Undervisningsplan for sundheds- og seksualundervisning samt familiekundskab

Formålet med undervisningen

Undervisningen i sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab skal styrke elevernes forståelse af sundhed, trivsel, relationer og menneskelig udvikling. Gennem arbejdet med kroppen, følelseslivet, fællesskaber, identitet og livsvalg udvikler eleverne viden, refleksion og handlekompetence i forhold til deres eget liv og mødet med andre mennesker.

Undervisningen skal bidrage til, at eleverne udvikler respekt for sig selv og andre, forståelse for menneskers forskellighed samt evne til at indgå ansvarligt i relationer og fællesskaber. Gennem samtale, undersøgelser, refleksion og erfaringsudveksling opnår eleverne indsigt i sammenhængen mellem fysisk, psykisk og social sundhed og udvikler grundlag for at træffe reflekterede valg i livet.

Faget skal understøtte elevernes personlige udvikling og dannelse og bidrage til, at de møder spørgsmål om sundhed, seksualitet, identitet og familieliv med åbenhed, respekt, ansvarlighed og omtanke.

Fagets kompetenceområder og slutmål

Kompetenceområder	Slutmål
Sundhed og trivsel	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 i samfundsmæssigt perspektiv.
Køn, krop og seksualitet	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.

Demokratisk dannelse i sundheds- og seksualundervisning og familiekendskab

Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab bidrager til elevernes demokratiske dannelse ved at udvikle deres forståelse for trivsel, respekt, ansvar og menneskelig mangfoldighed. Gennem dialog, refleksion, undersøgelser og fælles samtaler lærer eleverne at møde andre mennesker med åbenhed og respekt samt at tage ansvar for egne valg og handlinger.

Fokuspunkter

Trivsel og fællesskab

- Udvikle forståelse for betydningen af trygge og inkluderende fællesskaber.
- Bidrage aktivt til klassens sociale trivsel og fælles ansvar.

Respekt og personlige grænser

- Udvikle forståelse for egne og andres grænser, rettigheder og integritet.
- Handle respektfuldt i relationer og fællesskaber.

Krop, identitet og mangfoldighed

- Opnå forståelse for menneskers forskellighed og individuelle udvikling.
- Møde forskellige livsformer, identiteter og perspektiver med respekt og åbenhed.

Dialog og relationer

- Deltage i samtaler om følelser, relationer, sundhed og trivsel.
- Lytte til andres synspunkter og udtrykke egne tanker på en respektfuld måde.

Ansvar og livsvalg

- Reflektere over valg, handlinger og deres betydning for én selv og andre.
- Udvikle ansvarlighed i forhold til sundhed, relationer og fællesskaber.

Elevinddragelse

- Deltage aktivt i undervisningens samtaler, undersøgelser og refleksioner.
- Bidrage til et trygt læringsrum præget af tillid, respekt og gensidig forståelse.

Fagets udvikling

Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab tager udgangspunkt i barnets oplevelse af sig selv, kroppen, familien og de nære fællesskaber. Gennem skoleforløbet udvides perspektivet gradvist til relationer, identitet, sundhed, seksualitet og menneskers forskellige livsvilkår.

I de yngste klasser arbejdes der med trivsel, følelser, venskaber, sundhed, kroppens funktioner og forståelsen af fællesskaber og familieformer. Undervisningen tager udgangspunkt i elevernes erfaringer og hverdag og styrker deres forståelse af sig selv og andre.

På mellemtrinnet rettes opmærksomheden i stigende grad mod kroppens udvikling, pubertet, identitet, relationer og personlige grænser. Eleverne arbejder med de fysiske, følelsesmæssige og sociale forandringer, der knytter sig til overgangen fra barn til ung.

I de ældste klasser beskæftiger eleverne sig med sundhed, seksualitet, livsstil, relationer, ansvar, rettigheder, normer og samfundsmæssige forhold. Gennem dialog, refleksion og undersøgelser udvikler de evnen til at forholde sig nuanceret til spørgsmål om identitet, fællesskab, trivsel og livsvalg.

Undervisningen understøtter gennem hele skoleforløbet en udvikling, hvor eleverne gradvist bevæger sig fra den nære forståelse af sig selv og deres relationer til en bredere forståelse af menneskelige fællesskaber, ansvar og livsvalg

Indhold og fokus Klassetrin: 1. til 9. klasse	Delmål
1.- 4. klasse Trivsel, fællesskab, følelser, sundhed, kost, bevægelse, søvn, hygiejne, familieformer og kroppens udvikling. I 4. klasse arbejdes desuden med menneskekundskab og kroppens funktioner.	Eleverne udvikler forståelse for sundhed, trivsel og fællesskab samt respekt for egne og andres grænser og forskelligheder.
5.-6. klasse Pubertet, identitet, venskaber, relationer, personlig udvikling, forplantning, sundhed, trivsel og seksualitet. Undervisningen gennemføres i samarbejde med sundhedsplejersken og tager udgangspunkt i elevernes udviklingstrin og aktuelle spørgsmål.	Eleverne opnår viden om kroppens og følelseslivets forandringer og kan forholde sig respektfuldt til egne og andres grænser, rettigheder og forskelligheder.
7.klasse Menneskekundskab, pubertet, køn, relationer, identitet, seksualitet, kommunikation, sundhed og trivsel. Gennem forløbet *Det unikke menneske – hjertets vej* arbejder eleverne med refleksion over ungdomsliv, relationer, ansvar, valg og personlig udvikling.	Eleverne kan reflektere over sammenhængen mellem krop, identitet, relationer og trivsel samt diskutere sundhedsmæssige og sociale problemstillinger.

8.-9. klasse Sundhed, seksualitet, relationer, livsstil, prævention, grænser, digitale fællesskaber, mental sundhed, sociale normer, rettigheder og ansvar. Aktuelle problemstillinger behandles gennem dialog, refleksion og undersøgelser.	Eleverne kan forholde sig kritisk og ansvarligt til spørgsmål om sundhed, trivsel, seksualitet og relationer samt træffe reflekterede valg i eget liv.