



BØRN OG UNGE
Aarhus Kommune

SEX
SAMFUND



Vejledning til seksualundervisning i Aarhus Kommune

Inspiration til planlægning af undervisning i sundheds- og seksualundervisning
og familiekundskab i Aarhus Kommune i 0.-9. klasse

Indhold

- s. 3 **Introduktion**
- s. 6 **Skolebaseret tilgang**
- s. 7 **Fælles Mål, læseplan og vejledning**
- s. 9 **Sex & Samfunds undervisningsprincipper**
- s. 13 **Ansvars- og rollefordeling**
- s. 15 **Planlægning af SSF på skolen**
- s. 19 **Planlægning i indskoling**
- s. 30 **Planlægning på mellemtrinnet**
- s. 38 **Planlægning i udskoling**
- s. 47 **Undervisnings- og rådgivningstilbud fra Sex & Samfund**

Sex & Samfund

Sex & Samfund kæmper nationalt og internationalt for alles lige ret til at bestemme over egen krop og seksualitet.

Læs mere om Sex & Samfund på www.sexogsamfund.dk

©Aarhus Kommune og Sex & Samfund, 2020.

Indhold: Sex & Samfund

Ansvarshavende redaktør: Børn og Unge, Aarhus Kommune

Layout: Børn og Unge, Aarhus Kommune

Fotos: Pernille A. Egebæk og Per Kristensen, Sex & Samfund

Introduktion

I Aarhus Kommune underviser både lærere og sundhedsplejersker i det obligatoriske emne Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab. Lærerne varetager den almindelige undervisning i emnet, og sundhedsplejerskerne varetager bl.a. en supplerende undervisning i form af pubertetsundervisning på mellemtrinnet og seksualundervisning i udskoling.

Det er vigtigt, at både lærere og sundhedsplejersker oplever, at det at undervise i seksualundervisning er en væsentlig og relevant opgave, og at den er forholdsvis let tilgængelig! Derfor er der nu lavet en ny Vejledning til seksualundervisning i Aarhus Kommune.

Vejledningen her er et bud på, hvordan der kan tages hånd om Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab. Den er udarbejdet af Sex & Samfund i samarbejde med Aarhus Kommune og indeholder eksempler på, hvordan kan undervisningen integreres i skolens skemalagte fag fra 0.-9. klasse og kan bruges som inspiration i skolens egen planlægning.

Både i Aarhus som på landsplan viser undersøgelser, at flere elever oplever, at de ikke har nok viden inden for kompetenceområdet Krop, køn og seksualitet. Derfor er der behov for at arbejde endnu mere med dette område i seksualundervisningen, og her sætte fokus bl.a. normer og idealer, familieliv, reproduktion, pubertet, prævention, seksualitet, og seksuelle rettigheder.

I vejledningen finder I forslag til emner, I kan undervise i på de enkelte klassetrin samt inspiration til konkrete undervisningsforløb og –aktiviteter. Eksemplerne henviser til undervisningsforløb, som kan tilgås gratis på www.underviserportal.dk og til andre relevante materialer, herunder Åben Skole-tilbud i Aarhus Kommune. På www.underviserportal.dk findes der også undervisningsmaterialer til elever med særlige behov på mellemtrinnet og i udskoling. Der er også udgivet en værktøjskasse med materialer til brug ved pubertets- og seksualundervisning i 5. og 8. klasse. Hæftet kan benyttes som inspiration til både sundhedsplejers supplerende undervisning men også til læreres almindelige undervisning i emnet.

Vi anbefaler, at man som del af den generelle årsplanlægning på skolen udarbejder en samlet oversigt over sundheds- og seksualundervisningen på de enkelte klassetrin. Denne vejledning indeholder en skabelon, der kan anvendes i den forbindelse.

Vær opmærksom på, at Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab er obligatorisk i den danske folkeskole fra 0.-9. klasse. Rammer og mål for undervisningen er beskrevet i Fælles mål for sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab. SSF er et obligatorisk emne, men der er ikke afsat et selvstændigt timetal til undervisningen. Undervisningen skal derimod integreres i skolens skemalagte fag. Det er skolelederens ansvar at tage beslutning om hvilke fag, SSF skal integreres i, og at kompetencemålene for SSF efter 3., 6. og 9. klasse opfyldes. Da SSF skal integreres i undervisningen fra 0.-9. klasse og i en bred vifte af fag, er det en beslutning, der kræver et samlet overblik over undervisningen på skolens forskellige trin og en ansvarsfordeling mellem skolens medarbejdere og faggrupper.

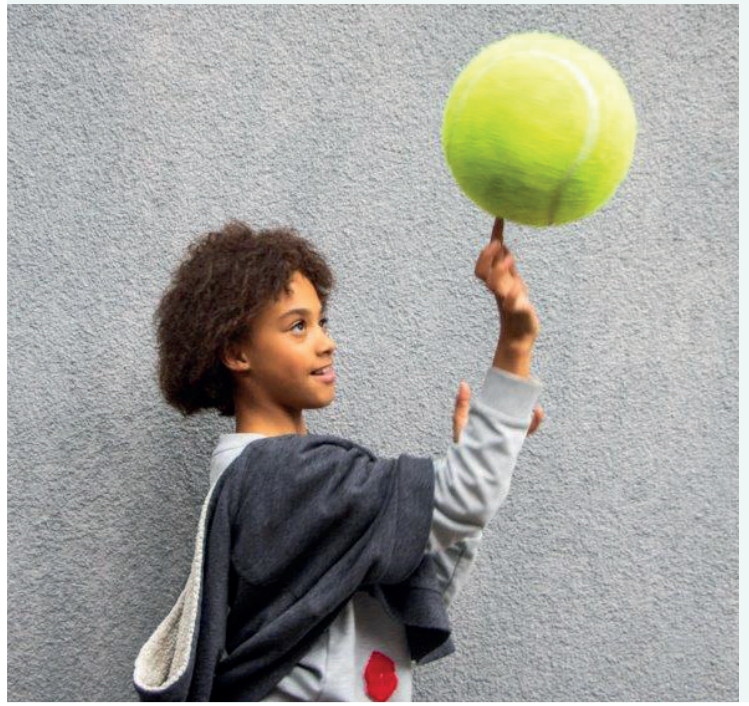
Venlig hilsen
Børn og Unge, Aarhus Kommune og Sex & Samfund

Lokal sundhedsmåling

Hvert år indsamler Undervisningsministeriet den nationale trivselsmåling. Aarhus Kommune supplerer denne undersøgelse med en sundhedsmåling på alle 4.-10. klasser i kommunen. Målingen spørger til elevernes fysiske og mentale sundhed, herunder livstilfredshed og samvær med andre. På de ældste klasser spørges der også til, om eleverne har viden om blandt andet kroppen, pubertet, prævention, køn og seksualitet.

I planlægningen af undervisning i SSF kan du med fordel orientere dig i resultaterne, som også kan vises på skole- og klasseniveau. Data er anonymiseret men kan bidrage til billedet af, hvordan det står til i din klasse eller på skolen, og hvilke emner der kunne være særligt relevante at bringe op i undervisningen. Du finder resultaterne [her \(link\)](#)





Skolebaseret tilgang

En skolebaseret tilgang indebærer, at alle skolens aktører involveres i et fælles skolemiljø, og at der på skolen bliver taget et overordnet ansvar og lagt en plan for en sammenhængende undervisning i SSF på hele skolen. Der foregår meget undervisning i seksual- og sundhedsundervisning og familiekundskab ude i klasserne, men i stedet for alene at lade det være op til de enkelte lærere i klasserne at vurdere, hvornår der er et aktuelt behov for sundheds- og seksualundervisning, lægger vi med denne vejledning op til en systematisering af undervisningen.

Når læreren alene har ansvaret for at prioritere undervisning i SSF, kan det være vanskeligt både at afsætte tid til det i et ellers tætpakket skoleskema, men også at vurdere den enkelte klasses faglige udgangspunkt. Desuden kan undervisning i emnet nemt blive til noget, der kun sker ved akutte behov i klassen i forbindelse med konkrete opståede situationer i klassen. Dette sikrer ikke, at undervisningen lever op til Fælles Mål for emnet, og samtidig giver det ringe vilkår for forældreinddragelse og tværfagligt samarbejde, som læseplanen for emnet lægger op til. Når der arbejdes skolebaseret, bliver emnet systematiseret, så det ikke længere er tilfældigt eller udelukkende afhængigt af den enkelte lærers behovsvurderinger, hvilken sundheds- og seksualundervisning eleverne modtager.

Med en sådan systematisering bliver der taget et overordnet ansvar for emnet, og der sikres en prioritering af emnet på hele skolen. Der bliver givet en klar rollefordeling mellem skolens fagpersoner, så opgaven løftes bredt af hele skolen. Samtidig prioriteres et tværfagligt samarbejde både lærere imellem men også med inddragelse af pædagoger, sundhedsplejersker og eventuelle eksterne undervisere. Desuden bliver det i en skolebaseret tilgang systematiseret, hvordan konkrete undervisningsforløb retter sig mod de videns- og færdighedsområder, der er for emnet. Dette lægger op til en faglig progression i emnet, som ligner folkeskolens obligatoriske fag.

En skolebaseret indsats betyder altså, at skolen systematiserer en helhedsorienteret, sammenhængende, tværfaglig og ledelsesprioriteret undervisning i seksual- og sundhedsundervisning og familiekundskab.

Fælles Mål, læseplan og vejledning

Den obligatoriske ramme for sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab i folkeskolen er beskrevet i **Fælles Mål og den tilhørende læseplan (link)**. SSF er et obligatorisk emne i skolen, men der er ikke som udgangspunkt fastsat et bestemt antal lektioner til emnet. Emnet skal derimod integreres i skolens skemalagte fag. Til SSF hører også en vejledning om muligheder for planlægning, gennemførelse og evaluering af undervisningen og om de lovbestemmelser og Fælles Mål, der knytter sig til emnet.

Fælles Mål for sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab

Undervisning i SSF skal udvikle elevernes kompetencer til at fremme sundhed og trivsel. Formålet med emnet er, at eleverne opnår forståelse for samspillet mellem sundhed, seksualitet og familieliv og opnår erkendelse af egne grænser og rettigheder.

Fælles Mål for emnet er opdelt i to kompetenceområder: 1) Sundhed og trivsel og 2) Køn, krop og seksualitet. Der er kompetencemål til hvert af områderne efter 3., 6. og 9. klasse. Kompetencemålene er konkretiseret i en række obligatoriske Færdigheds- og vidensområder med tilhørende vejledende Færdigheds- og vidensmål.

Kompetenceområde	Efter 3. klassetrin	Efter 6. klassetrin	Efter 9. klassetrin
Sundhed og trivsel	Eleven kan forklare, hvad der fremmer sundhed og trivsel i eget liv	Eleven kan fremme sundhed og trivsel på skolen	Eleven kan fremme egen og andres sundhed og trivsel med udgangspunkt i demokrati og rettigheder
Køn, krop og seksualitet	Eleven kan samtale om mangfoldighed i forhold til krop og køn med udgangspunkt i eget liv	Eleven kan analysere mangfoldighed i krop, køn og seksualitet	Eleven kan vurdere normer og rettigheder for krop, køn og seksualitet i et samfundsmæssigt perspektiv

Læseplan for sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab

Læseplanen for emnet beskriver grundlaget for undervisningen i SSF blandt andet ved at fortolke forholdet mellem skolens formål, lovens centrale bestemmelser om undervisningens tilrettelæggelse og bestemmelser for emnet i Fælles Mål.

Læseplanen er obligatorisk medmindre den enkelte folkeskoles kommune har vedtaget en kommunal læseplan for emnet, der så erstatter den nationale læseplan. Aarhus Kommune har ikke en særskilt læseplan.

Vejledning for sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab

Ministeriet har udarbejdet en undervisningsvejledning, der informerer om de bestemmelser i folkeskoleloven og i Fælles Mål, som drejer sig om undervisning i emnet. Den støtter lærerens tilrettelæggelse og gennemførelse af undervisningen ved at forklare og give eksempler på centrale dele af emnets indhold. Vejledningen giver også inspiration til undervisningen ved at beskrive forskellige valg i forhold til planlægning, gennemførelse og evaluering.

Fælles Mål, læseplan og vejledning kan findes på Danmarks læringsportal www.emu.dk.

I 2013 udarbejdede Aarhus Kommune i samarbejde med Sex & Samfund en vejledning til undervisning i SSF på kommunens skoler, der nu er revideret og genudgivet i denne nye udgave.

Sex & Samfunds undervisningsprincipper

Formålet med Sex & Samfunds sundheds- og seksualundervisningsindsatser er:

- At børn og unge udvikler handlekompetence i relation til seksualitet, trivsel, rettigheder og sundhed
- At bidrage til øget anerkendelse af mangfoldighed og bekæmpelse af diskrimination.

Alle Sex & Samfunds undervisningsindsatser til grundskolen tager udgangspunkt i den ramme, der beskrives i Fælles Mål for sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab og Sex & Samfunds undervisningsprincipper.

Sex & Samfunds tilgang til sundheds- og seksualundervisning er baseret på en anbefaling om et trykt læringsrum samt seks grundlæggende pædagogiske og didaktiske principper, som Aarhus Kommune tilslutter sig:

1. **Børn og unge er kompetente aktører**
2. **Et aktivt læringssyn**
3. **Handlingsorienteret viden**
4. **Det brede positive sundhedssyn**
5. **Et positivt syn på seksualitet**
6. **Forskelligheder og mangfoldighed er en ressource**

1 Børn og unge er kompetente aktører

I sundheds- og seksualundervisningen skal børn og unge ses som kompetente aktører i deres eget liv. Elevernes ressourcer skal tages alvorligt og bruges aktivt i planlægning, gennemførelse og evaluering af undervisningen på alle klassetrin. Det skaber ejerskab og udvikler elevernes kompetencer til at være aktive medborgere i samfundet. Det betyder, at elevmedbestemmelse og -inddragelse i undervisningen er afgørende for god sundheds- og seksualundervisning.

2 Et aktivt læringssyn

En undervisning, der har som mål at udvikle handlekompetence, skal være baseret på et aktivt læringssyn. Eleverne skal undersøge problemstillinger i bøger, på nettet og i mødet med hinanden og underviseren. Det er eleverne, der skal finde både spørgsmål og svar – naturligvis med relevant modspil fra underviseren. Eleverne kan være aktive og deltagende på mange måder, og forskellige elever og aldersgrupper vil have forskellige muligheder. I Sex & Samfund bruger vi eksempelvis dialogbaseret undervisning med fokus på rollespil, dilemma- og vurderingsøvelser, interviews samt arbejde i mindre og større grupper.

3 Handlingsorienteret viden

Sundheds- og seksualundervisningen skal naturligvis bidrage til udvikling af elevernes viden. Men det er ikke helt ligegyldigt, hvordan viden forstås, hvis målet er udvikling af handlekompetence.

Viden må være handlingsorienteret, hvilket betyder, at det må inkludere fire dimensioner:

1. viden om effekter
2. viden om årsager
3. viden om forandringsstrategier
4. viden om alternativer

Ofte fokuserer sundheds- og seksualundervisningen imidlertid kun på de to første dimensioner. Fx undervisning om prævention og seksygdomme der kun handler om, at usikker sex (årsag) kan føre til uønsket graviditet eller smitte med seksygdomme (effekt).

For at inkludere de to andre dimensioner må undervisningen imidlertid også handle om, hvad der for eksempel skal til for at få unge til at dyrke sikker sex (forandringsstrategier), og hvilke visioner eleverne selv har for deres eget liv (alternativer).

Disse to sidste dimensioner er vigtige forudsætninger, dels for elevernes evne til at kunne se nye handlemuligheder for dem selv og andre, dels for at sundheds- og seksualundervisningen øger elevernes kompetencer og motivation til at skabe forandringer.

4 Det brede positive sundhedssyn

I Fælles Mål for sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab slås det fast, at sundheds- og seksualundervisningen skal baseres på et positivt og bredt sundhedssyn. I praksis betyder det, at man i undervisningen både skal inddrage perspektiver omkring forebyggelse og fremme af sundhed og trivsel i relation til sundheds- og seksualundervisningens temaer omkring krop, køn, relationer, sex og seksualitet. Et andet væsentligt element i det brede positive sundhedssyn er, at der skal lægges vægt på sammenhængen mellem livsstil og levevilkår samt handlemuligheder i forhold til at påvirke de levevilkår, der har betydning for ens seksuelle sundhed og trivsel.

5 Et positivt syn på seksualitet

Sex & Samfunds udgangspunkt er, at seksualitet er en almindelig del af de fleste menneskers liv både børns, unges og voksnes, og at seksualiteten er dynamisk og kan ændre og udvikle sig hele livet igennem. Med udgangspunkt i de seksuelle rettigheder¹ mener Sex & Samfund, at børn og unge har ret til deres seksualitet. Det vil sige ret til at udøve den, tale om den og udforske den, uden det forbindes med noget skamfuldt eller forbudt. Denne positive tilgang betyder ikke, at man som underviser skal undlade at italesætte de udfordringer og problematikker, der knytter sig til seksualitet og sex. Men det betyder, at man skal træffe et valg om at sætte et positivt fokus på seksualitet og trivsel gennem de fortællinger, eksempler og øvelser, der anvendes.

6 Forskelligheder og mangfoldighed er en ressource

I sundheds- og seksualundervisningen er det vigtigt at opfatte forskelligheder og mangfoldighed som en ressource. Fokus på forskelligheder og mangfoldighed er medvirkende til, at alle elever uanset deres køn, seksualitet, krop, familier, religion, etnicitet, funktionsnedsættelser med mere oplever, at undervisningen er rettet imod dem. Fordi den handler om emner, der er relevante for dem ud fra eksempler, der inkluderer dem, og gennem arbejdsmåder, der taler til dem.

¹ De seksuelle rettigheder er formuleret af den internationale organisation IPPF (International Planned Parenthood Federation), som Sex & Samfund er medlem af. Rettighederne tager udgangspunkt i FN's Menneskerettighedserklæring og Børnekonventionen, som Danmark har underskrevet. Læs mere om rettighederne på lppf.org (Sexual rights: an IPPF declaration).

Når man skal arbejde med princippet om forskelligheder og mangfoldighed, kan man anvende en normkritisk tilgang til undervisningen.

At undervisningen er normkritisk betyder, at man reflekterer over gældende normer for eksempelvis krop, køn, familier og seksualitet. Det gøres gennem eksempler, fortællinger, billeder, film og øvelser, der viser mangfoldighed og brud på normer.

Formålet er at udvikle elevernes bevidsthed om de normer i klassen, familien og samfundet, der påvirker dem med henblik på at øge deres handlemuligheder i forhold til at udvide eller bryde med disse.

I planlægningen af undervisningen bør man som underviser derfor altid overveje, hvilke normer man bevidst eller ubevidst formidler i mødet med eleverne - og hvordan det påvirker elevernes handlemuligheder.

Det trygge rum

International forskning viser, at hvis seksualundervisning skal skabe sundhedsfremmende ændringer for eleverne, så er det vigtigt, at undervisningen foregår i et trygt socialt miljø, hvor der kommunikeres åbent om sex og relaterede temaer. Det påpeges også, at underviserens evne til at skabe en troværdig og tillidsfuld relation til eleverne er afgørende for, om undervisningen kan fremme en forandringsproces.

Sex & Samfunds erfaringer har også vist, at elever, der oplever sundheds- og seksualundervisningen som et utrygt forum, for eksempel undlader at stille spørgsmål af frygt for at blive grinet af eller at udstille sig selv. Et trygt læringsrum er en forudsætning for, at eleverne oplever tillid og åbenhed over for hinanden, og at der er plads til at stille spørgsmål og sammen undersøge, hvad de forskellige emner og dilemmaer handler om.

Underviserens ansvar

Det er underviserens ansvar at skabe trygge rammer for undervisningen. For nogle elever kan der være en usikkerhed og utryghed omkring, hvad sundheds- og seksualundervisningen handler om, og hvad der skal ske. Man kan imødekomme og minimere denne usikkerhed ved at være tydelig omkring, hvad der skal foregå og ved at fastsætte klare aftaler for undervisningen sammen med eleverne.

For eleverne er det desuden afgørende for udbyttet af undervisningen, at de oplever, at der er respekt for hinandens forskellige erfaringer og synspunkter. Det er derfor vigtigt, at man er opmærksom på og reagerer på drillende eller diskriminerende udsagn. Det kan være nedgørende kommentarer i forhold til seksualitet, seksuelle lyster, bestemte måder at være dreng og pige på og fordomsfulde kommentarer i forhold til etnicitet og hudfarve.

Redskaber til at sætte grænser

For nogle elever kan det opleves som tabubelagt og grænseoverskridende at tale om krop, sex og seksualitet. Derfor er det vigtigt at sikre, at alle elever har redskaber til selv at sætte grænser, hvis der er noget, de finder ubehageligt eller ikke ønsker at deltage i. Man kan eksempelvis give eleverne mulighed for at melde fra som aktiv deltager i forhold til konkrete øvelser og diskussioner. Det anbefales, at underviseren sammen med eleverne aftaler, hvad de konkret kan gøre, hvis man ønsker at melde fra.

Et godt udgangspunkt for at skabe tryghed i undervisningen er at anonymisere denne ved at aftale, at hverken elever eller underviser taler om egne erfaringer. Det betyder for eksempel, at der tages afsæt i fiktive eller autentiske historier om børn og unge frem for elevernes egne erfaringer. Det er underviserens opgave at støtte eleverne i at holde fast i dette. At skabe et trygt læringsrum kræver, at man som underviser er bevidst om denne opgave og er opmærksom på elevernes signaler individuelt og som gruppe.

Forslag til aftaler om det trygge rum

- Alle ved, hvad der skal ske.
- Man deltager men har mulighed for at sige fra.
- Der er respekt for forskelligheder.
- Homofobi og andre diskriminerende kommentarer accepteres ikke.
- Deltagere og undervisere taler ikke privat eller meget personligt om sig selv eller andre.



Ansvars- og rollefordeling

Ansvars- og rollefordeling er vigtig i forhold til sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab, fordi undervisning som udgangspunkt er et ansvar for alle skolens professionelle. I afsnittet her følger Sex & Samfunds forslag til ansvars- og rollefordeling blandt skolens professionelle. Dette suppleres med inspiration til, hvordan elevernes, forældrenes og skolebestyrelsens rolle kan forstås. Da vejledningen her ikke er tiltænkt elever eller forældre men derimod skolens professionelle, beskriver den, hvordan skolens fagpersoner kan være opmærksomme på elever og forældres rolle og på at inddrage elever, forældre og skolebestyrelse i seksualundervisningen.

Skoleledelse

Skoleledelsen træffer overordnet beslutning om, hvordan undervisning i SSF implementeres i skolens skema, hvordan trivsel og respekt for forskellighed i forhold køn, krop og seksualitet integreres i skolens pædagogiske arbejde, og hvordan der samarbejdes mellem skole og hjem på området.

Skoleledelsen igangsætter arbejdet med udvikling af en samlet oversigt over undervisning i SSF på skolen fra 0.-9. klasse og uddelegerer ansvaret for den konkrete planlægning til vejledere for undervisning i SSF på skolen.

Vejleder

Der tilknyttes en vejleder til indskoling, en til mellemtrinnet og en til udskoling. Vejlederne har til opgave at koordinere undervisning i SSF med det øvrige personale på skolen og herigennem sikre en systematik og progression i arbejdet med emnet på skolen. Konkret har vejlederen til opgave at sørge for, at den generelle årsplanlægning også inkluderer undervisning i SSF og for at udarbejde et samlet overblik over, hvordan det integreres på skolens forskellige klassetrin. Vejlederne har også til opgave at give faglig inspiration og sparring til skolens øvrige personale og derigennem styrke det faglige miljø omkring undervisningen i emnet på skolen.

Vejlederen har desuden til opgave at koordinere brugen af ekstern undervisning på de forskellige klassetrin. I samarbejde med skoleledelsen og afhængigt af de kommunale tilbud besluttet det, hvordan skolen gør brug af eksterne undervisere.

Lærer

Skolens lærere har til opgave at undervise eleverne i SSF ud fra kompetencemål og områder beskrevet i Fælles Mål, den nationale eller den kommunale læseplan og retningslinjerne på skolen. Undervisningen kombineres med de obligatoriske fag, som læreren underviser i. Læreren tager initiativ til at inddrage elevernes forældre i dialog om emner relateret til skolens undervisning i emnet. Her kan samarbejde med skolens pædagoger og sundhedsplejerske også indgå.

Pædagog

Pædagogen kan facilitere øvelser og generelt sparre med læreren om, hvordan undervisningen gribes an. Pædagogen kan også i det generelle pædagogiske arbejde med børnene være opmærksom på normer om køn, krop og seksualitet i klassen og arbejde med at skabe fællesskaber i klassen, der kan inkludere mangfoldighed i forhold til køn, krop og seksualitet.

Sundhedsplejen

Sundhedsplejersker bidrager til undervisningen med en særlig sundhedsfaglig viden. Denne viden kan med fordel inddrages i den del af undervisningen, som relaterer sig til videns- og færdighedsområder om pubertet og seksuel sundhed. Sundhedsplejersken samarbejder med pædagogen og læreren om, at fremme elevernes trivsel og respekt for køn, krop og seksualitet. Sundhedsplejersken kan gennem individuelle samtaler med eleverne have blik for områder af undervisningen, det kan være særligt relevant at tage op i undervisning af klassen. Sundhedsplejersken er tilgængelig på skolen og kan kontaktes i forbindelse med planlægning af pubertets- eller seksualundervisning. Sundhedsplejersken i Aarhus Kommune underviser på udvalgte klassetrin. Du kan finde kontaktoplysninger på din skoles sundhedsplejerske på [Sundhedsplejens hjemmeside \(link\)](#).

Ekstern underviser

En ekstern underviser, for eksempel fra Sex & Samfund, kan bruges som et supplement til skolens sundheds- og seksualundervisning. Ved brug af en ekstern underviser får eleverne mulighed for at stille nogle spørgsmål, som de måske helst vil undgå at stille de lærere og pædagoger, som de ser til daglig.

Skolebestyrelsen

Den samlede oversigt over undervisning i SSF på skolen fra 0.-9. klasse udarbejdet af skolens fagpersoner bringes op i skolebestyrelsen og tilpasses på baggrund af anbefalinger fra skolebestyrelsen.

Elev

Alle elever har krav på en god og systematisk undervisning i SSF. Det kan en samlet plan for undervisning i emnet på skolen hjælpe på vej. I skolerne foregår megen undervisning i SSF i dag ved, at der opstår et behov i klassen for at tale om et emne, som så bliver omdrejningspunktet for undervisningen. Det er vigtigt, at undervisningen bliver både systematisk, så der sikres en faglig progression og bredde i undervisning og spontan, så undervisningen forholder sig til og svarer på de spørgsmål, eleverne måtte have til emner om køn, krop og seksualitet.

Medinddragelse af eleverne er gennemgående et vigtigt opmærksomhedspunkt i tilrettelæggelsen af undervisningen. Det er særligt vigtigt i de enkelte klasser og den undervisning i SSF, der foregår der, men det kan også være relevant at inddrage skolens elevråd.

Forælder

Sex & Samfund anbefaler, at skolens plan for undervisning i SSF er tilgængelig på skolens hjemmeside, så forældre kan orientere sig og følge den undervisning, der er planlagt for elevernes skoletid. Sex & Samfund anbefaler ligeledes, at forældrene løbende inddrages og informeres om, hvor de kan finde viden og rådgivning til at tale med deres børn om køn, krop og seksualitet. Eksempler på hvordan dette kan gøres, fremgår af planlægningsmodellerne i denne vejledning.

Eksterne aktører

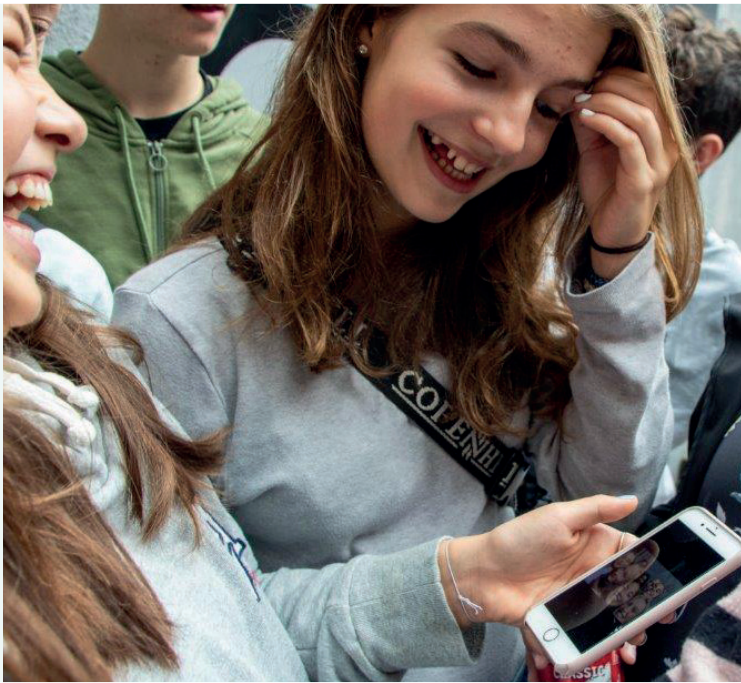
Det er oplagt at bruge Åben skole-tilbud, eksterne undervisere samt at inddrage lokale aktører i undervisning i SSF, fx kulturtilbud som museum og biograf. Vejledningen her giver inspiration til forskellige Åben skole-tilbud, som udbydes enten landsdækkende eller i Aarhus Kommune.

Planlægning af undervisning i Seksual- og sundhedsundervisning og familiekundskab på skolen

Modellen herunder kan bruges som inspiration til en samlet plan på skolen, der viser, hvordan krav og mål til sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab beskrevet i Fælles Mål kan omsættes til konkret undervisning på de enkelte klassetrin.

Klassetrin	Færdigheds- og vidensområde i SSF	Underviser	Skole-hjemssamarbejde
0. Klasse	Familieliv Reproduktion Sundhedsfremme	Lærer eller pædagog	Information til forældre om Sex & Samfunds forældresite www.sexogsamfund.dk/forældre
1. Klasse	Krop Følelser Livsstil	Lærer eller Pædagog	Inspirationsfolder til forældre om at tale med deres barn om følelser, krop og grænser. Tilgængelig på www.underviserportal.dk under <i>Skole-hjem</i> og <i>materialer</i> .
2. Klasse	Normer og idealer Personlige grænser Levevilkår	Lærer eller pædagog	Information om tema om køn på Sex & Samfunds forældresite
3. Klasse	Personlige grænser Krop Rettigheder	Lærer eller pædagog	Forældremøde om trivsel online. Udgangspunkt i dilemmakort fra Sex & Samfund. Tilgængelig på www.underviserportal.dk under <i>Skole-hjem</i> og <i>Til forældremødet</i> .
4. klasse	Normer og idealer Krop Sundhedsfremme	Lærer eller pædagog	Information om tema om kroppen på Sex & Samfunds forældresite
5. klasse	Pubertet Personlige grænser Venskaber	Lærer Sundhedsplejerske	Forældremøde, eventuelt med oplæg om pubertet fra sundhedsplejersken Information om tema om pubertet på Sex & Samfunds forældresite

6. klasse	Seksualitet Rettigheder Livsstil Levevilkår	Lærer	Information om tema om intime grænser på Sex & Samfunds forældresite
7. klasse	Personlige grænser Normer og idealer Livsstil Levevilkår	Lærer	Fokus på krop og grænser på forældremøde med udgangspunkt i dilemmakort fra Sex & Samfund på www.underviserportal.dk under <i>Skole-hjem og Til forældremødet</i>
8. klasse	Seksuel sundhed Relationer Seksuelle rettigheder Ulighed i sundhed	Lærer Ekstern underviser Sundhedsplejerske	Forældremøde om køn, krop, seksualitet og grænser online Information om tema om porno på Sex & Samfunds forældresite
9. klasse	Personlige grænser Relationer Sundhedsfremme	Lærer Ekstern underviser	



Planlægning i indskoling

Fælles Mål for sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab

Kompetenceområde	Kompetencemål efter 3. klassetrin	Færdigheds- og vidensområder
Sundhed og trivsel	Eleven kan forklare, hvad der fremmer sundhed og trivsel i eget liv	Sundhedsfremme Livsstil Levevilkår Rettigheder Personlige grænser Følelser
Køn, krop og seksualitet	Eleven kan samtale om mangfoldighed i forhold til krop og køn med udgangspunkt i eget liv	Normer og idealer Krop Familieliv Reproduktion

Kompetence-, færdigheds- og vidensområder fra sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab integreres desuden i fag- og tværfaglige undervisningsforløb i løbet af året. Der undervises i forskellige områder på forskellige klassetrin, men områder kan også gå igen på flere klassetrin med progression i det faglige indhold. Modellen herunder viser hvordan, dette konkret kan gøres, og hvordan skolens faggrupper kan samarbejde om undervisningen og samarbejde med elevernes forældre om emner relateret til seksualundervisning.

0. klasse

Færdigheds- og vidensområder:	Familieliv Eleven kan sammenligne familieformer. Eleven har viden om familieformer.
	Reproduktion Eleven kan forklare, hvordan man får børn. Eleven har viden om reproduktion.
	Sundhedsfremme Eleven kan samtale om egen sundhed og trivsel. Eleven har viden om enkle sundheds- og trivselsfaktorer.

Undervisningsmaterialer til færdigheds- og vidensområder for klassetrinnet

Familier	Reproduktion	Sundhedsfremme
<p>Forløb om familier på www.underviserportal.dk</p> <p>Fag: Dansk, billedkunst, understøttende undervisning, sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab</p> <p>Lærer eller pædagog varetager forløbet</p>	<p>Forløb om reproduktion på www.underviserportal.dk</p> <p>Fag: Dansk, understøttende undervisning, sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab</p> <p>Anbefalet antal lektioner: 15</p> <p>Lærer eller pædagog varetager forløbet</p>	<p>Aktiv Året Rundt er en kampagne, der samler inspiration til idrætsaktiviteter, og hvordan man kan inddrage bevægelse i skolen.</p> <p>Læs mere på www.aktivaaretrundt.dk</p> <p>Dansk Skoleidræt giver inspiration til fysisk udfoldelse og aktiviteter i skolen.</p> <p>Læs mere på www.skoleidraet.dk</p> <p>Find materialer om mad og sundhed på www.smagforlivet.dk og www.detvigoer.aarhus.dk/skole-og-fritid/kend-din-mad</p> <p>Lærer eller pædagog varetager forløbet</p>

Forløb i sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab i skemalagte fag

Dansk

Fokus på venskab og relationer ud fra skønlitteratur

Understøttende undervisning

Fokus på normer i klassen og klassekultur, der giver plads til mangfoldighed

Andre temadage og -uger

Uge Sex, uge 6

Hvert år i uge 6 arrangerer Sex & Samfund en tværgående temauge, hvor eleverne skal arbejde med årets Uge Sex-tema. Læs mere på www.underviserportal.dk

Skolernes Trivselsdag, første fredag i marts

Skolernes Trivselsdag afholdes årligt den første fredag i marts, hvor der sættes fokus på den gode klasse- og skoletrivsel. Læs mere på www.redbarnet.dk/skole/events/min-skole-min-ven

Sundhedsugerne, uge 39-41

Sundhedsugerne er en kampagne, der sætter fokus på sundhed og bevægelse i skolen. Læs mere på www.aktivaaretrundt.dk

Skolernes Motionsdag, fredag før efterårsferien

Dansk Skoleidræt står bag Skolernes Motionsdag, som er en årlig idrætstradition med bevægelse hele dagen. Læs mere på www.skoleidraet.dk/skolernesmotionsdag

Fri for mobberi

I Redbarnets undervisningsindsats Fri for mobberi skal eleverne arbejde med trivsel og mobning. Læs mere på www.friformobberi.dk

Skole-hjem-aktiviteter

Information til forældre om Sex & Samfunds forældresite www.sexogsamfund.dk/forældre

Inspiration til skole-hjem-samarbejde på www.underviserportal.dk under *Skole-hjem*.

1. klasse

Færdigheds- og vidensområder:	Følelser Eleven kan beskrive følelsesmæssige reaktioner. Eleven har viden om følelser.
	Krop Eleven kan samtale om kroppe og mangfoldighed. Eleven har viden om kroppes forskelligheder.
	Livsstil Eleven kan beskrive anbefalinger for sundhed. Eleven har viden om anbefalinger for kost, bevægelse, søvn og hygiejne.

Undervisningsmaterialer til færdigheds- og vidensområder for klassetrinnet

Følelser	Krop	Livsstil
<p>Forløb om følelser på www.underviserportal.dk</p> <p>Fag: Dansk, idræt, understøttende undervisning, sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab</p> <p>Lærer eller pædagog varetager forløbet</p>	<p>Forløb om krop på www.underviserportal.dk</p> <p>Fag: Dansk, natur/teknologi, idræt, matematik, billedkunst, understøttende undervisning, sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab</p> <p>Lærer eller pædagog varetager forløbet</p>	<p>Aktiv Året Rundt er en kampagne, der samler inspiration til idrætsaktiviteter, og hvordan man kan inddrage bevægelse i skolen.</p> <p>Læs mere på www.aktivaaretrundt.dk</p> <p>Dansk Skoleidræt giver inspiration til fysisk udfoldelse og aktiviteter i skolen.</p> <p>Læs mere på www.skoleidraet.dk</p> <p>Lærer eller pædagog varetager forløbet</p>

Forløb i sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab i skemalagte fag

<p>Dansk</p> <p>Læse skønlitteratur med repræsentation af forskellige køn</p>	<p>Matematik</p> <p>Simple regnestykker med udgangspunkt i forskellige familietyper og familiestørrelser</p>
--	---

Andre temadage og -uger

Uge Sex, uge 6

Hvert år i uge 6 arrangerer Sex & Samfund en tværgående temauge, hvor eleverne skal arbejde med årets Uge Sex-tema. Læs mere på www.underviserportal.dk

Skolernes Trivselsdag, første fredag i marts

Skolernes Trivselsdag afholdes årligt den første fredag i marts, hvor der sættes fokus på den gode klasse- og skoletrivsel. Læs mere på www.redbarnet.dk/skole/events/min-skole-min-ven

Sundhedsugerne, uge 39-41

Sundhedsugerne er en kampagne, der sætter fokus på sundhed og bevægelse i skolen. Læs mere på www.aktivaaretrundt.dk

Skolernes Motionsdag, fredag før efterårsferien

Dansk Skoleidræt står bag Skolernes Motionsdag, som er en årlig idrætstradition med bevægelse hele dagen. Læs mere på www.skoleidraet.dk/skolernesmotionsdag

Fri for mobberi

I Redbarnets undervisningsindsats Fri for mobberi skal eleverne arbejde med trivsel og mobning. Læs mere på www.friformobberi.dk

Skole-hjem-aktiviteter

Inspirationsfolder til forældre om at tale med deres barn om følelser, krop og grænser. Findes på www.underviserportal.dk under *Skole-hjem*.

Information til forældre om Sex & Samfunds forældresite www.sexogsamfund.dk/forældre.

2. klasse

Færdigheds- og vidensområder:	<p>Normer og idealer</p> <p>Eleven kan samtale om kønsroller og mangfoldighed.</p> <p>Eleven har viden om kønsroller.</p>
	<p>Personlige grænser</p> <p>Eleven kan give udtryk for egne grænser.</p> <p>Eleven har viden om personlige grænser.</p>
	<p>Levevilkår</p> <p>Eleven kan forklare, hvordan omgivelser påvirker sundhed.</p> <p>Eleven har viden om bolig og nærmiljøs indvirkning på sundhed.</p>

Undervisningsmaterialer til færdigheds- og vidensområder for klassetrinnet

Normer om køn	Grænser	Levevilkår
<p>Forløb om køn og kønsnormer på www.underviserportal.dk</p> <p>Fag: Dansk, understøttende undervisning, sundheds og seksualundervisning og familiekundskab</p> <p>Lærer eller pædagog varetager forløbet</p>	<p>Forløb om grænser på www.underviserportal.dk</p> <p>Fag: Dansk, billedkunst, understøttende undervisning, sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab</p> <p>Lærer eller pædagog varetager forløbet</p>	<p>Aktiv Året Rundt er en kampagne, der samler inspiration til idrætsaktiviteter, og hvordan man kan inddrage bevægelse i skolen. Læs mere på www.aktivaaretrundt.dk</p> <p>Dansk Skoleidræt giver inspiration til fysisk udfoldelse og aktiviteter i skolen. Læs mere på www.skoleidraet.dk</p> <p>Lærer eller pædagog varetager forløbet</p>

Forløb i sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab i skemalagte fag

<p>Dansk</p> <p>Læse skønlitteratur med repræsentation af forskellige familieformer</p>	<p>Idræt</p> <p>Fokus på kroppens styrker og at forskellige kroppe har forskellige styrker</p>
--	---

Andre temadage og -uger

Uge Sex, uge 6

Hvert år i uge 6 arrangerer Sex & Samfund en tværgående temauge, hvor eleverne skal arbejde med årets Uge Sex-tema. Læs mere på www.underviserportal.dk.

Skolernes Trivselsdag, første fredag i marts

Skolernes Trivselsdag afholdes årligt den første fredag i marts, hvor der sættes fokus på den gode klasse- og skoletrivsel. Læs mere på www.redbarnet.dk/skole/events/min-skole-min-ven.

Sundhedsugerne, uge 39-41

Sundhedsugerne er en kampagne, der sætter fokus på sundhed og bevægelse i skolen. Læs mere på www.aktivaaretrundt.dk.

Skolernes Motionsdag, fredag før efterårsferien

Dansk Skoleidræt står bag Skolernes Motionsdag, som er en årlig idrætstradition med bevægelse hele dagen. Læs mere på www.skoleidraet.dk/skolernesmotionsdag.

Fri for mobberi

I Redbarnets undervisningsindsats Fri for mobberi skal eleverne arbejde med trivsel og mobning. Læs mere på www.friformobberi.dk.

Skole-hjem-aktiviteter

Information om tema om køn på Sex & Samfunds forældresite www.sexogsamfund.dk/forældre.

Inspiration til skole-hjem-samarbejde på www.underviserportal.dk under *Skole-hjem*.

3. klasse

Færdigheds- og vidensområder:	<p>Personlige grænser</p> <p>Eleven kan give udtryk for egne grænser.</p> <p>Eleven har viden om personlige grænser.</p>
	<p>Krop</p> <p>Eleven kan samtale om kroppe og mangfoldighed.</p> <p>Eleven har viden om kroppes forskelligheder.</p>
	<p>Rettigheder</p> <p>Eleven kan samtale om børns rettigheder i relation til familie og skole.</p> <p>Eleven har viden om børns grundlæggende rettigheder.</p>

Undervisningsmaterialer til færdigheds- og vidensområder for klassetrinnet

På nettet	Rettigheder
<p>Forløb om at være online på www.undviserportal.dk</p> <p>Fag: Dansk, billedkunst, understøttende undervisning, sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab</p> <p>Lærer eller pædagog varetager forløbet</p>	<p>Forløb om rettigheder på www.undviserportal.dk</p> <p>Fag: Dansk, billedkunst, understøttende undervisning, sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab</p> <p>Lærer eller pædagog varetager forløbet</p> <p>Forløb om rettigheder på www.rettighedsskoler.unicef.dk</p> <p>Lærer eller pædagog varetager forløbet</p>

Forløb i sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab i skemalagte fag

<p>Billedkunst</p> <p>Forløb om repræsentationer af kroppen i forskellige kunstværker gennem tiden</p>	<p>Idræt</p> <p>Fokus på dilemmaer forbundet med at gå i bad efter idræt</p>
---	---

Andre temadage og -uger

Uge Sex, uge 6

Hvert år i uge 6 arrangerer Sex & Samfund en tværgående temauge, hvor eleverne skal arbejde med årets Uge Sex-tema. Læs mere på www.underviserportal.dk.

Skolernes Trivselsdag, første fredag i marts

Skolernes Trivselsdag afholdes årligt den første fredag i marts, hvor der sættes fokus på den gode klasse- og skoletrivsel. Læs mere på www.redbarnet.dk/skole/events/min-skole-min-ven.

Sundhedsugerne, uge 39-41

Sundhedsugerne er en kampagne, der sætter fokus på sundhed og bevægelse i skolen. Læs mere på www.aktivaaretrundt.dk.

Skolernes Motionsdag, fredag før efterårsferien

Dansk Skoleidræt står bag Skolernes Motionsdag, som er en årlig idrætstradition med bevægelse hele dagen. Læs mere på www.skoleidraet.dk/skolernesmotionsdag.

Fri for mobberi

I Redbarnets undervisningsindsats Fri for mobberi skal eleverne arbejde med trivsel og mobning. Læs mere på www.friformobberi.dk.

Skole-hjem-aktiviteter

Forældremøde om trivsel online. Udgangspunkt i dilemmakort fra Sex & Samfund. Tilgængelige på www.underviserportal.dk under *Skole-hjem*.

Information til forældre om Sex & Samfunds forældresite www.sexogsamfund.dk/forældre.

Klasse:

Færdigheds- og vidensområder:

Tema/emne:

Fag:

Beskrivelse:

Antal lektioner

Ansvarlige

Tema/emne:

Fag:

Beskrivelse:

Antal lektioner

Ansvarlige

Skole-hjem-aktiviteter:

Noter:



Planlægning på mellemtrinnet

Fælles Mål for sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab

Kompetenceområde	Kompetencemål efter 6. klassesettrin	Færdigheds- og vidensområder
Sundhed og trivsel	Eleven kan fremme sundhed og trivsel på skolen	Sundhedsfremme Livsstil Levevilkår Rettigheder Personlige grænser Venskaber
Køn, krop og seksualitet	Eleven kan analysere mangfoldighed i krop, køn og seksualitet	Normer og idealer Pubertet Seksualitet

Kompetence-, færdigheds- og vidensområder fra sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab integreres desuden i fag- og tværfaglige undervisningsforløb i løbet af året. Der undervises i forskellige områder på forskellige klassesettrin, men områder kan også gå igen på flere klassesettrin med progression i det faglige indhold. Modellen herunder viser hvordan, dette konkret kan gøres, og hvordan skolens faggrupper kan samarbejde om undervisningen og samarbejde med elevernes forældre om emner relateret til seksualundervisning.

4. klasse

Færdigheds- og vidensområder:	Normer og idealer <ul style="list-style-type: none">• Eleven kan analysere, hvordan normer for køn og krop kan påvirke børn og unge.• Eleven har viden om normer for køn og krop.
	Sundhedsfremme <ul style="list-style-type: none">• Eleven kan vurdere, hvad der fremmer sundhed og trivsel på skolen.• Eleven har viden om, hvad der fremmer sundhed og trivsel.

Undervisningsmaterialer til færdigheds- og vidensområder for klassetrinnet

Køn	Krop	Sundhedsfremme
<p>Forløb om køn på www.underviserportal.dk</p> <p>Fag: Dansk, historie, understøttende undervisning, sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab</p> <p>Lærer eller pædagog varetager forløbet</p>	<p>Forløb om kroppen på www.underviserportal.dk</p> <p>Fag: Dansk, billedkunst, matematik, sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab</p> <p>Anbefalet antal lektioner: 15</p> <p>Lærer varetager forløbet</p>	<p>Aktiv Året Rundt er en kampagne, der samler inspiration til idrætsaktiviteter, og hvordan man kan inddrage bevægelse i skolen.</p> <p>Læs mere på www.aktivaaretrundt.dk</p> <p>Dansk Skoleidræt giver inspiration til fysisk udfoldelse og aktiviteter i skolen.</p> <p>Læs mere på www.skoleidraet.dk</p> <p>Lærer eller pædagog varetager forløbet</p>

Forløb i sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab i skemalagte fag

<p>Dansk/understøttende undervisning</p> <p>Fokus på dialog, gode relationer og fællesskaber online</p>	<p>Natur/teknologi</p> <p>Forløb om kroppens udvikling og pubertet</p>
--	---

Andre temadage og -uger

Uge Sex, uge 6

Hvert år i uge 6 arrangerer Sex & Samfund en tværgående temauge, hvor eleverne skal arbejde med årets Uge Sex-tema. Læs mere på www.underviserportal.dk.

Skolernes Trivselsdag, første fredag i marts

Skolernes Trivselsdag afholdes årligt den første fredag i marts, hvor der sættes fokus på den gode klasse- og skoletrivsel. Læs mere på www.redbarnet.dk/skole/events/min-skole-min-ven.

Sundhedsugerne, uge 39-41

Sundhedsugerne er en kampagne, der sætter fokus på sundhed og bevægelse i skolen. Læs mere på www.aktivaaretrundt.dk.

Skolernes Motionsdag, fredag før efterårsferien

Dansk Skoleidræt står bag Skolernes Motionsdag, som er en årlig idrætstradition med bevægelse hele dagen. Læs mere på www.skoleidraet.dk/skolernesmotionsdag.

Skole-hjem-aktiviteter

Information om tema om kroppen på Sex & Samfunds forældreseite www.sexogsamfund.dk/forældre.

Inspiration til skole-hjem-samarbejde på www.underviserportal.dk under Skole-hjem.

5. klasse

Færdigheds- og vidensområder:

Pubertet

- Eleven kan diskutere pubertetens betydning for identitet og relationer.
- Eleven har viden om fysiske og psykiske forandringer i puberteten.

Personlige grænser

- Eleven kan respektere egne og andres personlige grænser.
- Eleven har viden om mobning og trivsel.

Venskaber

- Eleven kan vurdere betydningen af gode venskaber.
- Eleven har viden om relationers betydning for sundhed og trivsel.

Undervisningsmaterialer til færdigheds- og vidensområder for klassetrinnet

Pubertet	Grænser	Livsstil og levevilkår
<p>Forløb om puberteten på www.underviserportal.dk</p> <p>Fag: Dansk, natur/teknologi, idræt, understøttende undervisning, sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab</p> <p>Anbefalet antal lektioner: 15</p> <p>Lærer eller sundhedsplejerske varetager forløbet</p>	<p>Forløb om grænser på www.underviserportal.dk</p> <p>Fag: Dansk, understøttende undervisning, sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab</p> <p>Lærer varetager forløbet</p>	<p>Aktiv Året Rundt er en kampagne, der samler inspiration til idrætsaktiviteter, og hvordan man kan inddrage bevægelse i skolen.</p> <p>Læs mere på www.aktivaaretrundt.dk</p> <p>Dansk Skoleidræt giver inspiration til fysisk udfoldelse og aktiviteter i skolen.</p> <p>Læs mere på www.skoleidraet.dk</p> <p>Lærer eller pædagog varetager forløbet</p>

Forløb i sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab i skemalagte fag

Dansk

Udvikling i kønnet sprogbrug for eksempel i forhold til skældsord og analyse af de normer om køn, der ligger bag udviklingen.

Historie

Udvikling i kropsidealiser gennem tiderne

Andre temadage og -uger

Uge Sex, uge 6

Hvert år i uge 6 arrangerer Sex & Samfund en tværgående temauge, hvor eleverne skal arbejde med årets Uge Sex-tema. Læs mere på www.underviserportal.dk.

Skolernes Trivselsdag, første fredag i marts

Skolernes Trivselsdag afholdes årligt den første fredag i marts, hvor der sættes fokus på den gode klasse- og skoletrivsel. Læs mere på www.redbarnet.dk/skole/events/min-skole-min-ven.

Sundhedsugerne, uge 39-41

Sundhedsugerne er en kampagne, der sætter fokus på sundhed og bevægelse i skolen. Læs mere på www.aktivaaretrundt.dk.

Skolernes Motionsdag, fredag før efterårsferien

Dansk Skoleidræt står bag Skolernes Motionsdag, som er en årlig idrætstradition med bevægelse hele dagen. Læs mere på www.skoleidraet.dk/skolernesmotionsdag.

Skole-hjem-aktiviteter

Forældremøde med oplæg om pubertet fra sundhedsplejersken.

Information om tema om pubertet på Sex & Samfunds forældresite www.sexogsamfund.dk/forældre.

Inspiration til skole-hjem-samarbejde på www.underviserportal.dk under Skole-hjem.

6. klasse

Færdigheds- og vidensområder:	Seksualitet <ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan beskrive seksuel mangfoldighed. • Eleven har viden om seksualitet.
	Rettigheder <ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan diskutere handlemuligheder, hvis et barns ret til beskyttelse krænkes. • Eleven har viden om børns ret til beskyttelse mod fysisk, psykisk og digitalt overgreb.
	Livsstil <ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan analysere normer og idealer for sundhed. • Eleven har viden om normer og idealer for sundhed.
	Levevilkår <ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan analysere, hvordan sundhed påvirkes af levevilkår. • Eleven har viden om samspil mellem sundhed, trivsel og levevilkår.

Undervisningsmaterialer til færdigheds- og vidensområder for klassetrinnet

Venner og kærestes	Online	Rettigheder
Forløb om venner og kærestes på www.underviserportal.dk Fag: Dansk, understøttende undervisning, sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab Anbefalet antal lektioner: 15 Lærer varetager forløbet	Forløb om at være online på www.underviserportal.dk Fag: Dansk, understøttende undervisning, sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab Lærer varetager forløbet	Forløb om rettigheder på www.underviserportal.dk Fag: Dansk, billedkunst, understøttende undervisning, sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab Lærer varetager forløbet

Forløb i sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab i skemalagte fag

Dansk Analyse af fremstilling af køn i skønlitterære værker	Kristendom Religiøse forståelse af køn, krop og seksualitet
---	---

Andre temadage og -uger

Uge Sex, uge 6

Hvert år i uge 6 arrangerer Sex & Samfund en tværgående temauge, hvor eleverne skal arbejde med årets Uge Sex-tema. Læs mere på www.underviserportal.dk.

Skolernes Trivselsdag, første fredag i marts

Skolernes Trivselsdag afholdes årligt den første fredag i marts, hvor der sættes fokus på den gode klasse- og skoletrivsel. Læs mere på www.redbarnet.dk/skole/events/min-skole-min-ven.

Sundhedsugerne, uge 39-41

Sundhedsugerne er en kampagne, der sætter fokus på sundhed og bevægelse i skolen. Læs mere på www.aktivaaretrundt.dk.

Skolernes Motionsdag, fredag før efterårsferien

Dansk Skoleidræt står bag Skolernes Motionsdag, som er en årlig idrætstradition med bevægelse hele dagen. Læs mere på www.skoleidræt.dk/skolernesmotionsdag.

Skole-hjem-aktiviteter

Information om tema om grænser online på Sex & Samfunds forældresite www.sexogsamfund.dk/forældre.

Inspiration til skole-hjem-samarbejde på www.underviserportal.dk under Skole-hjem.

Klasse:

Færdigheds- og vidensområder:

Tema/emne:

Tema/emne:

Fag:

Fag:

Beskrivelse:

Beskrivelse:

Antal lektioner

Antal lektioner

Ansvarlige

Ansvarlige

Skole-hjem-aktiviteter:

Noter:



Planlægning i udskolingen

Fælles Mål for sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab

Kompetenceområde	Kompetencemål efter 9. klassetrin	Færdigheds- og vidensområder
Sundhed og trivsel	Eleven kan fremme egen og andres trivsel med udgangspunkt i demokrati og rettigheder	Sundhedsfremme Livsstil og levevilkår Ulighed i sundhed Personlige grænser Relationer Seksuel sundhed
Køn, krop og seksualitet	Eleven kan vurdere normer og rettigheder for krop, køn og seksualitet i et samfundsmæssigt perspektiv	Normer og idealer Seksuelle rettigheder

Kompetence-, færdigheds- og vidensområder fra sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab integreres desuden i fag- og tværfaglige undervisningsforløb i løbet af året. Der undervises i forskellige områder på forskellige klassetrin, men områder kan også gå igen på flere klassetrin med progression i det faglige indhold. Modellen herunder viser hvordan, dette konkret kan gøres, og hvordan skolens faggrupper kan samarbejde om undervisningen og samarbejde med elevernes forældre om emner relateret til seksualundervisning

7. klasse

Færdigheds- og vidensområder:

Personlige grænser

- Eleven kan diskutere, hvordan overgreb på børn og unge kan forebygges.
- Eleven har viden om vold og overgreb af fysisk, psykisk og seksuel karakter.

Normer og idealer

- Eleven kan analysere køn, krop og seksualitet i samtidigt, historisk og globalt perspektiv.
- Eleven har viden om kulturelle og sociale normer og idealer for køn, krop og seksualitet.

Livsstil og levevilkår

- Eleven kan vurdere sundhedsfaktorer i relation til eget liv.
- Eleven har viden om sundhedsfaktorer, som er særligt relevante for unge.

Undervisningsmaterialer til færdigheds- og vidensområder for klassetrinnet

Grænser

Forløb om grænser på www.underviserportal.dk

Fag: Dansk, understøttende undervisning, sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab

Anbefalet antal lektioner: 5

Lærer varetager forløbet

Køn og seksualitet

Forløb om køn og seksualitet på www.underviserportal.dk

Fag: Dansk, samfundsfag, historie, understøttende undervisning, sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab

Anbefalet antal lektioner: 10

Lærer varetager forløbet

Krop

Forløb om kroppen på www.underviserportal.dk

Fag: Dansk, samfundsfag, idræt, matematik, biologi, understøttende undervisning, sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab

Lærer varetager forløbet

Livsstil og levevilkår

Forløb på www.omalkohol.dk

Lærer varetager forløbet

Forløb i sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab i skemalagte fag

Matematik

Forløb om statistisk med udgangspunkt i statistik om unge, krop og trivsel

Historie

Udvikling af demokrati i Danmark og ligestilling i forhold til køn og seksualitet

Andre temadage og -uger

Uge Sex, uge 6

Hvert år i uge 6 arrangerer Sex & Samfund en tværgående temauge, hvor eleverne skal arbejde med årets Uge Sex-tema. Læs mere på www.undviserportal.dk.

Skolernes Trivselsdag, første fredag i marts

Skolernes Trivselsdag afholdes årligt den første fredag i marts, hvor der sættes fokus på den gode klasse- og skoletrivsel. Læs mere på www.redbarnet.dk/skole/events/min-skole-min-ven.

Sundhedsugerne, uge 39-41

Sundhedsugerne er en kampagne, der sætter fokus på sundhed og bevægelse i skolen. Læs mere på www.aktivaaretrundt.dk.

Skolernes Motionsdag, fredag før efterårsferien

Dansk Skoleidræt står bag Skolernes Motionsdag, som er en årlig idrætstradition med bevægelse hele dagen. Læs mere på www.skoleidraet.dk/skolernesmotionsdag.

Skole-hjem-aktiviteter

Information til forældre om Sex & Samfunds forældresite www.sexogsamfund.dk/forældre.

Fokus på krop og grænser på forældremøde med udgangspunkt i dilemmakort fra Sex & Samfund. Findes på www.undviserportal.dk under Skole-hjem.

Se også Samtale mellem generationer, der er et tilbud i Aarhus Kommune, der sætter fokus på dialogen mellem forældre og unge om temaer i ungdomslivet. Læs mere på www.aarhus.dk

Åben skole-tilbud

Normstormerne

Tilbyder undervisning om blandt andet normer, køn, rettigheder og seksualitet samt handlemuligheder ved mobning og diskrimination.

Læs mere på www.normstormerne.dk.

RedenUng Aarhus

Tilbyder undervisning i seksuelle relationer og grænser.

Læs mere på www.kfuksa.dk/reden-aarhus/reden-ung-aarhus

Undervisningen er gratis, og der er en kraftig opfordring til jer om at benytte jer af tilbuddet.

8. klasse

Færdigheds- og vidensområder:	Relationer <ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan vurdere følelsesmæssige dilemmaer i relationer. • Eleven har viden om følelser og relationers betydning for sundhed, trivsel og seksualitet.
	Seksuel sundhed <ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan vurdere hvad der fremmer egen og andre unges seksuelle sundhed og trivsel. • Eleven har viden om seksuel sundhed 2. og trivsel.
	Seksuelle rettigheder <ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan diskutere seksuelle rettigheder i Danmark og globalt. • Eleven har viden om rettigheder relateret til krop, køn, seksualitet og familie.
	Ulighed i sundhed <ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan diskutere ulighed i sundhed i et samfundsmæssigt perspektiv. • Eleven har viden om faktorer der skaber ulighed i sundhed.

Undervisningsmaterialer til færdigheds- og vidensområder for klassetrinnet

Sex og prævention	Online
Forløb om sex og prævention på www.underviserportal.dk Fag: Dansk, biologi, understøttende undervisning, sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab Anbefalet antal lektioner: 10 Lærere, sundhedsplejerske og eksterne undervisere, fx Sex & Samfunds underviserkorps	Forløb om at være online på www.underviserportal.dk Fag: Dansk, understøttende undervisning, sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab Lærer varetager forløbet
Seksuelle rettigheder	Ulighed i sundhed
Forløb om seksuelle rettigheder på www.underviserportal.dk Antal lektioner: Dansk, samfundsfag, historie, understøttende undervisning, sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab Lærer varetager forløbet	Undervisningsmateriale om LGBT+ rettigheder på www.larmlgbt.dk Lærer varetager forløbet

Forløb i sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab i skemalagte fag

Biologi

Forløb om anatomi, graviditet og prævention

Samfundsfag

Normer om sex og seksualitet i forskellige lande, samfund eller kulturer

Andre temadage og -uger

Uge Sex, uge 6

Hvert år i uge 6 arrangerer Sex & Samfund en tværgående temauge, hvor eleverne skal arbejde med årets Uge Sex-tema. Læs mere på www.undviserportal.dk.

Skolernes Trivselsdag, første fredag i marts

Skolernes Trivselsdag afholdes årligt den første fredag i marts, hvor der sættes fokus på den gode klasse- og skoletrivsel. Læs mere på www.redbarnet.dk/skole/events/min-skole-min-ven.

Sundhedsugerne, uge 39-41

Sundhedsugerne er en kampagne, der sætter fokus på sundhed og bevægelse i skolen. Læs mere på www.aktivaaretrundt.dk.

Skolernes Motionsdag, fredag før efterårsferien

Dansk Skoleidræt står bag Skolernes Motionsdag, som er en årlig idrætstradition med bevægelse hele dagen. Læs mere på www.skoleidraet.dk/skolernesmotionsdag.

Skole-hjem-aktiviteter

Forældremøde om køn, krop, seksualitet og grænser online.

Forældremøde om alkohol og rygning. Læs mere på www.omalkohol.dk og www.op-i-roeg.dk

Information om porno på Sex & Samfunds forældresite www.sexogsamfund.dk/forældre.

Inspiration til skole-hjem-samarbejde på www.undviserportal.dk under Skole-hjem.

Se også Samtale mellem generationer, der er et tilbud i Aarhus Kommune, der sætter fokus på dialogen mellem forældre og unge om temaer i ungdomslivet. Læs mere på www.aarhus.dk

Åben skole-tilbud

Normstormerne

Tilbyder undervisning om blandt andet normer, køn, rettigheder og seksualitet samt handlemuligheder ved mobning og diskrimination.

Læs mere på www.normstormerne.dk.

Sex & Samfund

Tilbyder supplerende seksualundervisning af ung-til-ynge-underviserkorps.

Læs mere på www.sexogsamfund.dk/book.

Undervisningen er gratis, og der er en kraftig opfordring til jer om at benytte jer af tilbuddet.

9. klasse

Færdigheds- og vidensområder:	Personlige grænser <ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan diskutere, hvordan overgreb på børn og unge kan forebygges. • Eleven har viden om vold og overgreb af fysisk, psykisk og seksuel karakter.
	Relationer <ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan vurdere følelsesmæssige dilemmaer i relationer. • Eleven har viden om følelser og relationers betydning for sundhed, trivsel og seksualitet.
	Sundhedsfremme <ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan diskutere hvordan sundhed og trivsel kan fremmes gennem sundhedspolitikker. • Eleven har viden om sundhedspolitikker.

Undervisningsmaterialer til færdigheds- og vidensområder for klassetrinnet

Flirt og grænser	Sex og seksualitet	Sundhedsfremme
Forløb om flirt og grænser på www.underviserportal.dk Fag: Dansk, understøttende undervisning, sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab Anbefalet antal lektioner: 7 Lærer varetager forløbet	Forløb om sex og seksualitet på www.underviserportal.dk Fag: Dansk, understøttende undervisning, sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab Anbefalet antal lektioner: 8 Lærer varetager forløbet	Forløb om rygning på www.op-i-roeg.dk Lærer varetager forløbet.

Forløb i sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab i skemalagte fag

Dansk Analyse af fremstilling af køn i skønlitteratur	Geografi Fokus på seksuel sundheds betydning for befolkningsudvikling.
---	--

Andre temadage og -uger

Uge Sex, uge 6

Hvert år i uge 6 arrangerer Sex & Samfund en tværgående temauge, hvor eleverne skal arbejde med årets Uge Sex-tema. Læs mere på www.underviserportal.dk.

Skolernes Trivselsdag, første fredag i marts

Skolernes Trivselsdag afholdes årligt den første fredag i marts, hvor der sættes fokus på den gode klasse- og skoletrivsel. Læs mere på www.redbarnet.dk/skole/events/min-skole-min-ven.

Sundhedsugerne, uge 39-41

Sundhedsugerne er en kampagne, der sætter fokus på sundhed og bevægelse i skolen. Læs mere på www.aktivaaretrundt.dk.

Skolernes Motionsdag, fredag før efterårsferien

Dansk Skoleidræt står bag Skolernes Motionsdag, som er en årlig idrætstradition med bevægelse hele dagen. Læs mere på www.skoleidraet.dk/skolernesmotionsdag.

Åben skole-tilbud

Normstormerne

Tilbyder undervisning om blandt andet normer, køn, rettigheder og seksualitet samt handlemuligheder ved mobning og diskrimination.

Læs mere på www.normstormerne.dk

RedenUng Aarhus

Tilbyder undervisning i seksuelle relationer og grænser.

Læs mere på www.kfuksa.dk/reden-aarhus/redenung-aarhus

Sex & Samfund

Tilbyder supplerende seksualundervisning af ung-til-yngre-underviserkorps.

Læs mere på www.sexogsamfund.dk/book

Undervisningen er gratis, og der er en kraftig opfordring til jer om at benytte jer af tilbuddet.

Klasse:

Færdigheds- og vidensområder:

Tema/emne:

Fag:

Beskrivelse:

Antal lektioner

Ansvarlige

Tema/emne:

Fag:

Beskrivelse:

Antal lektioner

Ansvarlige

Skole-hjem-aktiviteter:

Noter:

Åben skole-tilbud

Amnesty International

Tilbyder gratis oplæg om menneskerettigheder målrettet 1.-10. klasse.

Læs mere på www.amnesty.dk/undervisning

Børns Vilkår

Tilbyder workshops for elever om rettigheder og trivsel for især 3.-9. klasser.

Læs mere på www.bornsvilkar.dk/oplaeg-og-workshops

LGBT+ Ungdom

Tilbyder oplæg om identitet, køn og seksualitet.

Læs mere på www.lgbtungdom.dk/vores-tilbud

Normstormerne

Tilbyder undervisning om blandt andet normer, køn, rettigheder og seksualitet samt handlemuligheder ved mobning og diskrimination.

Læs mere på www.normstormerne.dk

RedenUng Aarhus

Tilbyder undervisning i seksuelle relationer og grænser.

Læs mere på www.kfuksa.dk/reden-aarhus/redenung-aarhus

Sabaah

Tilbyder oplæg for 7.-9. klasser i køn, seksualitet og normer i et minoritetsetnisk perspektiv

Læs mere på www.sabaah.dk/outreach

Sex & Samfund

Tilbyder supplerende seksualundervisning af ung-til-yngre-underviserkorps.

Læs mere på www.sexogsamfund.dk/book

Sexekspressen

Tilbyder 6-timers seksualundervisningsdag målrettet 7.-10. klasse.

Læs mere på www.sexekspressen.dk

ULF i Aarhus

Her findes en række lokale tilbud til skolerne til brug i undervisning i SSF.

Læs mere på www.ulfi aarhus.dk

Mistanke om seksuelle overgreb

Særligt i forbindelse med undervisning i SSF kan man blive opmærksom på eller få mistanke om elever, der har været eller er udsat for seksuelle overgreb. Som fagperson i skolen har man en særlig udvidet underretningspligt til at indberette det, hvis man får kendskab til, at en elev har været udsat for et seksuelt overgreb.

Får man kendskab til eller mistanke om det, skal man kontakte sin skoleledelse.

Rådgivningstilbud til børn og unge

Rådgivning fra Sex & Samfund

Privatsnak.dk er Sex & Samfunds rådgivning til børn og unge fra 10-15 år. På www.privatsnak.dk kan de stille spørgsmål om krop, pubertet, kærester, følelser eller forelskelse og få 100 % anonyme svar - både på chatten og telefonen.

Sabaah

Tilbyder rådgivning målrettet personer med etnisk minoritetsbaggrund, som har LGBT+ status. Læs mere på www.sabaah.dk/raadgivning

Børnetelefonen

Tilbyder rådgivning for børn og unge med alle slags spørgsmål over telefon, chat, SMS og brevkasse. Læs mere på www.bornetelefonen.dk.

LGBT+ Ungdomstelefon

Tilbyder rådgivning for unge og deres pårørende om emner som forelskelse, sex, seksualitet, forældre eller hvordan man kan komme i kontakt med andre unge lgbtq+ personer. Læs mere på www.lgbtungdom.dk/ungdomstelefonen.

Sletdet.dk

Tilbyder rådgivning om rettigheder og lovgivning, hvis man har oplevet, at private, grænseoverskridende eller krænkende informationer, billeder eller videoer er blevet delt uden ens samtykke. Læs mere på www.sletdet.dk.

Headspace

Tilbyder rådgivning til børn og unge om alle slags emner over chat, mail, sms og telefon eller ved et personligt møde med en rådgiver. Læs mere på www.headspace.dk.

Ressourcer til fagpersoner

Kurser til fagpersoner

Sex & Samfund har mange års erfaring i udvikling af kurser om seksualundervisning. Vi tilbyder eksempelvis kurser til undervisere, der ønsker kompetenceudvikling i seksualundervisningens didaktik, øvelser og metoder.

Sex & Samfund samarbejder med Kosmos (UC Syd og Københavns Professionshøjskole) om efteruddannelsesstilbud til fagpersoner i sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab. Læs mere om vores kursustilbud og book et kursus på: www.sexogsamfund.dk/fagkurser.

Skolestyrken

Skolestyrken er et skoletrivselsprogram, som inkluderer hele skolen i arbejdet med at skabe trivsel samt forebygge og håndtere mobning.

Læs mere på: www.skolestyrken.dk