
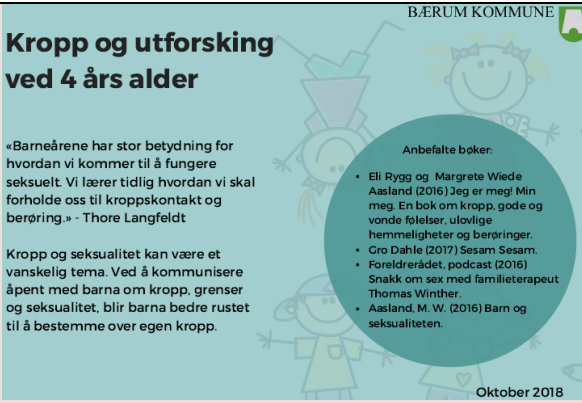


Å ha en sunn seksuell helse forebygger seksuelle overgrep, derfor skal barn og unge lære og få tematisert tema gjennom sin barnehage- og skolegang.

| Tidspunkt | Temaer | |
|-------------------|---|--|
| To og tre åringen | <p>Følelser og kroppen</p> <p>Grenser</p> <ul style="list-style-type: none"> Hva som er privat Respekt for egen og andres kropp Å kjenne kroppen sin, det er din kropp Glede over kroppen din og hva den kan Ubehag, å ha det vondt/kjenne smerte – å lære å si ifra. <p>Følelser</p> <ul style="list-style-type: none"> Å være glad, lei seg, sint, redd Regulering av følelser <p>Sosial kompetanse</p> <ul style="list-style-type: none"> Å forstå seg selv og andre «meg og deg» | <ul style="list-style-type: none"> Denne planen skal informeres om til foreldre som en del av barnehagens arbeid og satsning. To og fireårskontroll i helsestasjonene Brosjyren «Kropp og utforskning»  |
| Fireåringen | <p>Følelser og kroppen</p> <p>Min kropp</p> <ul style="list-style-type: none"> Respektere egen og andres kropp (kroppregler) Lære om kroppens sanser og funksjoner Kjenne kroppen sin, hva som føles godt og hva som er privat Forskjeller, finnes mange måte å være på (kjønn, etnisitet, hudfarge, familie relasjoner) <p>Følelser, verdier og holdninger</p> | <p>Gode, vonde, ulovlige hemmeligheter</p> <ul style="list-style-type: none"> Fortelle barna at det er viktig å si ifra til en voksen (også erfaringer på internett) <p>Gode, vonde, ulovlige berøringer</p> <ul style="list-style-type: none"> Personer som er glad i deg kan også gjøre deg vondt, dette er ikke lov og det er aldri din skyld Fortelle barna at det er viktig å si ifra til en voksen <p>Hvem kan hjelpe?</p> |

*Foreldresamarbeid og informasjon ut til foresatte skjer parallelt!

| | | | |
|--------------------------------|--|---|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Å være glad, lei seg, sint, redd, ensomhet |  <p>Kropp og utforsking ved 4 års alder</p> <p>«Barneårene har stor betydning for hvordan vi kommer til å fungere seksuelt. Vi lærer tidlig hvordan vi skal forholde oss til kroppskontakt og berøring.» - Thore Langfeldt</p> <p>Kropp og seksualitet kan være et vanskelig tema. Ved å kommunisere åpent med barna om kropp, grenser og seksualitet, blir barna bedre rustet til å bestemme over egen kropp.</p> <p>Anbefalte bøker:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Eli Rygg og Margrete Wiede Aasland (2016) Jeg er meg! Min meg. En bok om kropp, gode og vonde følelser, ulovlige hemmeligheter og berøringer. • Cro Dahle (2017) Sesam Sesam. • Foreldrerådet, podcast (2016) Snakk om sex med familierapeut Thomas Winther. • Aasland, M. W. (2016) Barn og seksualiteten. <p>Oktober 2018</p> | <p>Hvordan kan dere som foreldre på en naturlig og enkel måte snakke med fireåringen deres om dette?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Barn liker å utforske kroppen sin, og de synes ofte det er spennende å utforske hvordan andres kropp ser ut. Det er vanlig at barn er nysgjerrige, utforsker hverandre og leker «doktor» eller lignende. • Fortell barnet ditt om kroppen og dens funksjoner. Ta initiativ hvis barnet ikke spør selv. Bruk ord som er lette å forstå. • Snakk med barna om å sette grenser for egen kropp, og om forskjellen på positive og problematiske berøringer. <ul style="list-style-type: none"> • Svar på spørsmål som barna stiller, gi enkle og konkrete svar. • Snakk med barnet ditt om mangfold og seksuell orientering. • En del barn liker å kose seg med å ta på tissen sin. Dette er helt normalt. • Forklar barnet ditt at gutter og jenter er forskjellige. <p><small>Referanser: Langfeldt T. (2000) «Barns seksualitet». Helseinspektoratet (2017) «Nasjonalfaglige retningslinjer for det helsefremmende og forebyggende arbeidet i helsestasjon, skolehelsetjeneste og helsestasjon for ungdom».</small></p> |
| <p>Femåringen</p> | <p>Følelser og kroppen</p> <p>Min kropp</p> <ul style="list-style-type: none"> • Respektere egen og andres kropp (kroppsregler) • Forskjeller, finnes mange måter å være på (kjønn, etnisitet, hudfarge, familie relasjoner) • Kjønnssidentitet, hvem er du • Kjenne kroppen sin, hva som føles godt og hva som er privat <p>Reproduksjon</p> <p>Følelser, verdier og holdninger</p> <ul style="list-style-type: none"> • Å være glad, lei seg, sint, redd, ensomhet, skam | <p>Gode, vonde, ulovlige hemmeligheter</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fortelle barna at det er viktig å si ifra til en voksen (også erfaringer på internett) <p>Gode, vonde, ulovlige berøringer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Personer som er glad i deg kan også gjøre deg vondt, dette er ikke lov og det er aldri din skyld • Fortelle barna at det er viktig å si ifra til en voksen <p>Hvem kan hjelpe?</p> | |
| <p>Etter.2 årstrinn</p> | <p>Kompetansemål som kan relateres til temaet «seksuelle overgrep»</p> | | |
| | <p>Naturfag Kropp og helse</p> <ul style="list-style-type: none"> • sette navn på og beskrive funksjonen til noen ytre og indre deler av menneskekroppen • samtale om grensesetting, forståelse og respekt for egen og andres kropp <p>beskrive og samtale om sansene og bruke dem bevisst i observasjoner ved aktiviteter ute og inne</p> | | |
| <p>1.trinn</p> | <p>Naturfag kropp og helse</p> | <p>Gode, vonde, ulovlige hemmeligheter</p> | |

| | | |
|--|---|--|
| | <p>Min kropp</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sette navn på og beskrive funksjonen til noen ytre og indre deler av menneskekroppen • Reproduksjon • Respektere egen og andres kropp • Kjenne kroppen sin, hva som føles godt og hva som er privat <p>Følelser, verdier og holdninger</p> <ul style="list-style-type: none"> • Å være glad, lei seg, sint, redd, ensomhet, skam | <ul style="list-style-type: none"> • Fortelle barna at det er viktig å si ifra til en voksen (også erfaringer på internett) <p>Gode, vonde, ulovlige berøringer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Personer som er glad i deg kan også gjøre deg vondt, dette er ikke lov og det er aldri din skyld • Fortelle barna at det er viktig å si ifra til en voksen <p>Hvem kan hjelpe?</p> |
| <p>2.trinn</p> | <p>Naturfag kropp og helse</p> <p>Min kropp</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sette navn på og beskrive funksjonen til noen ytre og indre deler av menneskekroppen • Reproduksjon • Respektere egen og andres kropp • Kjenne kroppen sin, hva som føles godt og hva som er privat • Kjønnssidentitet, det finnes ulike måter å kjenne seg på <p>Følelser, verdier og holdninger</p> <ul style="list-style-type: none"> • Å være glad, lei seg, sint, redd, ensomhet, skam | <p>Gode, vonde, ulovlige hemmeligheter</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fortelle barna at det er viktig å si ifra til en voksen (også erfaringer på internett) <p>Gode, vonde, ulovlige berøringer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Personer som er glad i deg kan også gjøre deg vondt, dette er ikke lov og det er aldri din skyld • Fortelle barna at det er viktig å si ifra til en voksen <p>Hvem kan hjelpe?</p> |
| <p>Etter 4.årstrinn</p> | <p>Kompetansemål som kan relateres til temaet «seksuelle overgrep»</p> | |
| <p>Naturfag Kropp og helse</p> <ul style="list-style-type: none"> • beskrive i hovedtrekk hvordan menneskekroppen er bygd opp • observere og beskrive hvordan kroppen reagerer i ulike situasjoner, og samtale om ulike følelsesmessige reaksjoner og sammenhengen mellom fysisk og psykisk helse <p>Samfunnsfag</p> | | |

| | | |
|-----------------------|---|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • bruke grunnleggjande nettvett i digital samhandling og ha kunnskap om reglar for personvern i digitale medium • gje døme på korleis menneske meiner ulikt, at møte mellom ulike menneske kan vere både gjevande og konfliktfylte, og samtale om empati og menneskeverd • samtale om tema knytte til seksualitet, grensesetting, vald og respekt • gje døme på rettar barn har, og ulike forventningar jenter og gutar møter i kvardagen, og samtale om korleis forventningane kan opplevast <p>KRLE</p> <ul style="list-style-type: none"> • samtale om respekt og toleranse og motvirke mobbing i praksis • bruke FNs barnekonvensjon for å forstå barns rettigheter og likeverd og kunne finne eksempler i mediene og ved bruk av Internett | |
| <p>3.trinn</p> | <p>Naturfag kropp og helse Min kropp</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kjenne kroppen sin, hva som føles godt og hva som er privat • Hva som er lov og ikke lov • Tvang og respekt <p>Samfunnsfag Nettvett og pornografi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Å ta/dele/ha bilder, film og animasjon • Ulovlig nettsider for barn • Porno - det du ser er ikke ekte. <p>Følelser, verdier og holdninger</p> <ul style="list-style-type: none"> • Å være glad, lei seg, sint, redd, ensomhet, skam • Regulering av følelsene <p>KRLE Hva er vold?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ulike former for vold | <p>Gode, vonde, ulovlige hemmeligheter</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fortelle barna at det er viktig å si ifra til en voksen (også erfaringer på internett) <p>Gode, vonde, ulovlige berøringer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Personer som er glad i deg kan også gjøre deg vondt, dette er ikke lov og det er aldri din skyld • Fortelle barna at det er viktig å si ifra til en voksen <p>Hvem kan hjelpe?</p> |
| <p>4.trinn</p> | <p>Naturfag kropp og helse Min kropp</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sette grenser for egen kropp, du bestemmer | <p>Gode, vonde, ulovlige hemmeligheter</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fortelle barna at det er viktig å si ifra til en voksen (også erfaringer på internett) <p>Gode, vonde, ulovlige berøringer</p> |

Vedlegg til notat til handlingsplan for forebygging av vold, seksuelle krenkelser og overgrep mot barn og unge 2019 - 2022

| | | |
|--|---|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Pubertets undervisning <p>KRLE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hva er vold • Hva er lov, seksuelle lavalder • Ulike former for vold <p>Samfunnsfag</p> <p>Nettvett og pornografi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nettet å ta/dele/ha bilder/film • Digital vold <p>Følelser, verdier og holdninger</p> <ul style="list-style-type: none"> • Å være glad, lei seg, sint, redd, ensomhet, skam • Regulering av følelsene | <ul style="list-style-type: none"> • Personer som er glad i deg kan også gjøre deg vondt, dette er ikke lov og det er aldri din skyld • Fortelle barna at det er viktig å si ifra til en voksen <p>Hvem kan hjelpe?</p> |
| <p>Etter 7.årstrinn</p> | <p>Kompetansemål som kan relateres til temaet «seksuelle overgrep»</p> | |
| <p>Naturfag Kropp og helse</p> <ul style="list-style-type: none"> • beskrive utviklingen av menneskekroppen fra befruktning til voksen • forklare hva som skjer under puberteten og samtale om ulik kjønnsidentitet og variasjon i seksuell orientering <p>Samfunnsfag</p> <ul style="list-style-type: none"> • bruke digitale verktøy til å presentere samfunnsfagleg arbeid og følge reglar for personvern og opphavsrett • samtale om kjærleik og respekt, variasjon i seksuell orientering og samliv og familie og diskutere konsekvensar av manglande respekt for ulikskap • gje døme på korleis kjønnsroller og seksualitet blir framstilt i ulike medium og diskutere dei ulike forventningane det kan skape <p>KRLE</p> <ul style="list-style-type: none"> • forklare viktige deler av FNs verdenserklæring om menneskerettigheter og samtale om betydningen av dem. • samtale om etikk i forbindelse med ulike familieformer, forholdet mellom kjønnene, ulik kjønnsidentitet og forholdet mellom generasjonene | | |
| <p>5.trinn</p> | <p>Naturfag kropp og helse</p> <ul style="list-style-type: none"> • Min kropp og reproduksjon | <p>Gode, vonde, ulovlige hemmeligheter</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fortelle barna at det er viktig å si ifra til en voksen (også erfaringer på internett) |

*Foreldresamarbeid og informasjon ut til foresatte skjer parallelt!

| | | |
|--------------------------|---|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Pubertetsundervisning <p>Naturfag/Samfunnsfag</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ulik kjønnsidentitet og seksuell orientering • Sunn seksualitet kontra pornografi | <p>Gode, vonde, ulovlige berøringer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Personer som er glad i deg kan også gjøre deg vondt, dette er ikke lov og det er aldri din skyld • Fortelle barna at det er viktig å si ifra til en voksen <p>Hvem kan hjelpe?</p> |
| 6.trinn | <p>Samfunnsfag</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tvang, grenser og samtykke • Overgrep på nett <p>KRLE Kunnskap om seksuelle overgrep i tråd med menneskerettighetene</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hva er et seksuelt overgrep • Hvem er en overgriper (trenere, lærere, foreldre, jevnaldrende) | <p>Gode, vonde, ulovlige hemmeligheter</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fortelle barna at det er viktig å si ifra til en voksen (også erfaringer på internett) <p>Gode, vonde, ulovlige berøringer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Personer som er glad i deg kan også gjøre deg vondt, dette er ikke lov og det er aldri din skyld • Fortelle barna at det er viktig å si ifra til en voksen <p>Hvem kan hjelpe?</p> |
| 7.trinn | <p>Naturfag kropp og helse</p> <ul style="list-style-type: none"> • Min kropp og reproduksjon • Hva er lov, seksuell lavalder, respekt og grenser <p>Samfunnsfag Grooming og overgrep på nett</p> <p>KRLE Intro til sosial kontroll, tvangsekteskap og kjønnslemlestelse</p> | <p>Gode, vonde, ulovlige hemmeligheter</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fortelle barna at det er viktig å si ifra til en voksen (også erfaringer på internett) <p>Gode, vonde, ulovlige berøringer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Personer som er glad i deg kan også gjøre deg vondt, dette er ikke lov og det er aldri din skyld • Fortelle barna at det er viktig å si ifra til en voksen <p>Hvem kan hjelpe?</p> |
| Etter 10.årstrinn | Kompetansemål som kan relateres til temaet «seksuelle overgrep» | |

| | | |
|---|--|--|
| <p>Naturfag Kropp og helse</p> <ul style="list-style-type: none"> formulere og drøfte problemstillinger knyttet til seksualitet, seksuell orientering, kjønnsidentitet, grensesetting og respekt, seksuelt overførbare sykdommer, prevensjon og abort <p>Samfunnsfag</p> <ul style="list-style-type: none"> analysere kjønnsroller i skildringar av seksualitet og forklare skilnaden på ønskt seksuell kontakt og seksuelle overgrep gje døme på korleis oppfatningar om forholdet mellom kjærleik og seksualitet kan variere i og mellom kulturar <p>KRLE</p> <ul style="list-style-type: none"> drøfte etiske spørsmål knyttet til menneskeverd og menneskerettigheter, likeverd og likestilling, blant annet ved å ta utgangspunkt i kjente forbilder reflektere over etiske spørsmål knyttet til mellommenneskelige relasjoner, familie og venner, samliv, heterofili og homofili, ungdomskultur og kroppskultur | | |
| 8.trinn | <p>Naturfag kropp og helse Kroppen og seksualitet</p> <ul style="list-style-type: none"> Glede over egen kropp og din seksuelle orientering Samtykke – det er lov å si nei, respekt og grenser, ditt valg - du bestemmer! <p>Samfunnsfag</p> <ul style="list-style-type: none"> Sex – hvor går grensen? Å ta/ha/dele bilder/video/animasjon Digital vold Vold og krenkelser på sosiale medier <p>KRLE</p> <ul style="list-style-type: none"> Forelskelse, vennskap/kjæreste, vennese Seksuelle handlinger i bytte mot goder, samleie og prevensjon | <p>Gode, vonde, ulovlige hemmeligheter</p> <ul style="list-style-type: none"> Fortelle barna at det er viktig å si ifra til en voksen (også erfaringer på internett) <p>Gode, vonde, ulovlige berøringer</p> <ul style="list-style-type: none"> Personer som er glad i deg kan også gjøre deg vondt, dette er ikke lov og det er aldri din skyld Fortelle barna at det er viktig å si ifra til en voksen <p>Hvem kan hjelpe?</p> |
| 9.trinn | <p>Naturfag kropp og helse Kroppen og seksualitet</p> <ul style="list-style-type: none"> Glede over egen kropp og din seksuelle orientering | <p>Gode, vonde, ulovlige hemmeligheter</p> <ul style="list-style-type: none"> Fortelle barna at det er viktig å si ifra til en voksen (også erfaringer på internett) <p>Gode, vonde, ulovlige berøringer</p> |

| | | |
|------------------------|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Samtykke – det er lov å si nei, respekt og grenser, ditt valg - du bestemmer! <p>Samfunnsfag</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kjønnssroller og pornografi • Likestilling og frivillighet • #metoo • Sex – hvor går grensen? Å ta/ha/dele bilder/video/animasjon <p>KRLE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sosial kontroll, tvangsekteskap og kjønnslemlestelse. Hva gjør man? Ikke reis ved bekymring! • Forelskelse, vennskap/kjæreste, venne-sex • Seksuelle handlinger i bytte mot goder, samleie og prevensjon | <ul style="list-style-type: none"> • Personer som er glad i deg kan også gjøre deg vondt, dette er ikke lov og det er aldri din skyld • Fortelle barna at det er viktig å si ifra til en voksen <p>Hvem kan hjelpe?</p> |
| <p>10.trinn</p> | <p>Samfunnsfag</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sex og samtykke • Sex-hvor går grensen? <p>KRLE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Konsekvenser av vold og overgrep sett i sammenheng med dårlig psykisk helse • Kjærestevold / jevnaldrende som utøver vold mot hverandre | <p>Gode, vonde, ulovlige hemmeligheter</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fortelle barna at det er viktig å si ifra til en voksen (også erfaringer på internett) <p>Gode, vonde, ulovlige berøringer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Personer som er glad i deg kan også gjøre deg vondt, dette er ikke lov og det er aldri din skyld • Fortelle barna at det er viktig å si ifra til en voksen <p>Hvem kan hjelpe?</p> |