundt med sine venner. Aggressivt kæmper hun for at holde sine følelser og den spirende seksualitet fra livet. Filmen med tilhørende undervisningsmateriale findes på www.filmcentralen.dk
- *Jeg er fantastisk – vi er kærestes*, dokumentar af Klaus Kjeldsen, 2013. Del af dokumentarserie af Klaus Kjeldsen med animation af Stine Marie Buhl, 2013. En serie, hvor børnene fortæller om de følelser som børn tumler med i årene, hvor de både er store og små på samme tid. Se filmen med tilhørende undervisningsmateriale på www.filmcentralen.dk
- *Forelskelse*, korte film med forskellige vinkler på forelskelse på www.migogminkrop.dk
- *Drengene fra Ølsemagle*, dokumentar af Anders Gustafsson, 1999. Hvordan får man en kæreste? Skriver et brev? Får en veninde til at spørge? Spørger selv? De spørgsmål optager Nicolai, Peter, Stephan, Lars og de andre unge fra fritidscentret Bag Skorstenen i Ølsemagle. Filmen følger drengene i deres hverdag på skolen, til fest og i klubben, hvor der blandt andet arrangeres modeshow. Filmen findes på www.filmcentralen.dk
- *Kys eller kontanter*, Svensk kortfilm af Malou Schultzberg, 2005. Ulla, Bengt og Leif på 11 år tilbringer sommerferien sammen ved en friluftsbadeanstalt i 1950'ernes Sverige. De udspionerer de nøgne damer, som tager solbad i det aflukkede område. Ulla udfordrer drengene til at gå gennem damernes afdeling udklædt som piger. Som præmie kan de vælge imellem at få hendes lomme penge eller et kys. Findes på www.filmcentralen.dk
- *Barnerøv*, kortfilm af Camilla Ramonn, 2010. Filmen handler om Felix, der fylder 11 år i morgen. Han er med i en drengebande, og når man fylder 11 år, siger de store drenge, at man skal ned til Sisse på legepladsen. For Sisse, som er 14 år, giver sex for en burger. Det kræver bare at man har pengene til det, og at man ved, hvad sex går ud på. Findes på www.filmcentralen.dk
- *Pin up*, svensk kortfilm med danske undertekster af Mats-Olof Olsson, 1995. Om at være en dreng, der er fyldt 13 år og aldrig har set en nøgen kvinde, og hvad gør man når muligheden pludselig opstår. Se mere om filmen og find undervisningsmateriale på www.filmcentralen.dk. Findes på www.mitCFU.dk.
- *Homoseksualitet og identitet*, temapakke fra Filmcentralen med en række film om homoseksualitet og identitet med tilhørende undervisningsvejledning. www.filmcentralen.dk

Andre links

- Find cases om seksualitet, der kan bruges i undervisningen hos Børns Vilkårs Børnebrevkasse www.borne-telefonen.dk/raadgivning/BorneBrevkassen.aspx og hos Sexlinien for Unge på www.sexlinien.dk

Inspiration til underviseren

- Læs om seksualitet på www.sexlinien.dk

