



KROP

Lærervejledning til mellemtrinet (4.-6. klasse)

Kroppen på skærmen ([link](#))

Om temaet

Dette tema handler om normer og idealer for kroppen samt den betydning, som normer og idealer kan have for unges kropsglæde, kropsbevidsthed, sundhed og trivsel.

Temaet er udviklet i samarbejde med Sex & Samfund i forbindelse med Uge Sex-kampagnen 2018, hvor overskriften er #KROP.

Tal og tendenser om kropsidealer

- 28% af unge i 7.-9. klasse er meget tilfredse med deres egen krop.
- 10 % af unge i 7.-9. klasse er mindre eller slet ikke tilfredse med deres egen krop.
- 49 % af unge i 7.-9. klasse er utilfredse med deres egen vægt.
- 54 % af unge i 7.-9. klasse er tilfredse med deres egen kropsform.
- 37 % af unge i 7.-9. klasse mener, at deres venner har betydning for deres syn på egen krop.
- 17 % af unge i 7.-9. klasse mener, at forældre har betydning for deres syn på egen krop
- 26 % af unge i 7.-9. klasse mener, at sociale medier har betydning for deres syn på egen krop.
- 58 % af unge i 7.-9.klasse vurderer, at tilfredsheden med egen krop i høj eller nogen grad påvirker deres selvværd¹
- Drengene og piger, som laver aktiviteter med fokus på udseende på Facebook og Instagram, adopterer i højere grad kropsidealerne på sociale medier, de oplever lavere kropstilfredshed og større optagethed af muskler og tyndhed.
- 46 % ville ønske, at deres krop lignede nogle af de kroppe, de ser på Facebook og Instagram.
- 35 % forskønner deres Instagrambilleder med redigering eller anden digital finpudsning inden upload.²

¹ Kilde: *Undersøgelse om unges syn på krop og kropsidealer blandt 1031 elever i 7.-9. klasse, Sex & Samfund 2017.*

² Kilde: *Spørgeskemaundersøgelse blandt 170 elever i ni 8. og 9. klasser på fem skoler i hovedstadsområdet foretaget af Sofie Bak Thorup i forbindelse med sit kandidatspeciale ved Center for Journalistik på Syddansk Universitet 2015.*

Kom godt i gang

Fag:

Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab og dansk. Se Fælles Mål [HER](#).

Varighed: Ca. 5-6 timer.

Perspektiver omkring kroppen, kropsidealer og kropstilfredshed går tæt på elevernes eget liv og fællesskaber. Derfor anbefaler Sex & Samfund, at følgende aftaler indgås som ramme for undervisningen med det formål at skabe et læringsrum, hvor alle elever føler sig trygge:

- Elever og underviser taler ikke privat eller personligt om sig selv og andre (eksempelvis tales der ikke om tilfredshed med egen krop og syn på egen og andres kroppe).
- Diskriminerende/nedsættende kommentarer om krop og kropsidealer accepteres ikke.
- Der er respekt for forskelligheder.

Læs mere om det trygge rum i sundheds- og seksualundervisningen [HER](#).

Aktiviteter i undervisningsmaterialet:

Intro: Begrebsafklaring: Hvad er normer og idealer?

1. Kroppen på skærmen.
2. På stranden før og nu.
3. Evaluering (tilrettelægges af underviseren og indgår ikke i elevopgaverne).

Tilrettelæggelse:

Det faglige arbejde med de fire aktiviteter kan tilrettelægges som et samlet forløb, eller der kan arbejdes med udvalgte aktiviteter. Aktiviteterne i materialet tilrettelægges som gruppearbejde i mindre grupper på 2-4 elever. Hver opgave afsluttes med en fælles præsentation og opsamling i klassen, som faciliteres af underviseren.



Foto: Mette Frandsen

Intro: Begrebsafklaring

I denne aktivitet arbejder eleverne med en begrebsafklaring og fælles forståelse omkring begreberne "normer" og "idealer". Begrebsafklaringen danner udgangspunkt for arbejdet med de øvrige opgaver.

Se elevopgaverne til introen [HER](#) (link til elevopgaver).

Præsentation og opsamling

Afslut elevernes arbejde med en fælles præsentation af gruppernes arbejde. Tal med eleverne om, hvilke konkrete eksempler på normer og idealer for kroppen eleverne kender til, og hvilke fordele og ulemper der kan være ved, at elever bliver eksponeret for normer og idealer for kroppen forskellige steder fra (eksempelvis sociale medier, reklamer, musikvideoer, venner, forældre).

Opgave 1: Kroppen på de sociale medier

I denne aktivitet går eleverne på jagt efter eksempler på normer og idealer i de fire klip: '[Ingen kroppe er ens](#)', '[Marlon og Madeleine vil gerne have en sixpack](#)', '[Sociale medier skaber fokus på den perfekte krop](#)' og '[I bad efter idræt](#)'. Formålet med aktiviteten er at skærpe elevernes blik for de normer og idealer, de møder i deres hverdag, samt igangsætte refleksioner om, hvordan børn påvirkes af de idealer, de møder.

Se elevopgaverne til opgave 1 [HER](#) (link til elevopgaver).

Præsentation og opsamling

Grupperne fremlægger deres præsentation, og underviseren faciliterer en fælles dialog om gruppernes præsentationer. I kan eksempelvis tale om; hvad præsentationerne viser om, hvilke normer og idealer for kroppen der findes, hvilke fordele og ulemper der er ved normer og idealer for kroppen, hvordan normer og idealer opstår, hvordan normer og idealer udvikler sig, hvordan normer og idealer for kroppen påvirker unges egne forestillinger om kroppen både bevidst og ubevidst, samt hvad unge i fællesskab kan gøre for at bryde med og forandre uhensigtsmæssige normer og idealer for kroppen.

Opgave 2: På stranden før og nu

Denne aktivitet handler om at se på det historiske aspekt i forhold til nøgenhed, kroppe og blufærdighed.

I grupperne arbejder eleverne med seks korte klip, der viser situationer fra danske strande gennem cirka 100 år. '[Historien om nøgenbadning i Danmark](#)', '[Badende damer. Fri Strand \(1901\)](#)', '[Badeliv ved Ringsted \(1950-1953\)](#)', '[Nøgenbadning på Henne Strand \(1974 – 1976\)](#)', '[Blufærdighed og nøgenbadning \(2006\)](#)' og '[Løkken strand \(2017\)](#)'.

Se elevopgaverne til opgave 2 [HER](#) (link til elevopgaver)

Præsentation og opsamling

Afslutningsvis præsenterer grupperne deres digitale produkter. Tal derefter i fællesskab om, hvilke emner de forskellige grupper har valgt at lave et indslag om. Er der et gennemgående tema? Hvordan kan det mon være?

Tal også om, hvordan vi mon går på stranden om 5, 10, 50 år? Hvem og måske hvad bestemmer, hvilke normer der er i forhold til, hvad vi tager på, når vi bader?

Opgave 3: Evaluering

Denne aktivitet er udviklet som en afsluttende evalueringsaktivitet, hvor eleverne reflekterer over egen læring i forbindelse med det samlede forløb. Evalueringen relaterer sig til de læringsmål, der er knyttet til forløbet.

- a. Eleverne finder sammen to og to og aftaler indbyrdes, hvem der er nummer 1, og hvem der er nummer 2.
- b. Underviseren stiller et spørgsmål, og herefter taler alle 1'erne om dette spørgsmål i 30 sekunder, mens 2'erne lytter opmærksomt. Når de 30 sekunder er gået, bytter de roller, og nu er det nummer 2, der taler og nummer 1, der lytter. Når eleverne med nummer 2 tilsvarende har talt i 30 sekunder, får hvert makkerpar et minut til at tale sammen om spørgsmålet. Her må de stille uddybende spørgsmål til noget, den anden har sagt, og de må kommentere positivt på pointer, som makkeren har udtrykt. Når det fælles minut er gået, finder alle elever en ny makker og proceduren gentager sig med et nyt spørgsmål.

Spørgsmål:

- Hvad er det vigtigste du har lært om normer og idealer for kroppen?
 - Hvis du blev statsminister for en dag, hvad ville du så gøre for at børn blev mere tilfredse med deres krop?
 - Hvis du skulle forandre noget ved de kropsidealer der i dag, hvad ville du så forandre?
 - Hvordan kan man ændre på de kropsidealer, der er i dag?
- c. Tilrettelæg en fælles opsamling, hvor eleverne præsenterer konkrete eksempler på eksempelvis interessante, vigtige, sjove, anderledes, lærerige og fremadrettede svar, de fik fra de makker, de talte med.



Foto: Pernille Ane Egebæk