

# 5 råd

## til den gode seksualundervisning

Få inspiration til planlægning af seksualundervisning på jeres skole med disse fem anbefalinger.

Anbefalingerne kommer fra et initiativ med deltagelse af lærere, skoleledere, sundhedsplejersker, eksterne undervisningsudbydere, vidensorganisationer, politikere og unge. Initiativet blev igangsat for at imødekomme Ungerådet KBH's ønske om øget fokus på seksualundervisning.

### 1 Sørg for en klar ansvarsfordeling

Det kan være en god idé at udarbejde en sammenhængende undervisningsplan for seksualundervisningen, der strækker sig over alle årgange. Start med at klarlægge skolens egen tilgang til undervisningen. Derefter kan relevant personale, såsom lærerteams og sundhedsplejersker, samles for at drøfte kompetencer, planlægning og ansvarsfordeling inden for seksualundervisningen.

Samarbejde mellem sundhedsplejepersonale og lærere bidrager til at sikre den sundhedsfaglige tilgang til seksualundervisningen. Derfor er det en fordel at planlægge samarbejdet mellem sundhedsplejen og lærere når det kommende skoleår planlægges. På samme måde er det vigtigt at sikre, at sundhedsplejen har adgang til løbende efteruddannelse om emner som køn, identitet og seksualitet, eventuelt gennem BUF Akademi.

#### Kom godt i gang

- Overvej om jeres skole skal udvikle jeres egen læseplan til seksualundervisning?  
*Få inspiration her:*  
[Sex og samfunds vejledning](#)
- Overvej hvordan I samarbejder bedst, og husk at sundhedsplejersken tilbyder alle skoler undervisning i puberteten og kroppens udvikling (4. klasse) og seksuel sundhed (7. klasse)

### 2 Integrer seksualundervisningen i andre fag

Seksualundervisningen skal integreres i skolens fag. For at støtte op om det anbefales det at udpege tre nøglepersoner inden for indskoling, mellemtrinnet og udskoling. Disse nøglepersoner kan guide lærerne i kompetenceudvikling, evaluering af undervisningsmateriale og styrkelse af seksualundervisning på tværs af fag. Et forum for nøglepersonerne vil fremme vidensdeling og inspiration. Det kan være en fordel at fokusere kompetenceudviklingen til skolens nøglepersoner.

#### Kom godt i gang

- Overvej om der skal være nogle nøglepersoner på skolen som har en særlig rolle  
*Få inspiration her:*  
[Tovholder - SSF Kompasset](#)
- Overvej om I har de rette kompetencer eller der er behov for kompetenceudvikling inden for seksualundervisning  
*Få inspiration her:*  
[Kompetenceudvikling af ressourcer - SSF Kompasset](#)

### 3 Inddrag elever og skolebestyrelse

I kan overveje at lade eleverne være med til at vælge temaer ud fra de retninger, der allerede er besluttet. Elevrådet kan også komme med forslag til, hvad der skal læres i undervisningen eller i uge 6.

Undersøg om skolebestyrelsen kan integrere seksualundervisning i skolens værdisæt. Skolebestyrelsen kan også hjælpe med at kommunikere om seksualundervisningen til forældrene og fremme en åben og inkluderende dialog.

#### Kom godt i gang

- Overvej hvordan eleverne kan være med til at bestemme emner til undervisningen  
*Få inspiration her:*  
[Elevråd - SSF Kompasset](#)
- Overvej hvordan I sikrer at forældrene bakker op om seksualundervisningen  
*Få inspiration her:*  
[Skolebestyrelse - SSF Kompasset](#)

### 4 Hent viden udefra

Tøv ikke med at inddrage eksterne aktører som sundhedsplejen, ressourcecenteret, skolebiblioteket og inklusionspædagogen for at sikre en alsidig tilgang til seksualundervisningen. Husk, at du altid kan støtte lærerne med inspiration og undervisningsmaterialer via Faglig Center eller ved at udforske Åben Skole Portalen for relevante eksterne forløb.

Hvis klassen trives godt sammen og med læreren, kan det være en god idé, hvis læreren deltager i aktiviteter med andre undervisere. Dette gør det lettere at besvare elevernes spørgsmål efterfølgende. Undlad dog at dele egne oplevelser. Læreren og underviseren bør drøfte, hvad klassen har arbejdet med tidligere, og hvad eleverne gerne vil tale om.

#### Kom godt i gang

- Overvej om det kunne være en god idé at supplere undervisningen med eksterne undervisere på jeres skole  
*Find eksterne læringsforløb her:*  
[Åben Skole - Sundheds- og seksualundervisning](#)  
  
*eller se en video fra SSF-kompasset:*  
[Hvordan underviser vi i Sundheds og seksualundervisning og familiekundskab](#)

### 5 Find inspiration

Her kan du finde inspiration til planlægningen af undervisningen og nye materialer:

[Køn, krop og seksualitet - Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab - GRUNDSKOLE | Emu.dk](#)

[SSF Kompasset - Sundhed - Seksualundervisning - Familiekundskab](#)

[Åben Skole - Sundheds- og Seksualundervisning](#)

[Forside - Sex og Samfunds underviserportal](#)

[Gratis LGBT+ kompetenceløft for fagpersoner](#)

[Gratis hjælp og sparring fra Sex og Samfund](#)

