Leerdoelen Kriebels in je buik

Thema		Titel	Leerdoelen
Groep 1			
1	Lichamelijke ontwikkeling en zelfbeeld	**Hoe zien wij er uit**	De leerlingen: • kennen hun eigen lichaam. • krijgen inzicht in de overeenkomsten en verschillende kenmerken. • leren dat ieder lichaam uniek en speciaal is. • zijn zich hiervan bewust dat ze een individu zijn. • respecteren onderlinge verschillen tussen de mensen.
2	Lichamelijke ontwikkeling en zelfbeeld	**In je blootje**	De leerlingen: • weten dat er verschillende regels rondom bloot zijn en privé zijn. • weten dat de gewoonten en regels over bloot zijn per situatie verschillen.
3	Sociale en emotionele ontwikkeling	**Bij ons thuis**	De leerlingen: • krijgen inzicht in verschillende gezinssamenstellingen. • kunnen benoemen wat zij leuk vinden aan het gezin van de ander. • leren dat ieder gezin andere gewoonten en gebruiken heeft.
4	Sociale en emotionele ontwikkeling	**Ik vind jou lief**	De leerlingen: • leren verschillende manieren kennen om gevoelens van liefde of affectie uit te drukken. • weten welke manieren er zijn om iemand te laten merken dat je iemand aardig of lief vindt. • leren onderscheid te maken tussen prettige en niet-prettige aanrakingen en negatieve en positieve gevoelens voor een ander.
5	Wensen en grenzen	**Voelt dit fijn of niet?**	De leerlingen: • worden zich bewust van positieve en negatieve gevoelens bij het aanraken en voelen van verschillende voorwerpen op (bepaalde) delen van hun lichaam. • kunnen aan de andere kinderen zien en laten zien wanneer ze een aanraking fijn of niet fijn vinden.

Thema			
Groep 2			
1	Lichamelijke ontwikkeling en zelfbeeld	**Meisjes en jongens**	De leerlingen: • worden zich bewust van overeenkomsten en verschillen tussen meisjes en jongens. • worden zich bewust van wat "typisch" meisjes- en jongensgedrag of dingen zijn.
2	Voortplanting en gezinsvorming	**Hoe worden kindjes geboren?**	• De leerlingen: • weten hoe een baby in de buik komt, in de buik groeit, wordt geboren en eruit ziet
3	Sociale en emotionele ontwikkeling	**Wij zijn vriendjes**	De leerlingen: • krijgen inzicht in wat vriendschap voor hen betekent. • kunnen uitleggen hoe zij verschillen van hun vriendjes. • kunnen een voorbeeld geven hoe zij laten zien dat zij iemand lief of aardig vinden. • kunnen een compliment geven aan een klasgenootje.
4	Wensen en Grenzen	**Wat voelt fijn en wat niet?**	De leerlingen: • zijn zich ervan bewust dat iedereen eigen wensen en grenzen heeft. • leren grenzen en wensen in verschillende situaties te respecteren. • zijn zich ervan bewust dat wat je fijn of niet fijn vindt per situatie en per persoon kan verschillen.
5	Wensen en grenzen	**Hoe zeg ik nee?**	De leerlingen: • weten dat ze onprettige aanrakingen mogen weigeren. • weten bij wie ze hulp kunnen vragen in onprettige situaties. • leren nee zeggen op verschillende manieren. • leren te luisteren als anderen nee zeggen.

Thema			
Groep 3			
1	Lichamelijke ontwikkeling en zelfbeeld	**Ik ben ik**	De leerlingen: • weten dat ieders lichaam en uiterlijk uniek en bijzonder is. • krijgen handvatten om een positief lichaams- en zelfbeeld te ontwikkelen. • krijgen handvatten om een positieve houding te ontwikkelen over anderen, ongeacht verschillen in uiterlijke kenmerken. • leren positieve eigenschappen van elkaar te benoemen en elkaar te waarderen.
2	Lichamelijke ontwikkeling en zelfbeeld	**Meisjes en jongens**	De leerlingen: • weten dat er verschillen zijn tussen beelden in de media van jongens en meisjes en die in de realiteit. • leren dat meisjes en jongens gelijk zijn. • kunnen lichamelijke overeenkomsten en verschillen tussen jongens en meisjes benoemen. • leren over stereotypes van jongens en meisjes.
3	Voortplanting en gezinsvorming	**Hoe ben jij geboren?**	De leerlingen: • weten hoe een baby in de buik van de moeder komt, hoe een baby groeit in de buik en hoe een baby geboren wordt. • zijn zich ervan bewust dat sommige mensen geen kinderen (meer) willen of kunnen krijgen.
4	Sociale en emotionele ontwikkeling	**Mijn thuis**	De leerlingen: • kunnen verschillende gezinssamenstellingen omschrijven. • kunnen benoemen wat ze leuk vinden aan het gezin van een ander. • weten dat mensen verliefd kunnen worden op iemand van het eigen gender of op meer dan een gender; iemand met een andere cultuur/religie of iemand met een ziekte of die (een) hulp(middel) nodig heeft.
5	Sociale en emotionele ontwikkeling	**Ik vind het fijn met jou**	De leerlingen: • leren dat zij op verschillende manieren uiting kunnen geven aan gevoelens van liefde voor een ander. • kunnen beschrijven hoe verschillende uitingen van liefde eruit kunnen zien bij anderen.
6	Wensen en grenzen	**Prettig en niet prettig**	De leerlingen: • leren prettige en onprettige gevoelens in bepaalde situaties bij zichzelf en anderen te herkennen. • weten dat iedereen een situatie anders kan beleven. • weten bij wie zij terecht kunnen met problemen en/of onprettige gevoelens.

Thema			
Groep 4			
1	Lichamelijke ontwikkeling en zelfbeeld	**In je nakie**	De leerlingen: • kunnen uitleggen wat privacy is. • kunnen beschrijven in welke situaties het gepast is om wel of niet bloot te zijn. • respecteren verschillen rondom regels en afspraken over bloot zijn.
2	Voortplanting en gezinsvorming	**Hoe ben ik geboren?**	De leerlingen: • krijgen inzicht in het verloop van de eigen geboorte. • weten dat de geboorte van kinderen verschillend kan verlopen.
3	Sociale en emotionele ontwikkeling	**Wie vind ik speciaal?**	De leerlingen: • kunnen manieren laten zien waarop je kunt laten merken dat je een ander aardig of lief vindt. • kunnen uitleggen waarom (erg) verschillende mensen toch vrienden kunnen zijn. • kunnen vertellen welke relaties voor hen belangrijk of bijzonder zijn.
4	Sociale en emotionele ontwikkeling	**Ik ben verliefd**	De leerlingen: • leren gevoelens van verliefdheid bij zichzelf te herkennen. • weten dat gevoelens van verliefdheid normaal zijn.
5	Wensen en grenzen	**Wat voel ik?**	De leerlingen: • kunnen manieren laten zien waarop je kunt laten merken dat je een ander aardig of lief vindt. • kunnen uitleggen waarom (erg) verschillende mensen toch vrienden kunnen zijn. • kunnen vertellen welke relaties voor hen belangrijk of bijzonder zijn.
6	Wensen en grenzen	**Een ja-, nee- of twijfelgevoel**	De leerlingen: • weten het verschil tussen een ja-, nee- en twijfelgevoel. • zijn zich ervan bewust dat iedereen situaties en aanrakingen verschillend beleeft. • kunnen op verschillende manieren uiting geven aan nee-gevoelens. • weten dat ze moeten stoppen als een ander nee zegt.

Thema			
Groep 5			
1	Lichamelijke ontwikkeling en zelfbeeld	**Dit ben ik!**	De leerlingen: • kunnen manieren laten zien waarop je kunt laten merken dat je een ander aardig of lief vindt. • kunnen uitleggen waarom (erg) verschillende mensen toch vrienden kunnen zijn. • kunnen vertellen welke relaties voor hen belangrijk of bijzonder zijn.
2	Sociale en emotionele ontwikkeling	**Wij zijn allemaal anders**	De leerlingen: • noemen verschillen tussen mensen en wijzen deze aan.
3	Sociale en emotionele ontwikkeling	**Zullen we vrienden zijn?**	De leerlingen: • weten dat er verschillende manieren zijn om een vriendschap te onderhouden. • kunnen een voorbeeld geven van hoe ze contacten kunnen leggen als ze vrienden willen worden met iemand. • kunnen manieren uitleggen hoe je het kunt goedmaken als je ruzie hebt met een vriend. • kunnen een voorbeeld geven van hoe je een vriendschap op een respectvolle manier kunt beëindigen. • kunnen uitleggen wanneer het beter kan zijn om een vriendschap te beëindigen
4	Sociale en emotionele ontwikkeling	**De mensen om me heen**	De leerlingen: • kunnen voorbeelden geven van verschillende types relaties. • kunnen uitleggen welke mensen voor hen belangrijk zijn in verschillende situaties (school, thuis, op sport, bij familie op bezoek etc)
5	Wensen en grenzen	**Wat voor gevoel krijg jij als…?**	De leerlingen: • kunnen uitleggen wat het verschil is tussen goede en slechte geheimen. • kunnen vertellen hoe het eruit ziet als een ander nee zegt of twijfelt. • kunnen uitleggen dat iedereen eigen wensen en grenzen heeft en waarom het belangrijk is deze duidelijk te maken. • weten hoe zij hulp kunnen vragen in niet prettige situaties of bij slechte geheimen.
6	Wensen en grenzen	**Grenzen**	De leerlingen: • leren dat anderen nooit over hun grens, en zij nooit over andermans grens, heen mogen gaan. • kunnen uitleggen hoe zij zelf een grens aangeven bij een ander. • kunnen uitleggen hoe zij kunnen reageren als iemand een grens aangeeft.

Thema			
Groep 6			
1	Lichamelijke ontwikkeling en zelfbeeld	**Bloos je van bloot?**	De leerlingen: • kunnen uitleggen dat er verschillende normen en (culturele) gewoontes bestaan rondom acceptabele kleding, bloot zijn en privacy. • kunnen uitleggen dat de gewoontes en normen over bloot per situatie kunnen verschillen en accepteren dat. • zijn zich ervan bewust dat hun eigen perceptie over bloot zijn en privacy kan veranderen door de puberteit. • zijn zich ervan bewust dat 'blote kleding' verschillende reacties kan oproepen.
2	Lichamelijke ontwikkeling en zelfbeeld	**De geslachtsdelen**	De leerlingen: • kunnen uitleggen wat de belangrijkste lichamelijke verschillen zijn tussen meiden en jongens. • kunnen een voorbeeld geven van een afspraak over gepast woordgebruik. • kunnen de belangrijkste geslachtskenmerken en de functies ervan uitleggen. • kunnen de geslachtsdelen bij de naam benoemen.
3	Voortplanting en gezinsvorming	**Het ontstaan en de geboorte van een baby**	De leerlingen: • kunnen uitleggen hoe een vrouw zwanger wordt (door piemel-in-vagina seks). • kunnen uitleggen hoe de zwangerschap en geboorte verlopen. • kunnen oorzaken vertellen van hoe een vrouw niet zwanger raakt (zowel door keuze als biologie).
4	Sociale en emotionele ontwikkeling	**Gezocht een vriend**	De leerlingen: • kunnen uitleggen wat zij belangrijk vinden en welke voorwaarden zij hebben in een vriendschap. • kunnen uitleggen wat het verschil is tussen offline en online vriendschap. • kunnen uitleggen waarom je ook vrienden kunt zijn met kinderen die minder op je lijken • (bijvoorbeeld kinderen met een lichamelijke beperking, andere cultuur, andere religie, ander geslacht). • kunnen uitleggen hoe zij op een veilige manier omgaan met online vriendschap.
5	Sociale en emotionele ontwikkeling	**Verliefd**	De leerlingen: • kunnen uitleggen dat dat je ook verliefd kunt worden op iemand van hetzelfde geslacht, met een ander geloof of uit een andere cultuur en weten dat wat ze met deze verliefdheid doen hun keuze is • weten hoe ze op verschillende manieren gevoelens van verliefdheid kenbaar kunnen maken aan anderen. • kunnen voorbeelden geven van hoe verliefd zijn leuk en soms ook lastig kan zijn. • kunnen een voorbeeld geven van hoe je je kunt gaan gedragen als je iemand leuk vindt.
6	Sociale en emotionele ontwikkeling	**Verschillende soorten relaties**	De leerlingen: • kunnen voorbeelden geven van verschillende soorten relaties en gezinsvormen • kunnen uitleggen dat er verschillende opvattingen, waarden en normen zijn rondom vrije partnerkeuze, verloven, trouwen, kinderen krijgen, samenwonen, uithuwelijken en gearrangeerde huwelijken. • kunnen uitleggen wat het recht op vrije partnerkeuze betekent. • kunnen uitleggen waarom het belangrijk is respectvol te reageren op een mening die verschilt van hun eigen.
7	Wensen en grenzen	**Hoe zeg ik ja of nee?**	De leerlingen: • kunnen op verschillende manieren uiting geven aan hun eigen grenzen. • kunnen een voorbeeld geven van een situatie die zij wel en niet prettig vinden. • kunnen uitleggen wat ze moeten doen als er sprake is van onveilige, grensoverschrijdende of onprettige situaties.
8	Wensen en grenzen	**Seksueel over de grens**	De leerlingen: • kunnen uitleggen wat ze moeten doen als onbekende volwassenen, vreemde (seksueel getinte) vragen stellen. • kunnen vertellen waar ze terecht kunnen voor hulp bij seksueel grensoverschrijdend gedrag. • kunnen uitleggen wat er wordt bedoeld met seksueel grensoverschrijdend gedrag.

Thema			
Groep 7			
1	Lichamelijke ontwikkeling en zelfbeeld	**Meiden in de puberteit**	De leerlingen: • kunnen uitleggen welke lichamelijke en emotionele veranderingen zich bij meiden voordoen in de puberteit. • kunnen uitleggen hoe de menstruatiecyclus verloopt en wat je als meisje kunt doen als je menstrueert. • kunnen uitleggen dat het tempo en de vorm waarin veranderingen zich voordoen kunnen verschillen. • kunnen uitleggen waarom persoonlijke hygiëne van belang is.
2	Lichamelijke ontwikkeling en zelfbeeld	**Jongens in de puberteit**	De leerlingen: • kunnen uitleggen welke lichamelijke en emotionele veranderingen zich bij jongens voordoen in de puberteit. • kunnen uitleggen wat een zaadlozing is en wanneer meiden zwanger kunnen raken. • kunnen uitleggen dat het tempo en de vorm waarin veranderingen zich voordoen kunnen verschillen. • kunnen uitleggen waarom persoonlijke hygiëne van belang is.
3	Voortplanting en gezinsvorming	**Wat is seks?**	De leerlingen: • kunnen uitleggen waarom het niet voor iedereen gemakkelijk is om over seks te praten. • kunnen uitleggen dat opvattingen over seksualiteit per persoon kunnen verschillen. • kunnen over verschillende opvattingen en gevoelens over seksualiteit vertellen.
4	Sociale en emotionele ontwikkeling	**Vriendschap en verliefdheid**	De leerlingen: • kennen de begrippen vriendschap, verliefdheid, verkering en liefde. • kunnen het verschil benoemen tussen vriendschap en verliefdheid. • kennen het verschil tussen iemand aardig en lief vinden en verliefdheid. • weten dat je verliefd kunt worden op iemand die niet verliefd is op jou. • weten dat je verliefd kunt worden op jongens, op meisjes, niet alleen op jongens of meisjes, iemand met een andere of dezelfde culturele/religieuze achtergrond, iemand met of zonder beperking en ze respecteren dat. • kunnen hun eigen gevoelens rondom verliefdheid en vriendschap uitdrukken in woorden en affectie.
5	Sociale en emotionele ontwikkeling	**Mannen en vrouwen**	De leerlingen: • kunnen uitleggen dat de taak- en rolverdeling per individu, gezin, maatschappij, land en cultuur kan verschillen. • kunnen hun mening geven over taak- en rolverdeling van vrouwen en mannen en deze onderbouwen. • kunnen uitleggen wat gelijke rechten voor vrouwen en mannen betekenen.
6	Lichamelijke ontwikkeling en zelfbeeld	**Vrouwen en mannen in de media**	De leerlingen: • kunnen voorbeelden geven van beelden in de media (van mannen en vrouwen) die niet overeenkomen met de realiteit. • kunnen uitleggen waarom schoonheidsidealen niet realistisch zijn.
7	Wensen en grenzen	**Internetvrienden**	De leerlingen: • kunnen voorbeelden geven van de leuke en minder leuke kanten van internet en social media. • kunnen vertellen aan wie ze hulp kunnen vragen als het online misgaat. • kunnen uitleggen waarom je zorgvuldig moet omgaan met het plaatsen van persoonlijke gegevens/foto's op social media en internet. • kunnen elkaar tips geven om mediawijs met social media en internet om te gaan
8	Wensen en grenzen	**Wat zou jij doen?**	De leerlingen: • kunnen voorbeelden geven van welk gedrag wel of niet seksueel grensoverschrijdend is. • kunnen uitleggen hoe zij zorgen dat ze niet over grenzen van anderen gaan. • kunnen uitleggen dat eigen waarden, normen, rolverwachtingen en opvattingen (gender) over gedrag van invloed zijn op seksuele grensoverschrijding. • kunnen uitleggen hoe zij bij bedreigende of grensoverschrijdende situaties (tijdig) hulp vragen.

Thema			
Groep 8			
1	Lichamelijke ontwikkeling en zelfbeeld	**Dit ben ik**	De leerlingen: • kunnen zichzelf presenteren met positieve eigenschappen en talenten. • kunnen een aantal positieve eigenschappen en/of talenten van zichzelf benoemen. • kunnen een aantal positieve lichamelijke kenmerken van zichzelf benoemen. • kunnen elkaar positieve feedback geven. • kunnen uitleggen dat iedereen uniek is en eigen talenten en eigenschappen heeft.
2	Lichamelijke ontwikkeling en zelfbeeld	**Puberteit**	De leerlingen: • kunnen vertellen welke lichamelijke en emotionele veranderingen zich bij kinderen voordoen in de puberteit. • kunnen uitleggen waarom persoonlijke hygiëne belangrijk is en kunnen daar zelf zorg voor dragen. • kunnen voorbeelden geven van de grote diversiteit in lichamelijke kenmerken en uiterlijke vormen
3	Lichamelijke ontwikkeling en zelfbeeld	**Geslachtsdelen**	De leerlingen: • kunnen de namen en functies van de vrouwelijke geslachtsdelen benoemen. • kunnen de namen en functies van de mannelijke geslachtsdelen benoemen. • kunnen uitleggen dat ieder lichaam uniek is, en dat dit ook voor geslachtsdelen geldt. • kunnen uitleggen wat transgender, non binair en intersekse is.
4	Lichamelijke ontwikkeling en zelfbeeld	**Je eigen lichaam** **Mijn lichaam**	De leerlingen: • zijn zich ervan bewust dat er speciale plekjes zijn op hun lichaam waar ze zichzelf kunnen aanraken. • leren om respectvol met zichzelf en hun eigen lichaam om te gaan. • kunnen uitleggen in welke situatie (bijvoorbeeld in het openbaar, of bij pijn) het aanraken van het geslachtsdeel niet wenselijk is.
5	Sociale en emotionele ontwikkeling	**Verliefdheid en verkering**	De leerlingen: • kunnen omschrijven hoe het voelt om verliefd te zijn. • kunnen vertellen hoe ze iemand kunnen laten weten dat zij diegene leuk vinden. • kunnen uitleggen wat je kunt doen als verliefdheid niet wederzijds is.
6	Sociale en emotionele ontwikkeling	**Verliefdheid en seksuele oriëntatie**	De leerlingen: • kunnen gevoelens rondom verliefdheid uitdrukken in woorden en affectie. • kunnen voorbeelden noemen van discriminatie op grond van seksuele oriëntatie. • leggen uit wat ze kunnen doen als ze te maken krijgen met negatief gedrag vanwege iemands seksuele oriëntatie en kunnen hier ook naar handelen. • weten dat iedereen, ongeacht seksuele oriëntatie, dezelfde rechten heeft (om samen te wonen, te trouwen, kinderen te krijgen). • kunnen de begrippen seksuele oriëntatie, seksuele diversiteit, hetero, homo, lesbisch, gay, bi, bi+, pan en queer uitleggen.
7	Sociale en emotionele ontwikkeling	**Wat zie jij in de media**	De leerlingen: • kunnen voorbeelden geven hoe schoonheidsbeelden in de media niet altijd overeenkomen met de realiteit. • kunnen de verschillen tussen schoonheidsidealen voor vrouwen en mannen uitleggen. • kunnen uitleggen hoe de schoonheidsidealen in de media hun eigen zelfbeeld kunnen beïnvloeden. • kunnen uitleggen dat iedereen eigen schoonheidsidealen heeft.

Thema			
8	Sociale en emotionele ontwikkeling	**Seks, wat is dat?**	De leerlingen: • kunnen uitleggen wat het verband is tussen seksuele gevoelens en gedragingen en tussen liefde en intimiteit. • kunnen uitleggen dat de seksuele levensloop per persoon verschilt en dat je je eigen tempo bepaalt en je eigen keuzes mag maken. • kunnen uitleggen dat seksuele contacten vrijwillig, prettig en gewenst moeten zijn.
9	Voortplanting en gezinsvorming	**Voortplanting**	De leerlingen: • kunnen uitleggen wanneer en hoe een vrouw zwanger kan worden. • kunnen verschillende redenen uitleggen waarom mensen wel of geen kinderen krijgen. • kunnen voorbeelden geven van verschillende gedachten over het krijgen van kinderen, geboorteregeling en anticonceptie in verschillende culturen en religies. • zijn zich ervan bewust dat seksueel contact niet alleen bedoeld is voor voortplanting, maar ook om ervan te genieten.
10	Voortplanting en gezinsvorming	**Veilig vrijen**	De leerlingen: • zijn zich ervan bewust dat seksueel contact niet alleen bedoeld is voor voortplanting, maar ook om ervan te genieten. • kunnen uitleggen hoe je veilig moet vrijen om zwangerschap en soa's te voorkomen. • kunnen voorbeelden geven van verschillende vormen van anticonceptie, hoe je deze kunt gebruiken, en waar je ze kan verkrijgen. • kunnen verschillende voorbeelden van onveilige seks beschrijven. • kunnen uitleggen wat mensen moeten doen als ze onveilige seks hebben gehad.
11	Wensen en grenzen	**Internet en social media**	De leerlingen: • kunnen uitleggen hoe zij veilig contact kunnen leggen en onderhouden via online media. • kunnen uitleggen hoe zij online onveilige situaties kunnen herkennen en hoe zij vervolgens moeten handelen. • kunnen uitleggen wat het verschil is tussen naaktbeelden en -films van mensen in de media en mensen in de realiteit. • kennen het begrip en de gevolgen van sexting en weten dat het doorsturen van naaktbeelden zonder toestemming verboden is.
12	Wensen en grenzen	**Seksueel grensoverschrijdend gedrag**	De leerlingen: • kunnen uitleggen wat seksueel grensoverschrijdend gedrag en seksueel misbruik is. • kunnen uitleggen hoe zij een seksueel grensoverschrijdende situatie kunnen herkennen. • kunnen voorbeelden geven van wat zij kunnen doen en hoe zij hulp kunnen vragen in een bedreigende situatie. • kunnen uitleggen hoe zij er zelf voor kunnen zorgen dat ze niet over grenzen van anderen gaan.