

# Formål for emnet sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab

Formålet med undervisningen i sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab er, at eleverne tilegner sig indsigt i vilkår og værdier, der påvirker sundhed, seksualitet og familieliv. Eleverne skal opnå forståelse af den betydning, seksualitet og familieliv har for sundhed samt af samspillet mellem sundhed og miljø.

*Stk. 2.* Undervisningen skal knyttes til elevernes egne oplevelser, erfaringer og begreber for at medvirke til udvikling af engagement, selvtillid og livsglæde samt støtte den enkelte i udvikling af egen identitet i samspil med andre.

*Stk. 3.* Undervisningen skal i enhver henseende bidrage til, at eleverne udvikler forudsætninger for, at de i fællesskab med andre og hver for sig kan tage kritisk stilling og handle for at fremme egen og andres sundhed.

## Sundheds og seksualundervisning og familiekundskab som fagområde:

På Den fri Hestehaveskole arbejdes der med faget som en naturlig del af undervisningen i fagene dansk, natur- og fortællefag, biologi og i klassen tid med klasselæreren. Undervisningen tilrettelægges hvor den forekommer naturlig og aktuell. En del spørgsmål vil undervejs i skoleforløbet tages op på årets forældremøder.

I biologi vil der være egentlig seksualundervisning, der bla. tager udgangspunkt i elevernes egen forundring og spørgsmål

Der undervises i sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab på 1. - 9. klassetrin.

De centrale kundskabs- og færdighedsområder er:

- Årsager og betydning
- Visioner og alternativer
- Handling og forandring.

I sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab skal de grundlæggende kundskaber og færdigheder i de tre områder udvikles som en helhed gennem hele skoleforløbet både i sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab, og når sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab indgår i tværgående emner og problemstillinger.

De centrale kundskabs- og færdighedsområder er grundlaget for tilrettelæggelsen, gennemførelsen og evalueringen af undervisningen, således at eleverne kan:

- anvende viden om sundhed, seksualitet og familieliv for at fremme egen og andres sundhed
- inddrage visioner og nye perspektiver som grundlag for en personlig stillingtagen
- give begrundede løsnings- og handlemuligheder.





# Trinmål for emnet Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab

## *Efter 3. klassesettrin*

### **Årsager og betydning**

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at

- give eksempler på forhold, der har betydning for deres egen og deres kammeraters sundhed, herunder mad, søvn, boligforhold
- fortælle om enkle, vigtige regler for sund levevis
- kende deres krop, kroppens reaktioner og kroppens sprog
- fortælle om egne og acceptere andres grænser
- fortælle om, hvad gør børn og voksne glade og kede af det.

### **Visioner og alternativer**

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at

- fortælle om forskellige bolig- og familieformer
- samtale om betydningen af nære sociale relationer
- udtrykke tanker om og ønsker for dem selv og andre.

### **Handling og forandring**

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at

- give forslag til, hvordan forhold af betydning for dem selv og andre kan blive bedre
- opdage muligheder og barrierer gennem handlinger.

## *Efter 6. klassesettrin*

### **Årsager og betydning**

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at

- beskrive den daglige livsstils betydning for sundheden, herunder kost, tobak, motion
- give eksempler på, hvordan levevilkår kan påvirke sundhed
- gøre rede for faktorer, der påvirker det fysiske og psykiske arbejdsmiljø

kende fysiske og psykiske forandringer i forbindelse med puberteten  
fortælle om drenge- og pigeroller  
aflæse og begrunde følelsesmæssige reaktioner.

## **Visioner og alternativer**

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at

- sammenligne forskellige former for livsstil, seksualmoral og familieliv til forskellig tid og i forskellige dele af verden
- fortælle om forskellige sociale netværk, som børn og voksne kan indgå i
- vurdere egne og andres positive og negative deltagelse i sociale netværk
- formulere og diskutere drømme om det gode liv
- formulere alternativer i relation til eksisterende levevilkår og livsstil.

## **Handling og forandring**

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at

- begrunde valg om forhold, der har betydning for egen og andres sundhed
- beskrive muligheder og barrierer for egne og fælles handlinger.

## ***Efter 9. klassetrin***

## **Årsager og betydning**

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at

- gøre rede for baggrund og konsekvenser af udvalgte sundhedsproblemer
- gøre rede for sammenhængen mellem levevilkår og livsstil
- analysere og vurdere sammenhængen mellem sundhed, forbrug og miljø
- beskrive fysiske og psykiske faktorer og diskutere deres samspil og indvirkning på sundhed og seksualitet
- forholde sig til kønsroller, som de kommer til udtryk i forskellige generationer og i medier
- gøre rede for følelsers og kærligheds betydning for sundhed, seksualitet og familieliv.

## **Visioner og alternativer**

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at

- gøre rede for sundhed, seksualitet og familieliv i historiske, flerkulturelle og internationale perspektiver

gøre rede for betydningen af familien og andre sociale netværk for den enkelte og for fællesskabet  
analysere forestillinger om det gode liv  
vurdere alternativer for den enkelte og for fællesskabet.

## **Handling og forandring**

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at

fremlægge og begrunde forslag til løsnings- og handlemuligheder  
forudsige barrierer i arbejdet med løsnings- og handlemuligheder  
diskutere, hvordan negative konsekvenser af seksuallivet kan undgås  
gøre rede for børns og unges rettigheder i skolen, familien og på arbejdspladsen  
tage stilling til forskellige interesser bag kampagner, reklamer og anden mediepåvirkning.











