

SKJERMEN VISER:	I TIMEN:
	Sjå filmen Kroppen og følelser - YouTube eller bruk lenka under filmen for å sjå den utan musikk og med tekst.
	Snu deg til den du sit saman med å prøv å finne ut korleis det kjennes å: • vere svoltne • vere tørst • vere trøtt
	Korleis kan vi kjenne det i kroppen viss vi: • gruer oss? • gleder oss?
	Korleis kjennes det i kroppen å • få trøyst av ein vaksen?
Det er min kropp og eg bestemmer!  Tema - Overgrep – 2. Kroppen er din (Sesong 5) – NRK TV Kroppen min er meg © 2019 NRK TV	Vi skal sjå ein liten film i lag som heiter «Kroppen min eier jeg» Den handlar om at barn har rett til å bestemme over kroppen sin, og den handlar også litt om det som heiter sex. Har de høyrte om det? Det er ikkje lov å gjere sex-ting med barn, og vi ser filmen saman slik at alle barn skal vite kva som er lov, og kva som ikkje er lov. Tema - Overgrep – 2. Kroppen er din (Sesong 5) – NRK TV Etter filmen bruker de bilda under og snakkar saman slik at barna forstår meir.
	I filmen snakkar dei om mykje forskjellig med kroppen vår, og blant anna om det å ta på andre sine kroppar eller gi klem. Alle måtar menneske sine kroppar kjem borti kvarandre på, med eller utan klede, er kroppskontakt.
	- Kan de kome på eksempel på god kroppskontakt? Få fram at ikkje alle likar det same. Nokon likar klem, nokon likar det ikkje. Ein klem kan vere god når den er frå nokon ein likar å få klem av, og vond når den er frå nokon ein ikkje likar å få klem av. Få også fram at kroppskontakt for dei fleste av oss er ein viktig del av det å være nær i familien. Kroppskontakt kan virke som ein leiing til straum – vi blir lada opp og får nye krefter.
	- Kan de kome på eksempel på vond kroppskontakt? Dette er heller ikkje likt for alle. Dei fleste vil vere einig i at det å bli slått eller sparka er vond kroppskontakt. Men det å måtte klemme nokon ein ikkje likar kan vere vond kroppskontakt. Nokon barn kan også få vondt av svake berøringar mot hud, børsting av hår og merkelappar på klede. Få fram at vi er ulike og det er greitt. Frå filmen er «tissen-ting» nemnt som eksempel på vond kroppskontakt. Ikkje fordi det treng å

	gjere vondt, men fordi det kan kjennes ekkelt, utrygt, rart eller feil – og då er det vond kroppskontakt. OG det er ulovlig.
	Det er DU som bestemmer når du vil ha kroppskontakt. Men av og til må vaksne bestemme – når var det? (tannpuss/tannlege, måle feber, av og til må foreldre bestemme at vi må kle på oss, bli med i bilen og sånn).
	Korleis viser vi at vi vil ha kroppskontakt? (Spørre, svare ja, bli med på klem, strekke fram hand, sette oss på fang).
	Korleis viser vi at vi IKKJE vil ha kroppskontakt? (Seie nei, vise med kroppen, rope nei, springe vekk, sei frå til ein annan vaksen).
	Aktivitet - lag figur Teikn eller klipp ut figur på eit halvt a4-ark som ligg som vedlegg, eller lag ein figur av plastilina som skal brukast etter neste film. Figuren er ikkje barnet sjølv, men ein eleven kan styre i dukkeleik etterpå. Den treng ikkje vere fin, for den kan lett bli øydelagt av det vi brukar den til. Medan elevane lagar til figuren har du som lærar moglegheit til å fange opp om det er nokon som har reaksjonar på filmen de såg, og det de har prata om, slik at du kan avtale med eleven at de kan prate saman etterpå – eller finne nokon som kan hjelpe eleven no.
	Sjå filmen Samtykke forklart for barn - YouTube som utgangspunkt for å finne ut kva som ser forskjellen på kroppskontakt vi likar og vil ha, og kva vi ikkje likar og kan seie nei til.
	Bruk figurane elevane laga, eller ha med legofigurar eller liknande som elevane kan styre. La elevane jobbe saman to eller tre og styre figurane som skal: • Finne ut om figuren har lyst å gi klem til ei gamal tante, og enten klemme eller sei nei • Finne ut om figuren har lyst å halde ein venn i handa, og enten gjere det eller sei nei • Finne ut om figuren har lyst å kysse ein som spør om det, og enten gjere det eller sei nei De kan også bruke fleire eksempel frå det elevane kom på tidlegare om god kroppskontakt.
Jobbe vidare? • Bruk musikkvideoane som ligg i boksane nedst på sida. Elevane kan danse, synge og lære engelske namn på kroppsdelar. • Ha frosketid • Skriv ut og bruk kroppskort.pdf (statensbarnehus.no) til samtale med barna om kroppsreglane, eller gjer nokon av øvingane som ligg i ha-ndbok-kroppskort.pdf (statensbarnehus.no)	