

UNDERVISNINGSPLAN FOR SUNDHEDS- OG SEKSUALUNDERVISNING SAMT FAMILIEKUNDSKAB (1-9. KLASSE)

Formålet med undervisningen

Eleverne skal i emnet sundheds- og seksualundervisning samt familiekundskab udvikle kompetencer til at fremme sundhed og trivsel med udgangspunkt i demokrati og rettigheder i elevens nærmiljø. Den antroposofiske pædagogik tager udgangspunkt i, at eleverne i løbet af 0.- 9. klasse lærer sig selv og andre at kende fysisk, følelsesmæssigt og psykisk, således at de gennem undervisningen får viden og færdigheder til at håndtere sundhed, trivsel og seksualitet. For at kunne vokse, trives og modtage læring, er det vigtigt alle dele af mennesket udvikles. Derfor er der megen fokus på, at det enkelte barn og hele fællesskabet omkring klassen har det godt.

På alle klassetrin bliver der taget emner op som er relevante på de forskellige udviklingstrin, og for at børnene herigennem bliver præsenteret for forskellige redskaber og retningslinjer, der kan være en hjælp til selvhjælp. I tilfælde af dårlig trivsel - det være sig fysisk, følelsesmæssigt, socialt eller psykisk, så bliver der altid taget hånd om den enkelte og hele fællesskabet.

Emnet sundheds- og seksualundervisning samt familiekundskab indgår i undervisningen i skolens obligatoriske fag. Denne integration i fagene understøtter det tværfaglige fokus, som er særlig karakteristisk for emnet. Der er en række faglige snitflader mellem sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab og de obligatoriske fag, som sættes i spil f.eks. omkring sundhed og ernæring via faget madkundskab og organisk kemi i 7. klasse.

Fagets kompetenceområder	Slutmål
Sundhed og trivsel (ST)	Eleverne skal opnå forståelse for den betydning, som livsstil og levevilkår har for sundhed og trivsel, herunder fremme af sundhed og trivsel ud fra demokrati og rettigheder set ud fra et samfundsmæssigt perspektiv.
Køn, krop og seksualitet (KKS)	Eleverne skal have blik for og kunne analysere mangfoldighed i forhold til krop og køn med udgangspunkt i eget liv samt kunne vurdere normer og rettigheder for krop, køn og seksualitet i et samfundsmæssigt perspektiv.

Fagets udvikling

Indhold og fokus	Kompetenceområder	Delmål
1.-4. klasse: I hele indskolingen har vi fortællestunder, hvor børnene har mulighed for at tale om alt, hvad der rører sig i dem. Herigennem får de	Sundhed og trivsel (ST)	<i>Videns- og færdighedsmål: Undervisningen giver eleven mulighed for at:</i> <ul style="list-style-type: none"> - Kunne tale om hvad der fremmer sundhed og trivsel i eget liv - Have samtaler og få ny viden om egen sundhed og trivsel

<p>et uvurderligt indblik i hinandens livsvilkår og særlige forudsætninger for at deltage i fællesskabet. Muligheden for at dele og øvelsen i at lytte til andre, fremmer generelt klassens trivsel, og alle børn fremstår som betydningsfulde medlemmer af fællesskabet.</p> <p>Læreren kan også tage emner op, hvis der er noget der fylder i klassen eller fx har rørt på sig i en pause. Det kan fx være børns tanker om egen eller andres kroppe. Her tales ud fra et inkluderende og opbyggeligt syn, så børnene får mulighed for at spejle perspektiver på fysisk og psykisk sundhed ud fra egne erfaringer.</p> <p>I spisepausen tales om hvad sund mad er, og hvordan madkulturen er i de forskellige hjem.</p> <p>I 3. klasse afholdes desuden høstfest, hvor eleverne selv har høstet korn, malet mel, kærnet smør, lavet marmelade, most m.m. Ligesom der fortælles om livet i "gamle dage", fx traditionelle kønsroller og børn i arbejde. Eleverne får herigennem mulighed for at perspektivere til egen trivsel, sundhed og madkultur.</p> <p>Kontinuerligt forestår det pædagogiske arbejde med at guide børnene i at italesætte egne følelser og prøve at forstå andres. Især</p>	<p>Køn, krop og seksualitet (KKS)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kunne give udtryk for egne grænser og have viden om andres personlige grænser - Kunne beskrive anbefalinger for sundhed og sundhedsideal - Have samtaler og få viden om anbefalinger for kost, bevægelse, søvn og hygiejne - Have viden om børns grundlæggende rettigheder i Danmark - Have viden om følelser og kunne beskrive følelsesmæssige reaktioner <p><i>Videns- og færdighedsmål: Undervisningen giver eleven mulighed for at:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Have samtaler om mangfoldighed i forhold til krop og køn med udgangspunkt i eget liv - Have samtaler og få viden om kroppes forskelligheder - Få viden om kønsroller - Få viden om og kunne sammenligne familieformer uden fordomme
---	--	--

<p>i 3. klasse, hvor eleverne står på tærsklen mellem det lille indskolingsbarn og det store indskolingsbarn (Rubicon).</p> <p>I 4. klasse underviser vi i dyre- og menneskekundskab, hvor vi fx undersøger hvad der adskiller os fra dyrene. Herved kommer vi til at kortlægge menneskets kendetegn, både fysisk og psykisk. Vi beskæftiger os fx med alle de opgaver, vores hænder har udført for os i løbet af en dag.</p> <p>Undervejs i faget kommer man ofte ind på kroppens sundhed, og hvad der skal til for at fremme sundhed og glæde, både i forhold til deres krop, sig selv og hinanden.</p> <p>Undervejs vil der være samtaler om elevernes respektive hjemmeforhold og den naturlige mangfoldighed i det.</p>		
<p>5.-6. klasse: Det er almindeligt at menstruation optræder på disse klassetrin, og dette behandles i klassen efter behov. Klasselæreren kan tage det op i grupper eller på klassen.</p> <p>Sundhedsplejersken tilser alle elever fra klassen og er desuden en mulig sparringspartner i forhold til menstruation.</p>	<p>Sundhed og trivsel (ST)</p>	<p><i>Videns- og færdighedsmål: Undervisningen giver eleven mulighed for at:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Kunne fremme sundhed og trivsel på skolen - Kunne vurdere, hvad der fremmer sundhed og trivsel på skolen - Kunne respektere egne og andres personlige grænser - Kunne vurdere betydningen af gode venskaber - Kunne beskrive, hvordan sundhed påvirkes af levevilkår - Eleven kan forklare, hvordan omgivelser påvirker sundhed - Have viden om, hvad der fremmer sundhed og trivsel - Have viden om og kunne analysere normer og idealer for sundhed - Have viden om samspil mellem sundhed, trivsel og levevilkår

<p>Tre ugers geografi er med til at afdække respektive levevilkår og samfundsforhold forskellige steder i Norden, og i gennem fx gruppearbejde og fremlæggelser.</p> <p>I 6. klasse har vi en uge med fokus på følelser, kommunikation og personlige grænser. Vi arbejder med forskellige øvelser, hvor disse forhold kommer i spil, så eleverne øves i at kommunikere både følelser, ønsker og fx afvisninger, også online. Elevernes sociale liv finder sin forlængelse på de digitale medier, og det åbner op for nye universer, heriblandt nye platforme, hvor også ukendte aktører findes og har indflydelse på elevens liv, hvilket også behandles i løbet af ugen.</p> <p>Vi snakker om puberteten og om de forandringer der sker i kroppen. Vi kommer omkring de nye landskaber, både de fysiske, følelsesmæssige og relationelle. Eleverne får gennem gruppearbejde og klasseøvelser mulighed for samtaler, såvel som at lytte og spejle sig. Igennem beskrivelsen af fysiske kendetegn ved de to biologiske køn introduceres også forplantning.</p> <p>På disse klassesettrin, hvor puberteten er det store omdrejningspunkt for barnets udvikling, ser vi de store forskelle i modenhed meget tydeligt. Da alle eleverne endnu ikke har opnået en sjælelig</p>	<p>Køn, krop og seksualitet (KKS)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Have viden om mobning og trivsel - Have viden om relationers betydning for sundhed og trivsel. <p><i>Videns- og færdighedsmål: Undervisningen giver eleven mulighed for at:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Diskutere handlemuligheder, hvis et barns ret til beskyttelse krænkes - Kunne diskutere pubertetens betydning for identitet og relationer - Have viden om og kunne samtale om, hvordan normer for køn og krop kan påvirke børn og unge - Have viden om børns ret til beskyttelse mod fysiske, psykiske og digitale overgreb - Have viden om fysiske og psykiske forandringer i puberteten - Have viden om seksualitet - Have viden om og kunne beskrive seksuel mangfoldighed - Have viden om og kunne forklare, hvordan man får børn.
---	--	--

RUUDOLF STEINER-SKOLEN I AARHUS

<ul style="list-style-type: none">- Kommunikation, samarbejde og relationer- Gennemgang af den kvindelige og mandlige frugtbarhedscyklus- Hvornår begynder livet? <p>Dette forløb videreføres som det underliggende tema i behandlingen af alle andre spørgsmål og underemner, som fx</p> <ul style="list-style-type: none">- Dilemmaer, både online og fysisk- Seksuel identitet og mangfoldighed- Samtykke og rettigheder, billeddeling og blufærdighedskrænkelser m.m.- Tiltrækning og forelskelse- Euforiserende stoffer – herunder alkohol og tobak- Homoseksualitet- Spiseforstyrrelser- Depressioner og ensomhedsfølelse- Beskyttelse mod graviditet- Abort- Petting og afholdenhed- Grooming og catfishing- Tik Tok Trends (fx omkring selvskade)- Kønssygdomme- Voldtægt- Vold- Seksuel og følelsesmæssig udnyttelse- Afhængighed- Informationer fra teenagemagasiner		<ul style="list-style-type: none">- Have viden om følelser og relationers betydning for sundhed, trivsel og seksualitet- Have viden om seksuel sundhed og trivsel, herunder prævention- Have viden om vold og overgreb af fysisk, psykisk og seksuel karakter
--	--	---

<p>I samfundsfag behandles desuden identitet, køn og seksualitet i andre kulturer end de traditionelt danske.</p> <p>9. klasse: Eleverne skal kende og have fået et naturligt forhold til deres egen krop og dens fysiske funktioner. De skal have kendskab til egne og andres følelsesmæssige reaktioner og problemer opstået på grund af disse. De skal føle sig kompetente i forhold til at navigere i dilemmaer. De skal have fået viden om deres egen og andres seksualitet og vide, hvor de kan få mere viden og hjælp i tilfælde af, at deres egen viden ikke rækker.</p> <p>I 9. klasse indgår seksualundervisningen som en del af anden undervisning, deriblandt biologi og samfundsfag. Det er skolens ansvar at tage emner op igen til diskussion blandt eleverne, hvis de vil have dette.</p> <p>Emnerne kan være:</p> <ul style="list-style-type: none">- Forplantning- Kærlighed og seksualitet mellem kønnene- Kønsroller, både traditionelle og nye- Forskel på mandens og kvindens seksualitet Fysiske og psykiske Spiseforstyrrelser- Depressioner og ensomhedsfølelse- Abort		<ul style="list-style-type: none">- Have viden om og kunne samtale om andre kulturers seksuelle normer og rettigheder- Have viden om følelser og relationers betydning for sundhed, trivsel og seksualitet- Have viden om seksuel sundhed og trivsel, herunder prævention- Have viden om vold og overgreb af fysisk, psykisk og seksuel karakter
---	--	---

RUDOLF STEINER-SKOLEN I AARHUS

<ul style="list-style-type: none">- Voldtægt og vold- Seksuel og følelsesmæssig udnyttelse- Sex i det offentlige rum- De spørgsmål som lever blandt eleverne		
---	--	--