

Kend kroppen Mellemlin

Materialet er udarbejdet af Alberte Elisabeth Nørregaard
Pedersen.

Illustrationerne er fra digitalarts.dk

Har du spørgsmål eller feedback må du meget gerne kontakte
mig på:

Instagram: lystoglaering

Mail:

albertewpedersen@gmail.com

Al kopiering, analogt og digitalt, af dette
materiale eller dele deraf er tilladt i henhold til
undervisningsinstitutionens
aftale med Tekst & Node. Kopiering, der går ud
over begrænsningsreglerne i aftalen med Tekst
& Node,
kan alene finde sted efter forudgående aftale
med licensgiver.

Kend kroppen Mellemtrin

Materialet er tiltænkt til mellemtrinnet.

Eleverne er sammen i grupper ca. 3 stk.
Hver gruppe skal have en krop. Vælg selv mellem to
hudfarver.

Kroppene skal printes i A3.

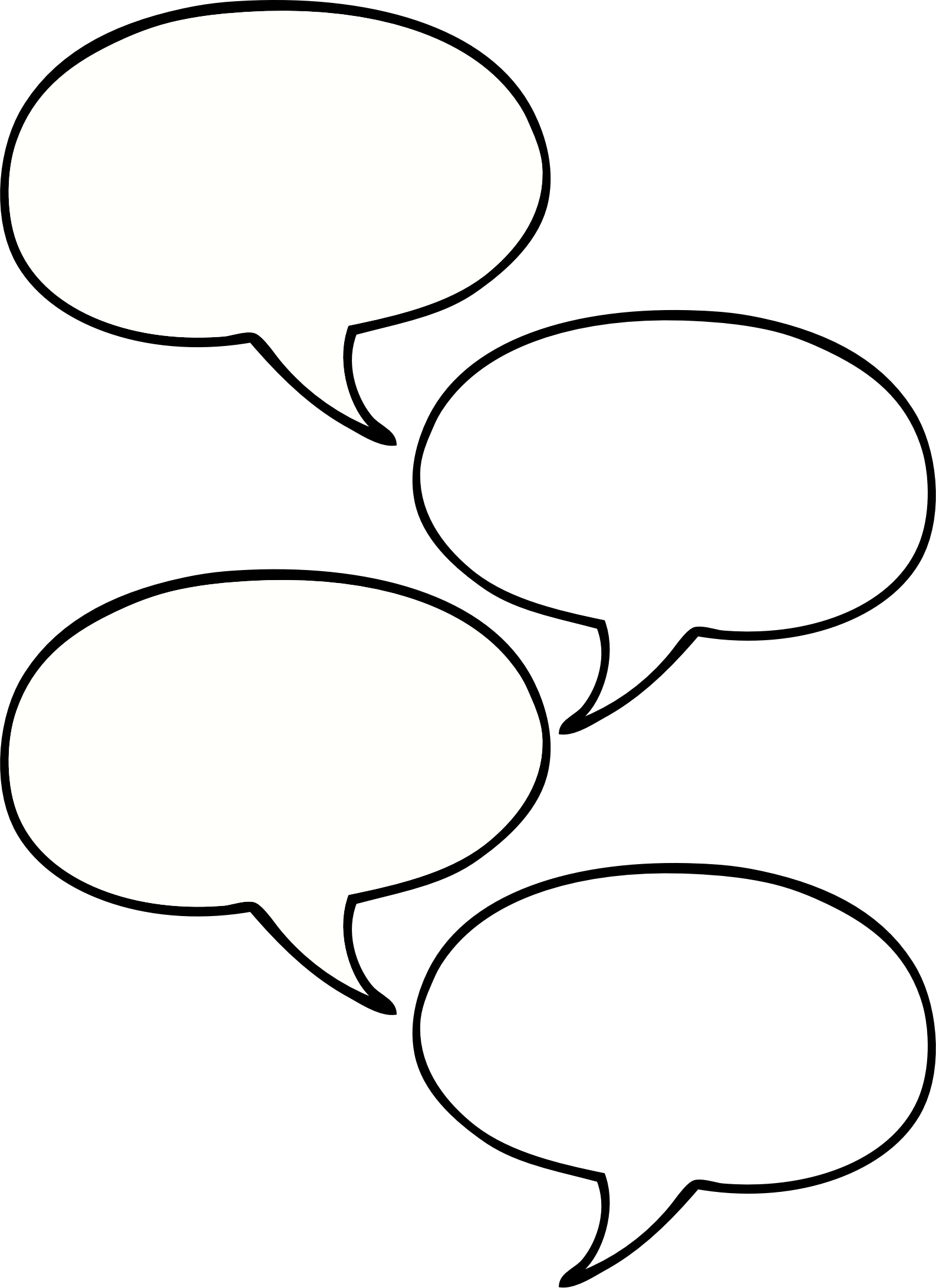
Print talebobler ud til hver gruppe. Grupperne skal kunne
skrive i den og klistre på deres krop. Hver gruppe skal bruge
otte stk.

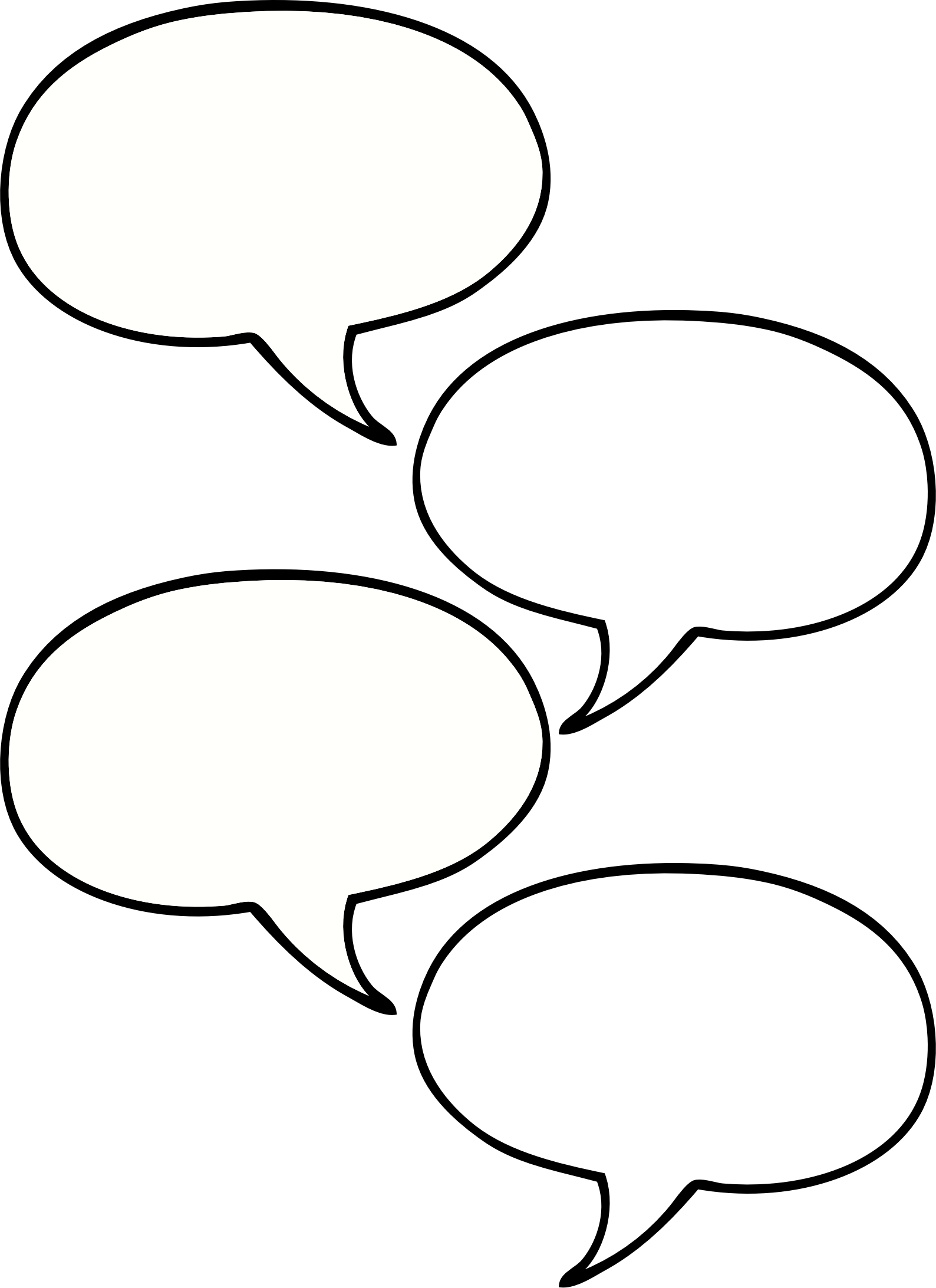
De skal printes i A4.

Til sidst er der dilemmakort som printes til hver gruppe. De
omhandler både pige og drenge kroppen. Tanken er at
eleverne ikke kun forholder sig til hvis deres eget køn går
igennem.









Opgaver med kroppen:

Markere med **rød** hvor på kroppen der sker ændringer under pigers pubertet.

Markere med **blå** hvor på kroppen der sker ændringer under drenges pubertet.

I taleboblerne skal I skrive en kort faktatekst om hver af følgende ting, og dernæst placere dem det rigtige sted på kroppen:

Menstruation

Bryster

Hofte

Stemmen i overgang

Sved

Skæg

Bumser

Følelser

I kan søge info på <https://determinkrop.dk/mellemtrin/>

Dilemmakort

Dilemmakortene udleveres når eleverne har talt om hvad kroppen går i gennem i puberteten. De skal her tale om hvordan de vil reagere i disse situationer hvis det var dem, som oplevede det.

Pige

Du har idræt og er glad for faget. I dag har du dog menstruation og meget ondt i maven.

Du har kun mandlige lærer.

Hvad kan du gøre?

lystoglaering

Pige

Du har idræt og har menstruation. Du vil derfor ikke i bad sammen med de andre.

Din lærer siger det ikke kan lade sig gøre at du går alene i bad, fordi to andre piger også har menstruation.

Hvad kan du gøre?

lystoglaering

Pige

Du får menstruation for første gang imens du er i skole.

Du ved at der ligger bind o.lign i en skuffe i lærers bord.

Du har dog vikar som sidder ved bordet hele tiden.

Hvad kan du gøre?

lystoglaering

Pige

Du får menstruation for første gang imens du er i skole.

I har ikke snakket om hvad man skal gøre hvis man mangler et bind.

Hvad kan du gøre?

lystoglaering

Pige

Du er begyndt at få bryster som den eneste i klassen. Det gør ondt når du løber og hopper.

Hvad kan du gøre?

lystoglaering

Pige

Du har de største bryster i klassen. Du føler ofte at de andre kigger på dig af den grund.

Hvad kan du gøre?

lystoglaering

Dreng

Dine bryster begynder at hæve og være ømme. Du bliver bekymret.

Hvad kan du gøre?

lystoglaering

Dreng

Du begynder at få hår i ansigtet og synes det er grimt og klør.

Hvad gør du?

lystoglaering

Dreng

Du glæder dig til at kunne få rigtigt skæg. Men din fars skæg synes du ikke er flot, du er bange for dit bliver lige sådan.

Hvad kan du gøre?

lystoglaering

Dreng

Du oplever at du ikke kan styre dine stemme engang i mellem. Du synes det er pinligt.

Hvad kan du gøre?

lystoglaering

Dreng

Du vågner op om morgen og har haft 'våde drømme'. Du synes det er pinligt din mor kan se det på dit sengetøj.

Hvad kan du gøre?

lystoglaering

Dreng

Du oplever at din penis bliver stiv uden du kan styre det. Du synes det er irriterende.

Hvad kan du gøre?

lystoglaering

Alle

Du opdager din krop har fået strækmærker fordi du er vokset så hurtigt. Dem er du ked af.

Hvad kan du gøre?

lystoglaering

Alle

Du begynder at lugte af sved, selvom du ikke har motioneret. Du plejer at gå i bad 3 gange om ugen.

Hvad kan du gøre?

lystoglaering

Alle

Du begynder at få bumser i ansigtet og synes det er helt vildt pinligt.

Hvad kan du gøre?

lystoglaering

Alle

Du får så mange bumser i ansigtet at det gør ondt og gør dig ked af det.

Hvem kan hjælpe dig?

lystoglaering

Alle

Du føler at dine følelser
svinger helt vildt meget. Du
bliver meget glad eller
meget ked af det på skift.
Det irriterer dig.

Hvad kan du gøre?

lystoglaering

Pige

Du er den eneste som ikke
er begyndt at få bryster.
Det er du virkelig ked af.
Din bedste veninde har
store bryster.

Kan du snakke med hende
om det?

lystoglaering

Dreng

Du er den laveste i klassen
og har været det længe.
Det påvirker dig negativt.
Dine forældre er dog ret
høje.

Kan du snakke med dine
venner om det?

lystoglaering

Alle

Du begynder at få nogle
nye følelser for en af det
modsatte køn.

Hvem snakker du med om
det?

lystoglaering

Det gode ved at blive ældre:

Gå sammen to og to eller tre og tre
I går udleveret en bunke udsagn som
skal placeres på en linje.
I skal blive enige.

Placere udsagnene på en linje fra:

1 - Det I glæder jer mindst til
10- Det I glæder jer mest til

I får 10 udsagn, I skal placere alle 10.

(Der er 10 udsagn til drenge og 10
udsagn til piger)

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

At blive højere

At få bryster

At få menstruation

At få lov til flere ting, fordi man er mere moden

At blive forelsket og få en kæreste

At få bumser

At få hår nye steder på kroppen

At føle sig mere moden

At være tættere på at blive voksen

At få følsesudbrud

At blive højere

At få stemmen går i overgang

At blive bredere om skulderen

At få lov til flere ting, fordi man er mere moden

At blive forelsket og få en kæreste

At få bumser

At få hår nye steder på kroppen

At føle sig mere moden

At være tættere på at blive voksen

At få følsesudbrud