

## Leerdoelen Kriebels in je buik - SO

Leeftijd 4 – 5 jaar   niveau 1			
Les nr.	Thema	Titel	Leerdoelen
1	Lichamelijke ontwikkeling en lichaamsbeeld	Je lichaam	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>herkent zichzelf in de spiegel en van een foto.</li> <li>kan de verschillende lichaamsdelen, inclusief de geslachtsdelen, aanwijzen als ernaar gevraagd wordt. Denk dan aan hoofd, benen, armen, oren, ogen, neus, mond, piemel of vagina.</li> </ul>
2	Voortplanting	Jongens en meisjes	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>weet dat hij/zij een jongen of een meisje is.</li> <li>wijst naar het eigen geslachtsdeel als hiernaar gevraagd wordt.</li> </ul>
3	Relatievorming en seksuele diversiteit	Familie	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>geeft met een reactie aan wat bij aanraking een fijn en een vervelend gevoel geeft (non-verbaal of met geluiden).</li> <li>leerling geeft aan dat niet iedereen zijn of haar lichaam mag aanraken ('mijn lichaam is van mij'- houding).</li> </ul>
4	Relatievorming en seksuele diversiteit	Vriendjes en vriendinnetjes	De leerling herkent en benoemt de eigen gezins- en familieleden.
5	(online) Seksueel gedrag en weerbaarheid	Wat voelt fijn en wat niet?	De leerling geeft door middel van 'ja' of 'nee' aan of hij of zij iemand aardig/lief vindt.

Leeftijd 5 – 6 jaar   niveau 2			
Les nr.	Thema	Titel	Leerdoelen
1	Lichamelijke ontwikkeling en lichaamsbeeld	Lichaamsdelen	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>wijst bij anderen de belangrijkste lichaamsdelen aan als hier naar gevraagd wordt (armen, benen, mond).</li> <li>wijst op een foto de belangrijkste lichaamsdelen aan, inclusief de geslachtsdelen (van voren gezien).</li> <li>herkent verschillen tussen meisjes en jongens.</li> </ul>
2	Relatievorming en seksuele diversiteit	Knuffelen is fijn	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>weet dat fysieke nabijheid (knuffelen, troosten) prettig kan zijn en dat dit normaal is.</li> <li>kent tederheid en fysieke nabijheid als uitingen van liefde en affectie.</li> </ul>
3	(online) Seksueel gedrag en weerbaarheid	Hoe zeg ik nee?	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>zegt duidelijk 'nee' wanneer hij of zij iets niet wil.</li> <li>kan uit een voor hem of haar vervelende situatie weglopen.</li> </ul>
4	(online) Seksueel gedrag en weerbaarheid	Waar ben ik bloot?	De leerling weet bij wie je bloot kunt zijn en wanneer (in de badkamer, tijdens verkleden in zwembad).

Leeftijd 6 – 7 jaar   niveau 3			
Les nr.	Thema	Titel	Leerdoelen
1	Lichamelijke ontwikkeling en lichaamsbeeld	Verschil tussen jongens en meisjes	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>wijst op een foto de belangrijkste lichaamsdelen aan (van achteren gezien).</li> <li>benoemt de verschillende lichaamsdelen bij zichzelf, inclusief de geslachtsdelen.</li> <li>herkent verschillende lichaamsvormen (andere kleur haar, huidskleur, groter/kleiner).</li> <li>benoemt verschillen tussen jongens en meisjes.</li> <li>benoemt eigen geslachtsdeel op eigen manier.</li> </ul>
2	Relatievorming en seksuele diversiteit	Ik ben aardig	De leerling gaat op een vriendelijke manier om met leeftijdsgenoten.
3	(online) Seksueel gedrag en weerbaarheid	Dit vind ik niet prettig!	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>weet wie je aan mag raken en waar je deze personen aan mag raken (zoenen, knuffelen).</li> <li>aanvaardt het als een ander 'nee' zegt als je hem of haar aanraakt.</li> </ul>
4	(online) Seksueel gedrag en weerbaarheid	Wanneer raak je je piemel of vagina aan?	De leerling weet waar en wanneer het wel of niet gepast is om je geslachtsdelen aan te raken (in bed, bad, onder de douche).

Leeftijd 7 – 8 jaar   niveau 4			
Les nr.	Thema	Titel	Leerdoelen
1	Lichamelijke ontwikkeling en lichaamsbeeld	Ik groei!	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>• benoemt meer specifieke lichaamsdelen (elleboog, scheenbeen, schouder).</li> <li>• herkent en benoemt functies van verschillende lichaamsdelen.</li> <li>• weet dat sommige delen van het lichaam fijn zijn om aan te raken.</li> <li>• weet dat lichamen groeien en veranderen gedurende het leven.</li> </ul>
2	Voortplanting	Hoe word je geboren?	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>• weet dat een man en een vrouw samen een kind kunnen krijgen.</li> <li>• heeft een basale notie van menselijke voortplanting (een baby komt uit de buik van een vrouw).</li> </ul>
3	Relationele vorming en diversiteit	De mensen om mij heen	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>• benoemt de verschillende banden binnen de eigen familie (vader, moeder, broer, zus, opa, oma, oom, tante).</li> <li>• benoemt verschillende soorten relaties (familie, vriendschap).</li> </ul>
4	Relationele vorming en diversiteit	Verliefd, wat is dat?	De leerling weet dat je verliefd kunt worden op jongens en meisjes.
5	(online) Seksueel gedrag en weerbaarheid	Prettig of niet?	De leerling erkent dat het aanraken van het lichaam van anderen mag, als de ander het goed vindt en van dezelfde leeftijd is.
6	(online) Seksueel gedrag en weerbaarheid	Over de grens!	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>• weet dat er mensen (volwassenen en jongeren) zijn – ook online – die aardig doen, maar seksueel grensoverschrijdende bedoelingen kunnen hebben.</li> <li>• weet dat wanneer iemand hem heeft aangeraakt terwijl hij dat niet wilde, hij dit moet vertellen aan een ouder of leraar – ook als diegene zegt dat het geheim is en ook als hij het eerst online ‘beloofd’ heeft.</li> </ul>

Leeftijd 8 – 9 jaar   niveau 5			
Les nr.	Thema	Titel	Leerdoelen
1	Lichamelijke ontwikkeling en lichaamsbeeld	Van klein naar groot	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>herkent van afbeeldingen de verschillende stadia van lichamelijke ontwikkeling (van baby tot bejaarde).</li> <li>geeft aan in welke fase hij of zij zelf zit qua leeftijd.</li> </ul>
2	Lichamelijke ontwikkeling en lichaamsbeeld	We zijn allemaal anders	De leerling benoemt de verschillen tussen mensen en wijst deze aan: er zijn verschillen in de lichamelijke ontwikkeling (groot/klein, dik/dun).
3	Voortplanting	Zwangerschap	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>heeft een basale notie van menselijke voortplanting (een zwangerschap kan volgen als een man en een vrouw seksuele gemeenschap hebben).</li> <li>benoemt dat alleen vrouwen kinderen kunnen krijgen.</li> </ul>
4	Relationele vorming en diversiteit	Ik ben verliefd	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>weet het verschil tussen verliefdheid en iemand aardig vinden.</li> <li>kan zijn/haar eigen gevoelens rondom verliefdheid en vriendschap uitdrukken in woorden en affectie.</li> </ul>
5	(online) Seksueel gedrag en weerbaarheid	Woorden over seks	De leerling heeft kennis van verschillende vormen van seksueel gedrag (zoenen, knuffelen, vrijen).
6	(online) Seksueel gedrag en weerbaarheid	Grenzen	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>kent de grenzen bij het experimenteren met seksualiteit (pijn, (online) dwang, machtsmisbruik).</li> <li>gaat niet over de grenzen van een ander heen op seksueel gebied.</li> <li>benoemt dat het laten zien van eigen geslachtsdelen aan anderen in het openbaar of online (strippen voor webcam of webcamseks) niet gepast is (privé).</li> </ul>

Leeftijd 9 – 10 jaar   niveau 6			
Les nr.	Thema	Titel	Leerdoelen
1	Lichamelijke ontwikkeling en lichaamsbeeld	Ik ga veranderen in de puberteit	De leerling weet dat er verschillen zijn tussen mensen in de lichamelijke ontwikkeling en dat dit normaal is.
2	Voortplanting	Hoe planten dieren zich voort?	De leerling herkent verschillende manieren van voortplanten bij dieren (zogend, ei).
3	Relationele vorming en diversiteit	Vrienden en vriendinnen	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>• weet dat je vrienden kunt zijn met iemand van het eigen en van het andere geslacht.</li> <li>• weet dat het niet vastligt welk gedrag wat bij een jongen of meisje 'hoort'.</li> </ul>
4	Relationele vorming en diversiteit	Iedere familie is anders	De leerling weet dat er verschillende soorten relaties, gezinnen en samenlevingsvormen bestaan (gezinnen met een vader en/of moeder, gezinnen met twee vaders/moeders).
5	(online) Seksueel gedrag en weerbaarheid	Wat voel je als je opgewonden bent?	De leerling benoemt en herkent gevoelens van seksuele opwinding (vlinders in de buik, erectie).
6	(online) Seksueel gedrag en weerbaarheid	Seksueel over de grens	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>• weet wat er bedoeld wordt met seksueel misbruik.</li> <li>• reageert op een adequate manier als onbekende volwassenen vreemde (seksueel getinte) vragen (online en offline) stellen. Dit betekent offline beleefd zeggen dat hij of zij dit niet wil of weglopen en online wegglikken of blokkeren.</li> <li>• weet bij wie hij of zij hulp kan vragen bij seksueel overschrijdend gedrag/ervaringen.</li> </ul>

Leeftijd 10 – 11 jaar   niveau 7			
Les nr.	Thema	Titel	Leerdoelen
1	Lichamelijke ontwikkeling en lichaamsbeeld	De uitwendige geslachtsdelen	De leerling herkent en benoemt de lichaamsdelen die te maken hebben met de seksuele ontwikkeling (borsten, penis, vagina).
2	Lichamelijke ontwikkeling en lichaamsbeeld	De geslachtsdelen	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>• benoemt dat er verschillen tussen mensen zijn wat betreft de geslachtsorganen (grote/kleine borsten/penis, wel/niet besneden).</li> <li>• weet qua hygiëne hoe om te gaan met eigen geslachtsdelen.</li> </ul>
3	Voortplanting	Gezinsvormen	De leerling herkent dat er verschillende manieren zijn om kinderen te krijgen (geslachtsgemeenschap, adoptie, pleegkind).
4	Relationele vorming en diversiteit	Vriendschap, verliefdheid of verkering?	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>• kent de begrippen vriendschap, verliefdheid, verkering, en liefde.</li> <li>• weet wat de begrippen homoseksualiteit en lesbisch inhouden.</li> </ul>
5	Relationele vorming en diversiteit	Respect voor elkaar	De leerling reageert respectvol op verschillen in rolgedrag van jongens en meisjes (niet lachen om jongens die meisjesachtig spelen en andersom).
6	(online) Seksueel gedrag en weerbaarheid	Wat is masturberen?	De leerling heeft kennis over masturbatie (sociale regels en hygiëne).
7	(online) Seksueel gedrag en weerbaarheid	Wat zie je op tv en internet?	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>• weet dat mensen op televisie of internet onrealistisch kunnen zijn.</li> <li>• weet dat beelden van mannen en vrouwen in de media meestal niet realistisch zijn (uiterlijk, schoonheidsideaal, sekse-stereotype).</li> <li>• vraagt een betrouwbare volwassene om uitleg (welke beelden zijn onrealistisch).</li> </ul>
8	(online) Seksueel gedrag en weerbaarheid	Seks op tv en internet	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>• weet dat seks op televisie of internet onrealistisch is.</li> <li>• vraagt een betrouwbare volwassene om uitleg (wat is seks, welke beelden zijn onrealistisch).</li> </ul>

Leeftijd 11 – 12 jaar   niveau 8			
Les nr.	Thema	Titel	Leerdoelen
1	Lichamelijke ontwikkeling en lichaamsbeeld	Functie van de geslachtsdelen	De leerling herkent de voortplantingsfuncties van de uitwendige geslachtsorganen van mannen en vrouwen.
2	Lichamelijke ontwikkeling en lichaamsbeeld	Dit ben ik!	De leerling weet dat hij of zij trots mag zijn op zichzelf.
3	Voortplanting	Voortplanting	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>• heeft basale kennis van bevruchting en voortplanting (weet dat het zaadje van de man en het eitje van de vrouw bij elkaar komen).</li> <li>• weet dat maandelijks bloedverlies bij vrouwen voorkomt en dat dit te maken heeft met kinderen kunnen krijgen.</li> <li>• weet dat (spontane) erecties en zaadlozingen bij mannen voorkomen en dat dit te maken heeft met kinderen kunnen krijgen.</li> </ul>
4	Relationele vorming en diversiteit	Verliefd of niet	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>• weet dat je verliefd kunt worden op iemand die niet verliefd is op jou.</li> <li>• weet dat jongens en meisjes dezelfde seksuele rechten hebben.</li> </ul>



Leeftijd 12 – 13 jaar   niveau 9			
Les nr.	Thema	Titel	Leerdoelen
1	Lichamelijke ontwikkeling en lichaamsbeeld	Wat voel ik in mijn lijf	De leerling weet dat het aanraken van geslachtsdelen en andere gevoelige lichaamsdelen en/of het zien van seksueel getint materiaal (erotische plaatjes) gevoelens van (seksuele) opwinding kunnen oproepen.
2	Lichamelijke ontwikkeling en lichaamsbeeld	Tijd voor de puberteit	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>• weet wat de puberteit is.</li> <li>• weet dat lichamen tijdens de puberteit veranderen.</li> </ul>
3	Voortplanting	Menstruatie	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>• herkent maandelijks bloedverlies en kan om hulp vragen.</li> <li>• gebruikt op de juiste manier maandverband of tampons.</li> </ul>
4	Voortplanting	Zaadlozing	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>• herkent een zaadlozing bij zichzelf.</li> <li>• vraagt om hulp bij het verschonen (van bijvoorbeeld ondergoed).</li> </ul>
5	Relationele vorming en diversiteit	Verliefd of niet	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>• weet dat je verliefd kunt worden op iemand die niet verliefd is op jou.</li> <li>• weet dat jongens en meisjes dezelfde seksuele rechten hebben.</li> </ul>
6	Relationele vorming en diversiteit	Mijn toekomst	De leerling: <ul style="list-style-type: none"> <li>• kan globaal vertellen over een eigen toekomst met betrekking tot relaties en kinderen krijgen.</li> <li>• kan benoemen wat het eigen gezin van hem/haar verwacht als jongen/meisje (= genderrol, ten aanzien van gezin, studie en werk).</li> </ul>