

Lang Leve de Liefde



DOCENTENHANDLEIDING

VOOR PRAKTIJKONDERWIJS EN VMBO-BB

Inhoudsopgave

Deel 1: Algemene informatie

Wat is Lang Leve de Liefde?	bladzijde 2
Doel van Lang Leve de Liefde	bladzijde 2
Kerdoelen & Lang Leve de Liefde	bladzijde 2
Thema's in Lang Leve de Liefde	bladzijde 2
Lessenserie	bladzijde 3
De zes lessen	bladzijde 3
De onderdelen van Lang Leve de Liefde	bladzijde 3
Werken met Lang Leve de Liefde	bladzijde 5
Vragen over Lang Leve de Liefde?	bladzijde 6

Deel 2: Beschrijving van de zes lessen

Les 1: Wat gebeurt er met jou?	bladzijde 7
Les 2: Waar ben jij aan toe?	bladzijde 10
Les 3: Wat zijn jouw grenzen?	bladzijde 12
Les 4: Hoe maak je seks leuk?	bladzijde 15
Les 5: Veilig vrijen: Wat is dat?	bladzijde 17
Les 6: Veilig vrijen: Hoe doe je dat?	bladzijde 20

Algemene informatie

LANG LEVE DE LIEFDE

Wat is Lang Leve de Liefde?

Lang Leve de Liefde is een lespakket over relaties en seksualiteit voor de onderbouw van het praktijkonderwijs of vmbo-bb. Het lespakket bestaat uit een leerlingenmagazine, films, een docentenhandleiding en een website voor docenten: lesgevenindeliefde.nl. Er zijn ook twee digitale lessen ontwikkeld voor vmbo, havo & vwo op anglevedeliefde.nl. Onderdelen uit deze lessen kunnen ook geschikt zijn voor praktijkonderwijs.

Doel van Lang Leve de Liefde

Met dit lespakket ondersteunt u leerlingen in een prettige, veilige en gewenste seksuele ontwikkeling. Hiermee werkt u aan de kennis maar ook aan de houding en vaardigheden van de leerlingen ten aanzien van relaties en seksualiteit.

Kerndoelen en Lang Leve de Liefde

Het lesprogramma Lang Leve de Liefde geeft adequate invulling aan kerndoel 43 dat vanaf december 2012 geldt voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs. Het pakket sluit ook aan bij kerndoel 34 en 35.

Kerndoel 34:

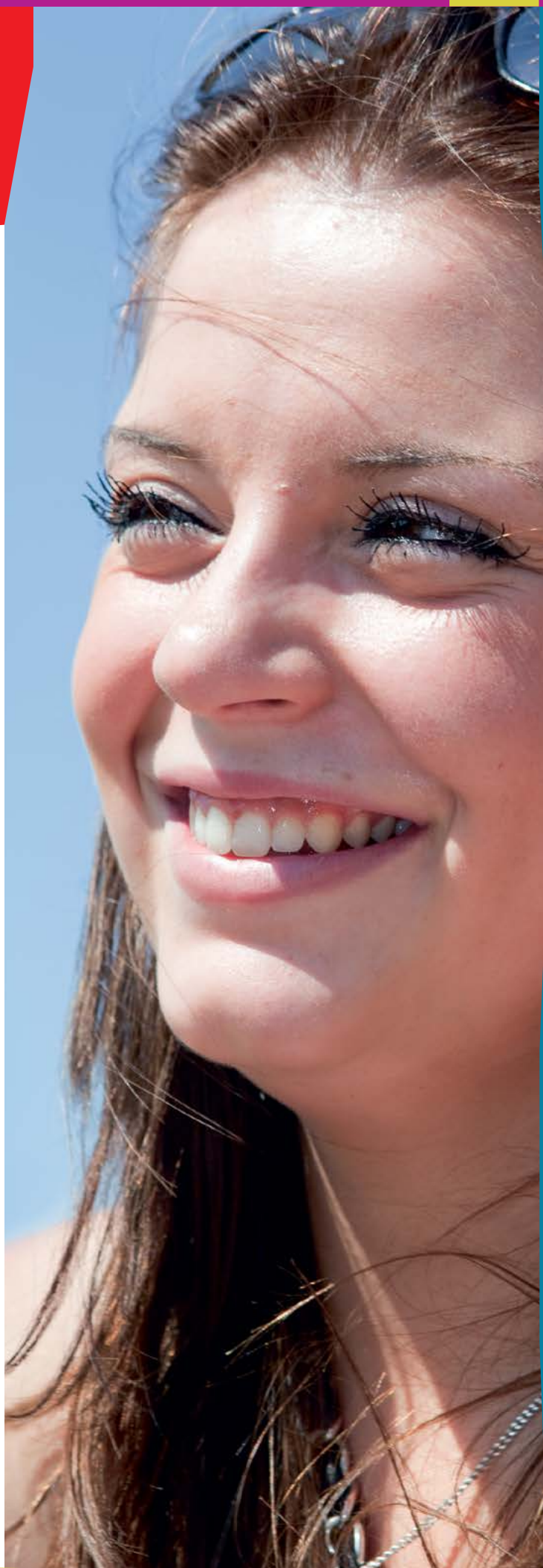
Lichaam en gezondheid: De leerling leert hoofdzaken te begrijpen van bouw en functie van het menselijk lichaam, verbanden te leggen met het bevorderen van lichamelijke en psychische gezondheid en daarin een eigen verantwoordelijkheid te nemen.

Kerndoel 35:

De leerling leert over zorg en leert zorgen voor zichzelf en anderen en zijn omgeving, en hoe de veiligheid van zichzelf en anderen in verschillende leefsituaties (wonen, leren, werken, uitgaan, verkeer) positief kan beïnvloeden.

Kerndoel 43:

De leerling leert over overeenkomsten, verschillen en veranderingen in cultuur en levensbeschouwing in Nederland, leert eigen en andermans leefwijze daarmee in verband te brengen, leert de betekenis voor de samenleving te zien van respect voor elkaars opvattingen en leefwijzen, en leert respectvol om te gaan met seksualiteit en met diversiteit binnen de samenleving, waaronder seksuele diversiteit.



Thema's in Lang Leve de Liefde

De thema's van Lang Leve de Liefde zijn: puberteit, verliefdheid, verkering, homoseksualiteit & seksuele diversiteit, wensen, grenzen & weerbaarheid, online veiligheid & sexting, loverboys, de eerste keer, seksuele problemen, hulp zoeken, veilig vrijen, condoom & anticonceptie.

Lessenserie

Het lespakket bestaat uit zes lessen. Elke les neemt minimaal één á twee uren in beslag. De lesduur hangt af van uw beschikbare tijd, de groep, de reacties van de groep en in hoeverre het betreffende onderwerp voor die groep extra relevant is. Het is van belang om de lessenserie in de aangeboden volgorde en in zijn geheel te behandelen. De lesmaterialen sluiten op elkaar aan en behandelen alle thema's op het gebied van relaties en seksualiteit.

In de lessenserie 'Lang Leve de Liefde' is rekening gehouden met:

- Jongeren met verschillende culturele achtergronden
- Verschillen in waarden en normen rond seksualiteit
- Diversiteit in relatievorming onder jongeren
- Verschillen tussen jongens en meisjes
- Jongeren uit verschillende regio's

De zes lessen

Les 1 Wat gebeurt er met jou? Deze les gaat over de puberteit, verliefdheid, oriëntatie op seksuele identiteit en invloed van ouders op relatievorming.

Les 2 Waar ben jij aan toe? Deze les gaat over versieren en verkering, uitmaken en liefdesverdriet en keuzes in relaties en vormen van intimiteit.

Les 3 Wat zijn jouw grenzen? Deze les gaat over het ontdekken van eigen wensen en grenzen, het achterhalen van wensen en grenzen van de ander, het communiceren over wensen en grenzen, veilig online contact en sexting, ongewenste ervaringen en loverboys.

Les 4 Hoe maak je seks leuk? Deze les gaat over de eerste keer, voorwaarden voor gewenste, prettige en veilige seks, omgaan met seksuele problemen en hulp zoeken voor vragen en problemen.

Les 5 Veilig vrijen: wat is dat? Deze les gaat over het voorkomen van zwangerschap, het voorkomen van soa's, veilig en onveilig seksueel gedrag en wat te doen na onveilige seks.

Les 6 Veilig vrijen: hoe doe je dat? Deze les gaat over je voorbereiden op condoomgebruik en op anticonceptiegebruik, het kiezen van anticonceptie, het gebruik van condooms, communiceren over anticonceptie & condooms en omgaan met weerstand tegen condoomgebruik.

De onderdelen van Lang Leve de Liefde Het leerlingenmagazine

Het magazine bevat informatieve teksten, opdrachten, ervaringsverhalen, foto's en illustraties die aansluiten op de belevingswereld van de jongeren. Er zijn twee versies van het leerlingenmagazine: één versie voor de tweede klas van vmbo, havo en vwo en één versie voor het praktijkonderwijs en vmbo-bb. In beide magazines wordt regelmatig verwezen naar sense.info.

Deze website biedt jongeren betrouwbare informatie over allerlei aspecten van relaties en seksualiteit. Via deze website kunnen jongeren aan de Sense-infolijn vragen stellen per chat, telefoon en e-mail of zich aanmelden voor een Sense-sprekuren in hun buurt.

Films

Bij elke les hoort een film die aansluit bij de lesdoelen. Deze kunt u vinden op langlevedeliefde.nl. De films zijn gemiddeld zeven minuten lang en hebben dezelfde structuur: eerst komen één of twee jongeren aan het woord. Dan volgt een stukje docudrama van ongeveer twee minuten. Vervolgens komen er weer één of twee andere jongeren aan het woord. Iedere film sluit af met het onderdeel 'Wat vind jij?'. Daarin reageren jongeren op een vraag die past bij het thema van de les. Bij de uitwerking van de lessen in deze handleiding vindt u suggesties hoe u de film in de klas kunt nabespreken.

Let op: Voor het afspelen van de films heeft u een wachtwoord nodig. Dit is: **langlevedeliefde**

Opmerking: Mocht het bij u op school niet mogelijk zijn om de films via langlevedeliefde.nl af te spelen in de klas, zijn deze ook verkrijgbaar op dvd. Kijk op langlevedeliefde.nl/bestellen.

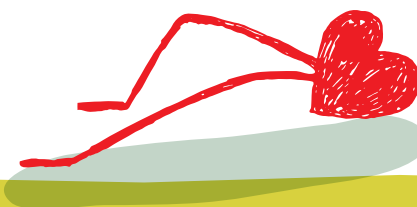
Docentenhandleiding

In deze docentenhandleiding vindt u, naast algemene informatie over Lang Leve de Liefde, een beschrijving per les.

De volgende onderdelen komen in elke lesbeschrijving aan de orde:

- Thema's
- Lesdoelen
- Benodigdheden
- Voorbereiding
- Opzet van de les
- Uitwerking van de les

Voor vmbo, havo en vwo is er een aparte handleiding te downloaden op lesgevenindeliefde.nl.



Digitale lessen leerlingen

Op de website langlevedeliefde.nl vindt u onder de knop 'Leerlingen Onderbouw' twee digitale lessen. Dit zijn de digitale versies van de lessen 3 en 4 uit de serie van zes lessen. Deze digitale lessen zijn ontwikkeld voor vmbo, havo en vwo. Afhankelijk van het niveau van de leerlingen kunt u deze lessen of onderdelen ervan inzetten in het praktijk-onderwijs of vmbo-bb. De inhoud van deze digitale lessen komt overeen met de inhoud van het leerlingenmagazine en de films van les 3 en 4.

Digibord



Onderdelen uit de digitale lessen 3 en 4 kunnen ook op het digibord getoond worden terwijl u de les klassikaal behandelt volgens het magazine en de films. U kunt ervoor kiezen om één van de onderdelen uit het magazine digitaal in te zetten tijdens de les. In de beschrijving van de lessen wordt verwezen naar de onderdelen die geschikt zijn voor gebruik middels het digibord.

Website voor docenten



In deze handleiding wordt u regelmatig verwezen naar de website lesgevenindeliefde.nl. Deze website kunt u ook bereiken via de knop 'Lesgeven in de Liefde' op langlevedeliefde.nl.

Voor veel docenten is lesgeven in relationele en seksuele vorming geen routineklus. Op de website vindt u ervaringsverhalen, video's en tips van andere docenten hoe zij omgaan met de meest voorkomende dilemma's in relationele en seksuele vorming. Ook biedt de website de mogelijkheid om een quiz in te vullen, vragen te stellen, reacties te plaatsen en eigen ervaringen te delen.

Deze dilemma's zijn:

- Creëren van een veilige sfeer
- Lesgeven zonder schaamte
- Bewaken van grenzen
- Signaleren van problematiek
- Integreren van sociale media
- Omgaan met homoseksualiteit
- Omgaan met cultuurverschillen
- Omgaan met ervaringsverschillen



Online workshop Lang Leve de Liefde

Maak op een interactieve manier kennis met het Lang Leve de Liefde lespakket via de online workshop 'Hoe geef ik les met Lang Leve de Liefde?'. Deze kan volledig gevolgd worden in 60 minuten, waarna u een certificaat ontvangt. U kunt er ook voor kiezen om onderdelen van de workshop te bekijken.

Volg de workshop via: langlevedeliefde.nl/docenten/lesgeven-in-de-liefde/online-workshop-lang-leve-de-liefde

Proefwerken, werkbladen en informatiebladen

U kunt drie verschillende proefwerken downloaden via langlevedeliefde.nl voor:

- Praktijkonderwijs & vmbo-bb
- Vmbo bb, vmbo kb & vmbo g
- Vmbo, havo & vwo

Op langlevedeliefde.nl vindt u ook de werkbladen en de informatiebladen die u gratis kunt downloaden. De werkbladen kunt u in de klas uitdelen. De informatiebladen zijn bedoeld voor u als docent om u extra achtergrondinformatie te geven over verschillende thema's die in het lespakket worden behandeld.



Werken met Lang Leve de Liefde

Creëer een veilige sfeer

- 1 Zorg voor een ontspannen sfeer door u open en uitnodigend op te stellen.
- 2 Maak afspraken over woordgebruik en de omgang met elkaar. Spreek af dat seksistische, homovijandige en racistische opmerkingen niet worden getolereerd.
- 3 Leg uit dat respect voor elkaars mening, gevoelens en leefstijl essentieel is.
- 4 Werk soms in groepjes (jongens-meisjes) en laat in de nabespreking klassikaal een woordvoerder per groepje de mening van het groepje weergeven. Hierdoor durven jongeren dieper op het onderwerp in te gaan.
- 5 Lachen mag, maar uitlachen of grappen maken ten koste van de ander mag niet. Niet tijdens en niet na de les.
- 6 Alles wat tijdens de lessen besproken wordt, blijft binnen de klas. Maak met de leerlingen afspraken dat wat besproken is tijdens de les niet op internet geplaatst mag worden.
- 7 Gebruik een vragendoos. Leerlingen vinden het vaak lastig openlijk vragen te stellen over relaties en seksualiteit. U kunt vanaf de eerste les een vragendoos in de klas neerzetten. Leerlingen kunnen vragen anoniem op een briefje schrijven en in de vragendoos stoppen. Gedurende de lessenserie kunt u de relevante vragen klassikaal behandelen. Een speciale Lang Leve de Liefde-vragendoos kunt u bestellen via anglevedeliefde.nl.

In de eerste les kunt u het werkblad 'Les 1: Regels' met de leerlingen doorspreken en hierover afspraken maken met elkaar. Ook vindt u op lesgevenindeliefde.nl informatie over hoe andere docenten een veilige sfeer creëren tijdens de lessen Lang Leve de Liefde.

Hoe geeft u les zonder schaamte?

- 1 Bespreek met de leerlingen dat veel mensen verlegen zijn en last kunnen hebben van schaamtegevoelens als er gepraat wordt over seks.
- 2 Hou vast aan de structuur van Lang Leve de Liefde. Lang Leve de Liefde volgt een logische opbouw en is een veilige manier om vele onderwerpen te behandelen.
- 3 Bereid u goed voor op de lesstof, lees deze docentenhandleiding. Door voorbereiding en kennis overwint u gevoelens van gêne.
- 4 Laat leerlingen alle onderwerpen die met seksualiteit te maken hebben benoemen. Deze kunt u als docent of kunnen de leerlingen op het bord schrijven. Zo overwin je met elkaar ongemakkelijke gevoelens over dit thema.

Bewaak uw eigen grenzen en de grenzen van de leerlingen

- 1 Bewaak uw eigen grenzen als docent en bewaak de grenzen tussen leerlingen. Grijp in wanneer een leerling te ver gaat.
- 2 Beantwoord geen vragen over uw eigen seksuele leven. Daar zitten leerlingen niet op te wachten. Vaak zijn vragen van leerlingen over uw seksleven als provocatie of grap bedoeld.
- 3 Maak aan het begin van de lessenserie met de leerlingen afspraken welke vragen u wel of niet beantwoordt. Op het moment dat leerlingen een te persoonlijke vraag stellen, kunt u hiernaar verwijzen.
- 4 Bereid u voor op de vragen die u kunt krijgen. Bedenk vooraf welke vragen u juist wel en niet wilt beantwoorden.
- 5 Grijp in wanneer een leerling een nare opmerking maakt of een lastige vraag stelt aan een andere leerling. Maak de leerling bewust van de impact van die vraag. U kan de leerling bijvoorbeeld vragen 'Waarom stel je die vraag?' of 'Wat zou je ervan vinden als jou daarnaar gevraagd wordt?'
- 6 Rem een leerling af wanneer deze teveel informatie over zichzelf vertelt in de klas. Bespreek met de leerling de gevaren van het delen van informatie.
- 7 Maak afspraken met de klas dat er serieus omgegaan wordt met verhalen die leerlingen delen met de klas.
- 8 Geef leerlingen altijd de mogelijkheid om niet op vragen te reageren en te mogen 'passen'.

Wees alert op problemen van individuele leerlingen

- 1 Wees alert op reacties en signalen van individuele jongeren. Knoop zo nodig een gesprek aan met een jongere. Voorkom echter dat u ongewild teveel de rol van hulpverlener op u neemt. Verwijs zo nodig door.
- 2 Bereid u voor door binnen de school te kijken naar klachtenprocedures, vertrouwenspersonen, mentoren en coördinatoren waar u terecht kunt als een leerling problemen heeft. Deze collega's zijn onmisbaar als een leerling problemen heeft.
- 3 Vertel de leerlingen aan het begin van de lessenserie dat ze bij u terecht kunnen met vragen of problemen. Zo geeft u leerlingen de mogelijkheid de hulpvraag bij u neer te leggen zonder het klassikaal te hoeven delen. Leerlingen kunnen u na de les aanspreken of een e-mail sturen.
- 4 Grijp in wanneer u signalen opvangt van een leerling die kunnen wijzen op problemen.
- 5 Kijk voor concrete suggesties op lesgevenindeliefde.nl.



Hoe integreert u seksuele diversiteit in de lessen Lang Leve de Liefde?

- 1 Bedenk dat waar u hij & zij zegt, het ook kan gaan om hij & hij en zij & zij.
- 2 Verwerk homoseksualiteit als een natuurlijk gegeven in de lessen. Geef niet alleen heterovoorbeelden. Zo krijgen leerlingen het idee 'dit is normaal'. Doe dit door bij onderwerpen zoals verliefd zijn en veilig vrijen ook te benoemen hoe dat kan zijn voor leerlingen met homoseksuele gevoelens.
- 3 Probeer het woord 'homo' niet te vaak te gebruiken. Dit kan een negatieve lading hebben. U zou het ook kunnen verwoorden als 'een meisje dat op meisjes valt' of 'een jongen die op jongens valt'.
- 4 Grijp in wanneer een leerling een homonegatieve opmerking maakt en geef aan dat u negatieve reacties niet accepteert.
- 5 Weerleg homonegatieve reacties door te benadrukken dat homoseksualiteit iets normaals is. Leg bijvoorbeeld uit dat zes procent van de jongeren homoseksueel is. Dat betekent dat in iedere klas meerdere leerlingen zijn met homoseksuele gevoelens.
- 6 Maak afspraken samen met de leerlingen dat u ingrijpt op het moment dat leerlingen zich homonegatief uitlaten. Laat weten dat het niet 'gewoon' is om homonegatieve opmerkingen te maken of scheldwoorden te gebruiken. Maak de leerlingen bewust van de impact van zo'n opmerking.
- 7 Als u meer aandacht wilt besteden aan het thema seksuele diversiteit dan in de lessen is opgenomen, kunt u gebruikmaken van het lesbrief 'Seksuele diversiteit'. Dit document kunt u downloaden van langlevedeliefde.nl

Hoe stimuleert u discussie?

Discussie is heel belangrijk bij relationele en seksuele vorming. Daarom is het ook een veelvoorkomende werkvorm in het Lang Leve de Liefde-lespakket. Met de leerlingen praten over de thema's is leerzaam en leuk voor zowel u als docent als voor uw leerlingen. Wilt u meer weten over het leiden van een discussie in de klas? Kijk op lesgevenindeliefde.nl.

Vragen over Lang Leve de Liefde?

Heeft u vragen over het lespakket of het lesgeven met Lang Leve de Liefde, mail naar info@langlevedeliefde.nl.



Beschrijving van de zes lessen

LES 1 WAT GEBEURT ER MET JOU?

Thema's

- Puberteit
 - Lichamelijke en emotionele veranderingen
 - Anatomie en functie van geslachtsorganen
- Verliefdheid
- Oriëntatie op seksuele identiteit (heteroseksualiteit, homoseksualiteit en seksuele diversiteit)
- Invloed van ouders op relatievorming

Leerdoelen

Kennis

- Leerlingen kunnen enkele voorbeelden noemen van emotionele en lichamelijke veranderingen in de puberteit.
- Leerlingen kunnen de anatomie en de functies van de geslachtsorganen van de man en de vrouw uitleggen.
- Leerlingen kunnen uitleggen wat het maagdevlies is.
- Leerlingen kunnen enkele voorbeelden noemen van gevoelens en uitingen van verliefdheid.
- Leerlingen kunnen uitleggen wat heteroseksualiteit, homoseksualiteit, biseksualiteit en transgender inhoudt.
- Leerlingen kunnen benoemen waar zij met vragen over seksualiteit terecht kunnen.
- Leerlingen kunnen uitleggen wat 'coming out' betekent.

Houding

- Leerlingen erkennen dat lichamelijke en emotionele veranderingen in de puberteit normaal zijn.
- Leerlingen erkennen dat jongeren verliefdheid op verschillende manieren ervaren.
- Leerlingen geven aan andere jongeren te respecteren ongeacht hun seksuele identiteit.
- Leerlingen onderkennen de invloed van hun ouders op relatievorming.

Vaardigheden

- Leerlingen kunnen informatie zoeken over seksualiteit op sense.info.

Benodigheden

- Leerlingenmagazine 'Lang Leve de Liefde': Les 1
- Film aflevering1. Online te bekijken of op dvd.
- Werkblad: Les 1 'Regels'
 - Ga voor het werkblad 'Regels' naar langlevedeliefde.nl
- **Optioneel:** Vragendoos 'Lang Leve de Liefde' (Wat is de vragendoos? Lees meer op bladzijde 5).

Voorbereiding

- Lees het werkblad 'Regels' en lees les 1 uit het leerlingenmagazine 'Wat gebeurt er met jou?'.
- Bekijk film 1 'Wat gebeurt er met jou?' op dvd of online via langlevedeliefde.nl.

Let op: U heeft een wachtwoord nodig om de film te bekijken. Dit is: **langlevedeliefde**

- Maak voldoende kopieën van het werkblad 'Regels' voor de leerlingen in de klas.
- In deze les komt het onderwerp homoseksualiteit aan de orde. Ga naar lesgevenindeliefde.nl voor tips van collega's over hoe je op een prettige en veilige manier homoseksualiteit kunt bespreken in de klas.
- Om de lessen goed te laten verlopen, is een veilige sfeer belangrijk.



Op lesgevenindeliefde.nl vertellen andere docenten hoe zij zorgen voor een veilige sfeer in de klas.

- **Optioneel:** Zet de vragendoos op een duidelijk zichtbare plek in de klas.

Let op: Op bladzijde 45 achterin het magazine is een woordenlijst opgenomen voor de leerlingen waarin moeilijke woorden uitgelegd worden. U kunt de leerlingen hier regelmatig naar verwijzen.

Opzet van de les

- 1 Uitleggen van lessenserie Lang Leve de Liefde
- 2 Doorbladeren leerlingenmagazine
- 3 Lezen en bespreken van het werkblad 'Regels'
- 4 Inleiden van Les 1
- 5 Lezen en bespreken bladzijde 1
- 6 Lezen en bespreken bladzijde 2
- 7 Lezen en bespreken bladzijde 3
- 8 Lezen en bespreken bladzijde 4
- 9 Kijken en bespreken film 1 op linglevedeliefde.nl
- 10 Lezen en bespreken bladzijde 5
- 11 Afsluiten van Les 1

Uitwerking van de les

1. Uitleggen van lessenserie Lang Leve de Liefde

Introduceer het lespakket Lang Leve de Liefde aan de leerlingen.

2. Doorbladeren leerlingenmagazine

- Deel het leerlingenmagazine uit. Ervaring leert dat de leerlingen nieuwsgierig zijn. Ze vinden het fijn om het magazine te kunnen doorbladeren voordat ze met de les te beginnen.
- Vraag de leerlingen naar hun reacties op het leerlingenmagazine.

LESSUGGESTIE U kunt de leerlingen erop wijzen dat achterin het magazine een woordenlijstje is opgenomen.

3. Lezen en bespreken werkblad 'Regels'

- Deel het werkblad 'Regels' uit.
- Neem de negen regels gezamenlijk door.
- **Optioneel:** Bedenk samen regel 10.
- Bespreek welke woorden gebruikt gaan worden tijdens de lessen. Laat de leerlingen de afgesproken woorden opschrijven op het werkblad.

4. Inleiden van Les 1

Lees hardop 'Je verandert' voor op bladzijde 1.

5. Lezen en bespreken bladzijde 1

- Leerlingen lezen individueel 'Slappe lach'.
- Lees hardop de inleiding voor bij 'Merk jij iets aan je lichaam?'.
- Twee jongens en twee meisjes lezen hardop de citaten voor bij 'Merk jij iets aan je lichaam?'.

6. Lezen en bespreken bladzijde 2

- Leerlingen lezen individueel de tekstballonnetjes onder 'Penis enzo'.

LESSUGGESTIE U kunt deze tekstballonnetjes ook hardop voorlezen of laten voorlezen door de leerlingen.

- Leerlingen bekijken individueel de afbeeldingen van de penis en vullen de opdracht in.

LESSUGGESTIE U kunt er ook voor kiezen om de opdracht in tweetallen te laten invullen.

• Stel klassikaal de vraag

'Een besneden penis, wat is dat'? Lees na het bespreken het antwoord hardop voor.

7. Lezen en bespreken bladzijde 3

- Leerlingen lezen individueel de tekstballonnetjes onder 'Vagina enzo'.

LESSUGGESTIE U kunt deze tekstballonnetjes ook hardop voorlezen of laten voorlezen door de leerlingen.

- Leerlingen bekijken individueel de afbeeldingen van de vagina.
- Lees hardop voor 'Het maagdevlies is geen vlies'.

TIP Wilt u dieper ingaan op de anatomie van de clitoris? Kijk op sense.info.

- Leerlingen vullen individueel of in tweetallen de quiz in bij 'Maagdevlies'.
- Bespreek klassikaal de antwoorden.

LESSUGGESTIE U kunt hardop deze antwoorden voorlezen. U kunt er ook voor kiezen drie leerlingen de antwoorden te laten voorlezen.

TIP Wilt u dieper ingaan op de onderwerpen besnijdenis en/of maagdevlies? Gebruik dan de informatiebladen 'Besnijdenis' en 'Maagdevlies'. Kijk hiervoor op linglevedeliefde.nl



8. Lezen en bespreken bladzijde 4

- Lees hardop de inleiding voor bij 'Wat is verliefd?'.
- Twee jongens en twee meisjes lezen hardop de citaten voor bij 'Wat is verliefd?'.
- Leerlingen vullen individueel in 'Hoe voel jij je als je verliefd bent?'.
- Leerlingen lezen individueel 'Verliefd op een meisje of op een jongen?' en 'Wist je dat...'.

LESSUGGESTIE Het onderdeel 'Verliefd op een meisje of op een jongen?' kan bij de leerlingen reacties oproepen. Als u dieper wilt ingaan op de reacties van de leerlingen kunt u gebruik maken van het informatieblad 'Seksuele diversiteit'.

9. Kijken en bespreken film 1 op langlevedeliefde.nl

- Leerlingen bekijken film 1.

Let op: Voor het afspelen van de film heeft u een wachtwoord nodig. Dit is: **langlevedeliefde**

• Nabespreken: Vragen voor de klas

- Hoe kwam Anderson erachter dat hij op jongens valt?
- **Optioneel:** Hoe kwam Erin erachter dat zij op meisjes valt?

LESSUGGESTIE U kunt de opmerkingen van de leerlingen klassikaal verzamelen en ze in twee kolommen op het bord zetten.

10. Lezen en bespreken bladzijde 5

- Lees hardop de inleiding voor bij 'Wat vinden ouders van verliefd zijn en verkeren?'.
- Twee jongens en één meisje lezen hardop de citaten voor bij 'Wat vinden ouders van verliefd zijn en verkeren?'.
- **Nabespreken: Vraag voor de klas**
 - Oscar zegt dat hij al een tijdje wist dat hij homo was, maar het in het begin niet aan zijn ouders durfde te vertellen. Waarom durfde Oscar het niet te vertellen?

TIP Bij het bespreken van deze vraag zou aan bod moeten komen dat Oscar waarschijnlijk bang is voor een negatieve reactie van zijn ouders of zelfs een afwijzing. Als antwoord daarop kunt u als docent aangeven dat ouders meestal even moeten wennen, net als de ouders van Oscar, maar het vervolgens accepteren. In een enkel geval is het voor jongeren heel moeilijk homoseksualiteit te bespreekbaar te maken met hun ouders. Dan is het belangrijk dat jongeren kunnen praten met iemand die ze vertrouwen.

TIPS

- Bij het bespreken van de tekst over Oscar kunnen leerlingen mogelijk afwijzend reageren. De verklaring voor een mogelijke afwijzende houding ten aanzien van homoseksualiteit past bij de behoefte van jonge jongeren om 'erbij te willen horen'. Maar als jongeren in hun directe omgeving in aanraking komen met iemand die homoseksueel is, stellen ze hun negatieve beeld vaak bij.



- Wilt u meer weten over omgaan met homoseksualiteit en seksuele diversiteit in de les? Ga naar lesgevenindeliefde.nl.

- Leerlingen vullen in tweetallen de antwoorden in bij 'Als je ergens over wilt praten'.
- Lees hardop de tekst in de Sense ster voor.

11. Afsluiten van Les 1

- Vraag aan de leerlingen wat ze van de les vonden.
- Vertel dat volgende keer Les 2 'Waar ben jij aan toe?' besproken wordt.



Beschrijving van de zes lessen

LES 2 WAAR BEN JIJ AAN TOE?



Thema's

- Versieren en verkering
- Uitmaken en liefdesverdriet
- Keuzes in relaties
- Vormen van intimiteit

Leerdoelen

Kennis

- Leerlingen kunnen benoemen dat er verschillende manieren van contact leggen kunnen zijn.
- Leerlingen kunnen benoemen dat er verschillende rolverwachtingen zijn van jongens en meisjes ten aanzien van relaties.
- Leerlingen kunnen benoemen wat je kunt doen om een relatie leuk te houden.
- Leerlingen kunnen aangeven hoe oud jongeren zijn als ze voor het eerst seks hebben.
- Leerlingen kunnen de verschillende vormen van intimiteit benoemen.
- Leerlingen kunnen uitleggen dat porno en reclamefoto's niet overeenkomen met de realiteit.

Houding

- Leerlingen kunnen aangeven wat zij belangrijk vinden bij verkering.
- Leerlingen erkennen dat jongeren verschillende verwachtingen van elkaar kunnen hebben in een relatie.
- Leerlingen kunnen aangeven dat het belangrijk is initiatieven te nemen om de verkering leuk te houden.
- Leerlingen erkennen dat het belangrijk is om een relatie op een goede manier te beëindigen.
- Leerlingen erkennen dat er verschillen zijn in wanneer jongeren aan seks toe zijn.
- Leerlingen kunnen aangeven wat hun eigen normen en waarden zijn ten aanzien van hun seksuele start.
- Leerlingen onderkennen het belang van het nadenken over hun eigen wensen en grenzen.

Vaardigheden

- Leerlingen kunnen verwoorden hoe je verkering leuk houdt.
- Leerlingen kunnen enkele voorbeelden noemen hoe een verkering op een goede manier beëindigd kan worden.
- Leerlingen noemen enkele manieren om met liefdesverdriet om te gaan.

Benodigdheden

- Leerlingenmagazine 'Lang Leve de Liefde': Les 2
- Film aflevering2. Online te bekijken of op dvd

Voorbereiding

- Bekijk film 2 'Waar ben jij aan toe?' op dvd of online via langlevedeliefde.nl.

! Let op: U heeft een wachtwoord nodig om de film te bekijken. Dit is **langlevedeliefde**

- Lees les 2 uit het leerlingenmagazine 'Waar ben jij aan toe?'.
- De culturele achtergrond van leerlingen heeft invloed op ideeën over verkering en seks. Hoe ga je om met culturele verschillen in de klas? Ga naar lesgevenindeliefde.nl.
- Wat doe je als leerlingen persoonlijke vragen stellen? Kijk op lesgevenindeliefde.nl hoe andere docenten hiermee omgaan.



Opzet van de les

- 1 Inleiden van les 2
- 2 Kijken en bespreken film 2 op langlevedeliefde.nl
- 3 Lezen en bespreken bladzijde 7
- 4 Lezen en bespreken bladzijde 8
- 5 Lezen en bespreken bladzijde 9
- 6 Lezen en bespreken bladzijde 10
- 7 Lezen en bespreken bladzijde 11
- 8 Lezen bladzijde 12
- 9 Afsluiten van Les 2



Uitwerking van de les

1. Inleiden van Les 2

- Vraag de leerlingen of zij nog vragen hebben over les 1.
- Lees hardop de inleiding voor 'Wat wil jij?' op bladzijde 6.

2. Kijken en bespreken film 2 op linglevedeliefde.nl

- Leerlingen bekijken film 2.

Let op: Voor het afspelen van de film heeft u een wachtwoord nodig. Dit is: **linglevedeliefde**

• Nabespreken: Vraag voor de klas

- Sophie zegt dat ze het niet eens is met: 'Meisjes zijn de hoer en jongens zijn stoer'. Wat bedoelt Sophie met de uitspraak 'Meisjes zijn de hoer en jongens zijn stoer'?

TIP Het doel van deze vraag is jongeren zich bewust te laten worden van hoe vergelijkbaar gedrag van jongens en meisjes verschillend wordt beoordeeld: als meisjes veel vriendjes hebben, zien sommige jongeren dit als 'losbandig', terwijl vergelijkbaar gedrag bij jongens als stoer wordt gezien.

3. Lezen en bespreken bladzijde 7

- Twee jongens en twee meisjes lezen hardop de citaten bij 'Wie begint met versieren, de jongen of het meisje?' voor.
- Leerlingen lezen individueel de tips.
- Twee jongens en een meisje lezen hardop de citaten voor. Leerlingen vullen individueel in 'Wat vind jij een leuke versiertip?'.

• Nabespreken: Vragen voor de klas

- Welke versiertip heb jij bedacht?
- Wat vind je een goede tip?
- Wat zou jij zelf nooit doen?

4. Lezen en bespreken bladzijde 8

- Vier meisjes en drie jongens lezen hardop de citaten voor bij 'Verkering: Wat vind jij belangrijk?'.
- Lees hardop voor 'Verkering en dan...'
- Leerlingen vullen in tweetallen 'Zo blijft je verkering leuk!' in.

• Nabespreken: Vraag voor de klas

- Vraag de leerlingen wat zij hebben ingevuld op de stippellijntjes.

5. Lezen en bespreken bladzijde 9

- Lees hardop het citaat van Thijs voor bij 'Moeten we alles samen doen?'.
- Leerlingen lezen individueel 'Het advies van zijn vrienden'

en kruisen aan welk antwoord zij het best vinden.

• Nabespreken: Vraag voor de klas

- Welk antwoord vind jij het best?
- Lees de inleiding bij 'Uitmaken' hardop voor. Kies drie leerlingen die de drie punten bij 'Uitmaken' voorlezen.
- Leerlingen lezen individueel 'Liefdesverdriet' en 'Wist je dat...'

6. Lezen en bespreken bladzijde 10

- Lees hardop de inleiding bij de strip voor.
- Geef drie leerlingen de rol van Robbert, Eva en Meryem en laat ze de tekstballonnetjes hardop voorlezen.

7. Lezen en bespreken bladzijde 11

- Leerlingen vullen individueel in 'Hoe oud...?'
- Nabespreken: Vraag voor de klas
 - Vraag de leerlingen wat zij hebben ingevuld. Lees daarna het antwoord bij 'Hoe oud...?' hardop voor.

TIP Vaak denken leerlingen dat hun leeftijdsgenoten al seksueel actief zijn. Leerlingen kunnen hierdoor de druk voelen om zelf seksueel actief te worden. Maar uit het onderzoek Seks onder je 25^{ste} 2017 blijkt dat niet zo te zijn. Dit kan een geruststellend effect hebben op de jongeren.

- Lees hardop de inleiding voor bij 'Wat wil jij?'
- Leerlingen vullen individueel in 'Wat wil jij?'
- Nabespreken: Vertel de klas
 - Lees hardop het antwoord voor 'Er is geen goed of fout antwoord. Doe wat voor jou goed voelt'.

8. Lezen bladzijde 12

- Lees hardop de inleiding voor bij 'Zoenen, knuffelen en seks'.
- Twee jongens en één meisje lezen hardop de citaten voor bij 'Zoenen, knuffelen en seks'.
- Lees hardop voor 'Porno is geen echte seks' en 'Reclamefoto's zijn vaak nep'.
- Leerlingen lezen individueel 'Vrijen met jezelf'.

9. Afsluiten van Les 2

- Vraag aan de leerlingen wat ze van de les vonden.
- Vertel dat de volgende keer Les 3 'Wat zijn jouw grenzen?' besproken wordt.



Beschrijving van de zes lessen

LES 3 WAT ZIJN JOUW GRENZEN?

Van deze les is een digitale versie beschikbaar. Deze digitale les is ontwikkeld voor vmbo, havo en vwo. Afhankelijk van het niveau van de leerlingen kunt u deze digiles of onderdelen ervan ook inzetten in het praktijkonderwijs of vmbo-bb. De inhoud van de digitale les komt overeen met de inhoud van het magazine en de film. Ga naar langlevedeliefde.nl en klik op 'Ik ben leerling' > 'Voortgezet Onderwijs' > 'Onderbouw'.

Thema's

- Ontdekken eigen wensen en grenzen
- Achterhalen wensen en grenzen van de ander
- Communiceren over wensen en grenzen
- Online veiligheid
- Sexting
- Ongewenste ervaringen
- Loverboys

Leerdoelen

Kennis

- Leerlingen kunnen manieren benoemen waarop je kan laten merken hoe ver je wil gaan.
- Leerlingen kunnen manieren benoemen om te checken hoe ver de ander wil gaan.
- Leerlingen kunnen uitleggen hoe vervelende ervaringen op internet voorkomen kunnen worden.
- Leerlingen kunnen uitleggen wat sexting is en hoe ze hulp kunnen zoeken als er wat mis gaat.
- Leerlingen kunnen concrete gedragingen noemen die grensoverschrijdend kunnen zijn.
- Leerlingen kunnen uitleggen wat een loverboy is.

Houding

- Leerlingen onderkennen het belang van het nadenken over hun eigen wensen en grenzen.
- Leerlingen onderkennen het belang van het aangeven van hun eigen wensen en grenzen.
- Leerlingen onderkennen het belang van het herkennen en respecteren van de wensen en grenzen van de ander.
- Leerlingen erkennen het belang van veilig omgaan met internet.

>>>

Vaardigheden

- Leerlingen kunnen communiceren waar ze aan toe zijn op het gebied van relaties en seks.
- Leerlingen kunnen aan een partner aangeven hoe ver zij willen gaan.
- Leerlingen kunnen bij de ander checken hoe ver hij/zij wil gaan.
- Leerlingen kunnen voorbeelden geven wat zij doen om veilig te internetten.

Benodigdheden

- Leerlingenmagazine 'Lang Leve de Liefde': Les 3
- Film aflevering3. Online te bekijken of op dvd

Voorbereiding

- Bekijk film 3 'Wat zijn jouw grenzen?' op dvd of online via langlevedeliefde.nl.

Let op: U heeft een wachtwoord nodig om de film te bekijken. Dit is **langlevedeliefde**

- Lees les 3 uit het leerlingenmagazine 'Wat zijn jouw grenzen?'.
- Het gebruik van sociale media brengt mogelijkheden maar ook gevaren met zich mee. Hoe ga je hier als docent mee om? Kijk hiervoor op lesgevenindeliefde.nl.
- Lessen over relaties en seksualiteit kunnen confronterend zijn voor leerlingen die problemen hebben. Hoe signaleer je problemen en hoe onderneem je actie? Kijk hiervoor op lesgevenindeliefde.nl.



Opzet van de les

- 1 Inleiden van Les 3
- 2 Lezen bladzijde 14
- 3 Kijken en bespreken film 3 op langlevedeliefde.nl
- 4 Lezen en bespreken van de fotostrip
- 5 Lezen en bespreken bladzijde 19
- 6 Lezen en bespreken bladzijde 20
- 7 Lezen bladzijde 21
- 8 Afsluiten van Les 3

Uitwerking van de les

1. Inleiden van Les 3

- Vraag de leerlingen of zij nog vragen hebben over les 2.
- Lees hardop de inleiding 'Hoe ver ga jij?' op bladzijde 13.

2. Lezen bladzijde 14

- Lees hardop de stukjes 'Stel je voor...' voor bij 'Wat zou jij doen?' en eindig met 'Wat doe je?'
- Leerlingen kruisen individueel het antwoord van hun keuze aan.
- Lees hardop het citaat van Nadia voor bij 'Wat wil de ander?'
- Leerlingen kruisen individueel aan welk antwoord zij het best vinden.
- **Nabespreken: Vraag voor de klas**
- Welk antwoord vind jij het best?

3. Kijken en bespreken film 3 op linglevedeliefde.nl

- Leerlingen bekijken film 3.

Let op: Voor het afspelen van de film heeft u een wachtwoord nodig. Dit is **linglevedeliefde**

TIP In het stukje drama van deze aflevering zien de leerlingen wat er kan gebeuren als er niet duidelijk wordt gecommuniceerd over wensen en grenzen. Bespreek de volgende vragen samen met de leerlingen om duidelijker te leren communiceren over wat je wel en niet wilt.

• Nabespreken: Vragen voor de klas

- Vond je dat het meisje duidelijk was in hoe ver zij zou willen gaan? Wat had ze kunnen doen om duidelijker te zijn?
- Wat vond je van het gedrag van de jongen? Wat had hij anders kunnen doen?

4. Lezen en bespreken van de fotostrip

- Geef een meisje de rol van Sanne en een jongen de rol van Nick. Kies nog drie leerlingen uit voor de kleine rollen van Justin, Lieke en Jill. Laat de leerlingen hardop de tekstballonnetjes voorlezen.
- Lees hardop de tekst in de groene vakjes.

LESSUGGESTIE DIGIBORD



DIGIBORD

U kunt ervoor kiezen om de fotostrip via het digibord te doorlopen. Behandel na het bekijken van de digitale fotostrip, de werkvormen op bladzijde 19 volgens de beschrijving hieronder.

Let op: De digiles is ontwikkeld voor leerlingen van het vmbo, havo & vwo. Check van te voren of het niveau van de dit onderdeel aansluit bij uw leerlingen.

5. Lezen en bespreken bladzijde 19

De onderdelen op bladzijde 19 zijn essentieel voor het nabespreken van de fotostrip.

- Lees hardop de inleiding voor bij 'Wat vind jij ervan?'
- Stel één voor één de vragen, laat leerlingen individueel hun antwoord invullen.
- **Nabespreken: Vraag voor de klas**
- Wat heb jij ingevuld?

TIP Er zijn geen foute antwoorden. Alleen het antwoord 'Er is niks misgegaan' bij vraag 1 is niet gewenst.

- Laat één jongen en één meisje de tekst van respectievelijk Nick en Sanne bij 'Wat Nick en Sanne achteraf zeggen' hardop voorlezen.
- Lees eest hardop de vetgedrukte tips voor bij 'Tips: Zo praat je over seks'.
- Laat drie leerlingen de citaten bij de tips hardop voorlezen.





6. Lezen en bespreken bladzijde 20

Jongeren zijn steeds meer online bezig met appen en sociale media. Dat heeft veel leuke en spannende kanten. Maar het brengt ook risico's met zich mee voor grensoverschrijdend gedrag en intimidatie. Justin, Jill en Lieke vertellen wat hun ervaringen zijn en welke tips zij hebben.

- Lees hardop de inleiding voor.
- Lees hardop de tips voor of laat leerlingen de tips hardop voorlezen.
 - **Bij Tip 1:** Vraag de leerlingen 'Welke naam heb jij verzonnen of zou jij verzinnen?'
 - **Bij Tip 2:** Laat een leerling hardop het citaat van Jill voorlezen.
 - **Bij Tip 3:** Laat een leerling hardop het citaat van Lieke voorlezen.
 - **Bij Tip 4:** Verwijs leerlingen naar sense.info.
 - **Bij Tip 5:** Vraag de leerlingen 'Welke vraag zou jij niet stellen aan iemand die je alleen via internet kent?'
 - **Bij Tip 6:** Laat een leerling hardop het citaat van Lieke voorlezen.
 - **Bij Tip 7:** Laat een leerling hardop het citaat van Justin voorlezen.
 - **Bij Tip 8:** Vraag de leerlingen 'Heb jij wel eens een foto van iemand anders op internet gezet?' en 'Hoe denk jij dat die persoon dat vindt?'
- Lees hardop 'Sexting' voor of laat drie leerlingen de tekst hardop voorlezen.

TIP U kunt uitleggen dat sexting bij een gezonde seksuele ontwikkeling hoort, dat het leuk en spannend kan zijn en dat het pas misgaat bij het doorsturen van berichten, foto's en films.

Wilt u extra aandacht besteden aan sexting en online veiligheid? Dan kunt u gebruik maken van de aanvullende module L.O.V.E. Online.

Kijk op langlevedeliefde.nl.

7. Lezen bladzijde 21

- Leerlingen lezen individueel 'Over jouw grens'
- **Nabespreken: Vragen voor de klas**
 - *Wat zou jij doen als een jongen of meisje jou op de dansvloer tegen jouw zin aanraakt?*
 - *Hoe zou jij voorkomen dat een jongen of meisje een naaktfoto van jou zou laten zien aan vrienden of vriendinnen?*
- Lees hardop 'Wat is een loverboy?' of laat een leerling dit hardop voorlezen.

TIP In het kader van dit lesprogramma hoeft u niet lang stil te staan bij het onderwerp 'Loverboys'. In deze lessenserie wordt uitgebreid aandacht besteed aan weerbaarheid en het communiceren over wensen en grenzen. Deze vaardigheden zijn belangrijk om grensoverschrijdingen te voorkomen. Loverboys zijn één van de meest extreme vormen hiervan.

8. Afsluiten van Les 3

- Vraag aan de leerlingen wat ze van de les vonden.
- Vertel dat de volgende keer Les 4: 'Hoe maak je seks leuk?' besproken wordt.



Beschrijving van de zes lessen

LES 4 HOE MAAK JE SEKS LEUK?

Van deze les is een digitale versie beschikbaar. Deze digitale les is ontwikkeld voor vmbo, havo en vwo. Afhankelijk van het niveau van de leerlingen kunt u deze digiles of onderdelen ervan ook inzetten in het praktijkonderwijs of vmbo-bb. De inhoud van de digitale les komt overeen met de inhoud van het magazine en de film. Ga naar langlevedeliefde.nl en klik op 'Ik ben leerling' > 'Voortgezet Onderwijs' > 'Onderbouw'.

Thema's

- De eerste keer
- Voorwaarden voor gewenste, veilige en prettige seks
- Omgaan met seksuele problemen
- Hulp zoeken bij relationele of seksuele vragen en problemen

Leerdoelen

Kennis

- Leerlingen kunnen uitleggen wat belangrijk is bij de eerste keer.
- Leerlingen kunnen drie voorwaarden benoemen om ervoor te zorgen dat seks leuk is.
- Leerlingen kunnen benoemen wat de meest voorkomende seksuele problemen zijn bij jongens en meisjes.
- Leerlingen kunnen uitleggen waar ze terecht kunnen met problemen op relationeel en seksueel gebied.

Houding

- Leerlingen erkennen dat het belangrijk is dat ze goed voorbereid zijn op de eerste keer.
- Leerlingen erkennen dat het voor plezierige seks belangrijk is dat je dit allebei wilt, dat je het veilig doet en dat je er prettig bij voelt.
- Leerlingen geven aan dat het belangrijk is om hulp te zoeken bij relationele en seksuele problemen.

Vaardigheden

- Leerlingen kunnen verwoorden hoe je hulp kunt zoeken bij verschillende relationele en seksuele problemen.

Benodigdheden

- Leerlingenmagazine 'Lang Leve de Liefde': Les 4
- Film aflevering 4. Online te bekijken of op dvd

Voorbereiding

- Bekijk film 4 'Hoe maak je seks leuk?' op dvd of online via langlevedeliefde.nl.

! Let op: U heeft een wachtwoord nodig om de film te bekijken. Dit is **langlevedeliefde**

- Lees les 4 uit het leerlingenmagazine 'Hoe maak je seks leuk?'



- Het kan zijn dat u zich als docent ongemakkelijk voelt bij het bespreken van sommige thema's in deze les. Wilt u weten hoe andere docenten omgaan met gevoelens van schaamte? Kijk op lesgevenindeliefde.nl.

- Een veilige sfeer is belangrijk voor een open communicatie over de thema's in deze les. Kijk op lesgevenindeliefde.nl voor meer informatie over het creëren van een veilige sfeer.
- U vindt op deze website ook informatie over hoe u om kunt gaan met verschillen in relationele en seksuele ervaringen van leerlingen.

Opzet van de les

- 1 Inleiden van Les 4
- 2 Lezen en bespreken bladzijde 22
- 3 Kijken en bespreken film 4 op langlevedeliefde.nl
- 4 Lezen en bespreken bladzijde 23
- 5 Lezen bladzijde 24
- 6 Lezen en bespreken bladzijde 25
- 7 Lezen en bespreken bladzijde 26
- 8 Lezen bladzijde 27
- 9 Lezen en bespreken bladzijde 28
- 10 Afsluiten van les 4



Uitwerking van de les

1. Inleiden van Les 4

- Vraag de leerlingen of zij nog vragen hebben over les 3.
- Lees hardop 'Wanneer ben je klaar voor seks?' op bladzijde 22.

2. Lezen en bespreken bladzijde 22

- **Vraag voor de klas**
- Wat wordt bedoeld met de eerste keer?
- Eén van de leerlingen leest hardop voor 'De eerste keer'.

3. Kijken en bespreken film 4 op langlevedeliefde.nl

- Leerlingen bekijken film 4.

Let op: Voor het afspelen van de film heeft u een wachtwoord nodig. Dit is: **langlevedeliefde**

- **Nabespreken: Vragen voor de klas**
- De supermarktcollaga van Erwin verbaast zich erover dat Erwin en Nienke na zes maanden verking nog steeds niet met elkaar naar bed zijn geweest.
'Je moet niet zo bang zijn. Je moet niet zo moeilijk doen', zegt hij. Erwin zegt: 'Dat is tussen Nienke en mij. Dat gaat je niks aan'. Wat vind jij van de reactie van Erwin?
- Wat vind jij van de opmerking van de supermarktcollaga dat je het gedaan moet hebben als je zes maanden verking hebt?

TIP Maak hierbij duidelijk aan leerlingen dat je nergens verplicht toe bent, ook al heb je langer verking of plannen gemaakt om met elkaar naar bed te gaan. Je hebt alleen seks als je er klaar voor bent en als het op dat moment goed voelt.

4. Lezen en bespreken bladzijde 23

- Lees hardop de inleiding voor bij 'De eerste keer: Wat vind jij belangrijk?'
- Leerlingen vullen individueel in 'Wat vind jij belangrijk bij de eerste keer?' en lezen het citaat van Robin.
- **Optioneel: Nabespreken: Vraag voor de klas**
- Wie wil vertellen wat hij/zij heeft ingevuld?

TIP Maak hierbij duidelijk aan leerlingen dat je pas seks hebt als je er klaar voor bent.

- Leerlingen lezen om de beurt hardop de tips voor bij 'Tips voor de eerste keer'.

5. Lezen bladzijde 24

- Twee jongens en twee meisjes lezen hardop de citaten voor bij 'Andere jongeren over de eerste keer'.
- Lees hardop de tekst voor in de Sense ster.

6. Lezen en bespreken bladzijde 25

- Lees hardop voor 'Seks is leuk ... als je het allebei wilt'.
- Twee leerlingen lezen hardop de chat met Sense voor. Eén leerling heeft de rol van Sabgirl en één leerling heeft de rol van de Sense Infolijn.
- **Nabespreken: Vragen voor de klas**
- Hoe kan je duidelijk tegen de ander zeggen dat je nog geen seks wilt?
- Wat zeg je als de ander toch seks wil?
- Lees hardop de tekst in de Sense ster voor.
- Lees hardop 'Seks is leuk... als je het veilig doet' voor, of laat een leerling dit hardop voorlezen.

LESSUGGESTIE DIGIBORD



U kunt ervoor kiezen de onderdelen op de bladzijden 25 en 26 via het digibord te doorlopen.

Let op: De digiles is ontwikkeld voor leerlingen van het vmbo, havo & vwo. Check van te voren of het niveau van dit onderdeel aansluit bij uw leerlingen.

7. Lezen en bespreken bladzijde 26

- Lees hardop voor 'Seks is leuk... als het prettig is'.
- Eén leerling leest hardop de e-mail van Sami voor: 'Wat wil mijn vriendin?'
- Twee of drie leerlingen lezen hardop het antwoord van Sense voor.

LESSUGGESTIE U kunt er ook voor kiezen het onderdeel 'Wat wil mijn vriendin?' individueel te laten lezen door de leerlingen.

8. Lezen bladzijde 27

- Lees hardop voor 'Als seks niet zo prettig is...'
- Leerlingen lezen individueel 'Lastig vraagje' en 'Chat met Sense'.

9. Lezen en bespreken bladzijde 28

- Eén leerling leest hardop voor 'Als seks niet leuk is'.
- Leerlingen maken in tweetallen de opdracht 'Help Sharon en Michael met hun probleem'.

LESSUGGESTIE Inventariseer welke oplossingen leerlingen hebben gekozen voor Sharon en Michael. Laat leerlingen toelichten waarom zij voor die oplossing hebben gekozen.

10. Afsluiten van Les 4

- Vraag aan de leerlingen wat ze van de les vonden.
- Vertel dat de volgende keer Les 5: 'Veilig vrijen, wat is dat?' besproken wordt.

Beschrijving van de zes lessen

LES 5 VEILIG VRIJEN: WAT IS DAT?

Thema's

- Menstruatiecyclus
- Zwangerschap
- Soa's
- Veilig en onveilig seksueel gedrag
- Wat te doen na onveilige seks

Leerdoelen

Kennis

- Leerlingen kunnen beschrijven wat veilig en onveilig vrijen is.
- Leerlingen kunnen de vier weken van de menstruatiecyclus uitleggen.
- Leerlingen kunnen enkele soa's noemen.
- Leerlingen kunnen benoemen welke seksuele handelingen veilig zijn en welke niet.
- Leerlingen kunnen beschrijven hoe je veilig kunt vrijen.
- Leerlingen kunnen benoemen wat ze moeten doen als ze (mogelijk) een soa hebben.
- Leerlingen kunnen beschrijven hoe een soa-test gaat.
- Leerlingen kunnen enkele kenmerken noemen die wijzen op een zwangerschap.
- Leerlingen kunnen benoemen (zowel jongens als meisjes) wat je kunt doen als een meisje misschien zwanger is.
- Optioneel: Leerlingen kunnen enkele gevolgen van tienerouderschap benoemen.

Houding

- Leerlingen kunnen beargumenteren dat onveilig vrijen tot gevoelens van zorg en spijt kan leiden.
- Leerlingen erkennen dat je met veilig vrijen gevoelens van zorg en spijt voorkomt.
- Leerlingen erkennen het belang van veilig vrijen om soa's en zwangerschap te voorkomen.
- Leerlingen erkennen dat zowel de jongen als het meisje verantwoordelijk zijn voor condooms en anticonceptie.
- Optioneel: Leerlingen onderkennen dat tienerouderschap ingrijpende gevolgen heeft.

Vaardigheden

- Leerlingen kunnen uitleggen welke stappen zij zouden nemen na onveilig vrijen.

Benodigdheden

- Leerlingenmagazine 'Lang Leve de Liefde': Les 5
- Film aflevering 5 en optioneel de film 'Tienermoeder' online te bekijken of op dvd

Voorbereiding

- Bekijk film 2 'Veilig vrijen: wat is dat?' op dvd of online via langlevedeliefde.nl
- Lees les 5 'Veilig vrijen, wat is dat?' uit het leerlingenmagazine.
- Optioneel: Bekijk de film 'Tienermoeder' op langlevedeliefde.nl. Maak een inschatting hoe relevant deze film is voor uw leerlingen en integreer deze zo nodig in de les.

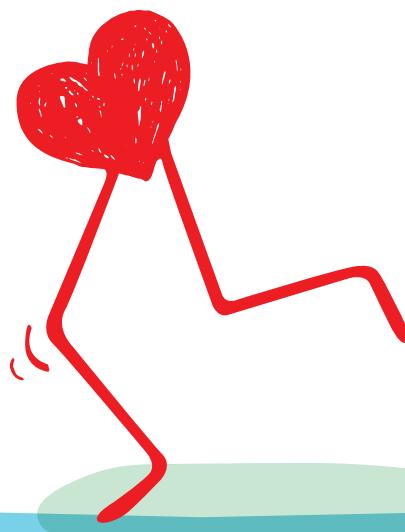
! Let op: U heeft een wachtwoord nodig om de films te bekijken. Dit is **langlevedeliefde**



- Soms kunt u zich als docent wat ongemakkelijk voelen bij het bespreken van veilig en onveilig seksueel gedrag. Op lesgevenindeliefde.nl vindt u terug hoe andere docenten omgaan met gevoelens van schaamte in deze lessen.

Eén of twee lessen?

Deze les bevat veel feitelijke informatie over soa's, zwangerschap en veilig vrijen. Waarschijnlijk heeft u aan één les niet genoeg. U kunt deze les ook in twee delen behandelen. Sluit het eerste deel dan af met de quiz op bladzijde 33. Begin het tweede deel met het bekijken van film 5 op langlevedeliefde.nl en maak de rest van de les af zoals beschreven.



Opzet van de les

- 1 Inleiden van Les 5
- 2 Lezen bladzijde 29
- 3 Lezen en bespreken bladzijde 30
- 4 Lezen bladzijde 31
- 5 Lezen bladzijde 32
- 6 Lezen en bespreken bladzijde 33

Als u deze les in twee delen behandelt, sluit u hier het eerste deel af.

- 7 Kijken en bespreken film 5 op langlevedeliefde.nl
- 8 Lezen en bespreken bladzijde 34
- 9 Lezen en bespreken bladzijde 35
- 10 Lezen bladzijde 36

Als u ervoor kiest deze les in twee delen te behandelen, kunt u overwegen de extra film 'Tienermoeder' te bekijken en te bespreken. Maak daarvoor een inschatting hoe relevant deze film is voor uw leerlingen.

- 11 **Optioneel:** Kijken en bespreken film 'Tienermoeder' op langlevedeliefde.nl
- 12 Afsluiten van Les 5

Uitwerking van de les**1. Inleiden van Les 5**

- Vraag de leerlingen of zij nog vragen hebben over les 4.
- Lees hardop de inleiding voor 'Vrijen doe je veilig'.

2. Lezen bladzijde 29

Eén leerling leest hardop voor 'Wat is veilig vrijen?'.

3. Lezen en bespreken bladzijde 30

- Lees hardop de inleiding voor 'Ongesteld zijn. Hoe zit dat?'
- Vijf leerlingen lezen ieder hardop een stap van de menstruatiecyclus en 'Zwanger' voor.
- **Nabespreken: Vragen voor de klas**
 - In welke week wordt het meisje ongesteld?
 - In welke week heeft het meisje de grootste kans om zwanger te worden?

4. Lezen bladzijde 31

TIP Geef een korte inleiding over soa's en veilig vrijen: 'Als je onveilig vrijt, loop je kans op een soa of zwangerschap. Het is dus heel belangrijk om veilig te vrijen. Maar wat zijn soa's nu eigenlijk?'

- Leerlingen lezen om de beurt hardop een vraag en een antwoord voor bij '7 vragen over soa's'.
- Leerling vullen individueel of in tweetallen de woordzoeker in.

TIP Hou er bij het bespreken van soa's en bij het bespreken van de risico's rekening mee dat het sterk aanzetten van de gevaren tot angst kan leiden. Hierdoor loopt u kans dat de jongeren de informatie naast zich neerleggen. Belangrijk is dat u, naast aandacht voor de gevaren, ook aandacht heeft voor hoe je deze kunt voorkomen of wat te doen als er risico gelopen is.

5. Lezen bladzijde 32

- Lees hardop de inleiding voor bij 'Wat is veilig en wat niet?'.
- Leerlingen lezen individueel 'Wat is veilig en wat niet?' en 'Wist je dat'.

LESSUGGESTIE U kunt er ook voor kiezen als docent de verschillende tekstblokjes bij de afbeeldingen hardop voor te lezen en klassikaal te bespreken.

6. Lezen en bespreken bladzijde 33

- Leerlingen vullen individueel of in tweetallen de quiz 'Wat weet jij over soa's, zwangerschap en veilig vrijen?' in.
- **Nabespreken**
 - Het is van belang uitvoerig aandacht te besteden aan de antwoorden. De quiz bevat namelijk vragen waarvan uit recent onderzoek ('Seks onder je 25^{ste}, onderzoek uit 2017') blijkt dat veel jongeren deze fout beantwoorden.
 - Na het invullen: Laat leerlingen om de beurt de vraag en het bijbehorende antwoord op pagina 36 hardop voorlezen.
 - Laat de leerlingen hun eigen antwoorden controleren en zichzelf een cijfer geven. De som van het aantal goede antwoorden bepaalt het cijfer.

Twee lessen? Als u deze les in twee delen behandelt, sluit u het eerste deel hier af.



7. Kijken en bespreken film 5 op langlevedeliefde.nl

- Leerlingen bekijken film 5.

Let op: Voor het afspelen van de film heeft u een wachtwoord nodig. Dit is **[langlevedeliefde](http://langlevedeliefde.nl)**

• Nabespreken: Vragen voor de klas

- Bas laat een soa-test doen. Hij zit in de wachtkamer bij dokter Jan en is erg zenuwachtig. Waarom denk je dat Bas zich zorgen maakt?
- Uit de test blijkt dat hij geen soa heeft. Wat doet Bas om te voorkomen dat hij zich nog eens zoveel zorgen moet maken?

8. Lezen en bespreken bladzijde 34

- Lees hardop de inleiding voor bij 'Hoe zou jij je voelen?'
- Leerlingen vullen individueel 'Hoe zou jij je voelen?' in.

• Nabespreken: Vraag voor de klas

- Wat heb jij ingevuld?
- Eén leerling leest hardop 'Dat doe ik nooit meer'.

9. Lezen en bespreken bladzijde 35

- Lees hardop voor 'Als het misgaat'.
- Eén leerling leest hardop de e-mail van Dave voor 'Wat moet ik doen?'.
- Laat twee leerlingen het antwoord van Sense hardop voorlezen.
- Laat de leerlingen in tweetallen in het antwoord van Sense onderstrepen, wat je moet doen na onveilige seks.

• Nabespreken

- De antwoorden zijn: Een soa-test laten doen, een morning-afterpil nemen of een zwangerschapstest doen.

10. Lezen bladzijde 36**• Vraag voor de klas**

- Hoe merk je dat je zwanger bent?
- Inventariseer de antwoorden en schrijf ze op het bord. Laat één van de leerlingen 'Hoe weet je of je zwanger bent?' hardop voorlezen.
- Lees vervolgens hardop voor 'Zwanger; wat nu?'.

11. Optioneel: Kijken en bespreken van de extra film 'Tiernemoeder'

Als u ervoor kiest les 5 in twee delen te behandelen, kunt u overwegen de extra film 'Tiernemoeder' te bekijken en te bespreken.

- Een tiernemoeder is een meisje dat voor haar twintigste haar eerste kind heeft gekregen. Op bijna elke school komt het voor dat een leerling (onbedoeld) zwanger wordt. Er zijn dan twee opties: de zwangerschap afbreken (abortus) of de zwangerschap uitdragen. Soms is de zwangerschap te ver gevorderd om nog te kunnen kiezen. De gevolgen zijn groot. Dat wordt duidelijk in het interview met tiernemoeder Loran. Veel jonge meisjes hebben een rooskleurig beeld van (tiern)moederschap. Dit kan ertoe leiden dat ze zwanger raken. Het verhaal van Loran ontkracht het geïdealiseerde beeld dat jongens en meisjes misschien hebben.
- Leerlingen bekijken de extra film 'Tiernemoeder' op langlevedeliefde.nl.

Let op: Voor het afspelen van de film heeft u een wachtwoord nodig. Dit is **[langlevedeliefde](http://langlevedeliefde.nl)**

• Nabespreken: Vraag voor de klas

- Waarom had Loran liever nog geen kind willen hebben?

12. Afsluiten van Les 5

- Vraag aan de leerlingen wat ze van de les vonden.
- Vertel dat de volgende keer Les 6: 'Veilig vrijen, hoe doe je dat?' besproken wordt.



Beschrijving van de zes lessen

LES 6 VEILIG VRIJEN: HOE DOE JE DAT?

Thema's

- Voorbereiden op condoomgebruik
- Voorbereiden op anticonceptiegebruik
- Kiezen van een anticonceptiemiddel
- Gebruik van een condoom
- Communiceren over anticonceptie & condooms
- Omgaan met weerstand tegen condoomgebruik

Leerdoelen

Kennis

- Leerlingen kunnen voordelen noemen van condoomgebruik.
- Leerlingen kunnen aangeven welke stappen genomen kunnen worden om aan anticonceptie te komen.
- Leerlingen kunnen benoemen welke anticonceptiemiddelen er zijn.
- Leerlingen kunnen enkele plaatsen noemen waar ze condooms kunnen aanschaffen.
- Leerlingen kunnen uitleggen wanneer een condoom veilig is.
- Leerlingen kunnen uitleggen waar je een condoom kunt bewaren.
- Leerlingen kunnen in vier stappen uitleggen hoe je het condoom correct gebruikt.

Houding

- Leerlingen kunnen beargumenteren dat de voordelen van condoomgebruik opwegen tegen de nadelen.
- Leerlingen erkennen het belang van het van tevoren nadenken over anticonceptie voordat ze seksueel actief worden.
- Leerlingen erkennen dat het kopen van condooms geen gevoelens van schaamte hoeft op te roepen.
- Leerlingen erkennen het belang van het bij zich dragen van condooms.
- Leerlingen erkennen het belang van communiceren over anticonceptie en condooms.
- Leerlingen erkennen dat het belangrijk is weerstand te bieden tegen het niet willen gebruiken van condooms.

>>>

Vaardigheden

- Leerlingen kunnen uitleggen welke stappen zij zouden ondernemen om aan anticonceptie te komen.
- Leerlingen kunnen uitleggen hoe je de pil op de juiste manier gebruikt.
- Leerlingen kunnen laten zien dat zij condooms op de juiste wijze kunnen gebruiken.
- Leerlingen laten zien hoe zij effectief zouden communiceren over het gebruik van condooms en anticonceptie.
- Leerlingen kunnen uitleggen hoe je omgaat met weerstand tegen condoomgebruik.

Benodigdheden

- Leerlingenmagazine 'Lang Leve de Liefde': Les 6
- Film aflevering 6. Online te bekijken of op dvd
- Werkblad Les 6: 'Middelen tegen zwangerschap'
- **Optioneel:** Lang Leve de Liefde - condooms: twee per leerling. U kunt condooms bestellen via anglevedeliefde.nl, knop 'Bestellen lesmateriaal'
- **Optioneel:** Condoomdemonstratiemodel/namaakmodel van een penis
- **Optioneel:** Anticonceptiekoffer

TIP Informeer bij de GGD of zij condoomdemonstratiemodellen en/of een anticonceptiekoffer te leen hebben

Voorbereiding

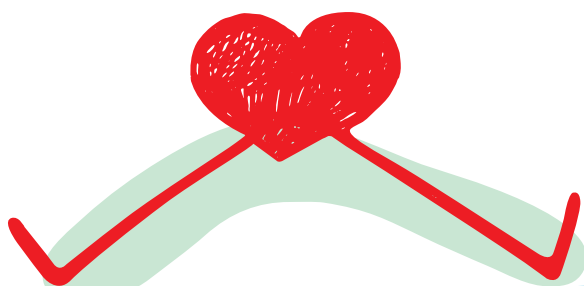
- Bekijk film 6 'Veilig vrijen: hoe doe je dat?' op dvd of online via anglevedeliefde.nl.

Let op: U heeft een wachtwoord nodig om de film te bekijken. Dit is **anglevedeliefde**

- Lees les 6 'Veilig vrijen, hoe doe je dat?' uit het leerlingenmagazine.
- Maak voldoende kopieën van het werkblad 'Middelen tegen zwangerschap' voor de leerlingen in de klas.
- 'Hoe was uw eerste keer?' 'Heeft u zelf wel eens een soa gehad?' Het zijn voorbeelden van vragen die leerlingen kunnen stellen tijdens deze les.



Hoe gaan andere docenten hiermee om? Kijk op lesgevenindeliefde.nl.



Eén of twee lessen?

In deze les wordt het gebruik van condooms en anticonceptiemiddelen behandeld. Het is belangrijk om ook praktische vaardigheden met de leerlingen te oefenen. Waarschijnlijk heeft u aan één les niet genoeg. U zou deze les dan in twee delen kunnen behandelen. Besteed in dat geval het eerste deel aan bladzijde 37 tot en met 41. Gebruik hierbij de anti-conceptiekoffer. Besteed het tweede deel aan bladzijde 42 tot en met 45. Voer in dit lesdeel de condoomoefening uit.

Opzet van de les

- 1 Inleiden van Les 6
- 2 Kijken en bespreken film 6 op langlevedeliefde.nl
- 3 Lezen bladzijde 38 en 39
- 4 Oefening Anticonceptiekoffer (alleen van toepassing als u deze les in twee delen behandelt)
- 5 Lezen en bespreken bladzijde 40 en 41

Als u deze les in twee delen behandelt, sluit u hier het eerste deel af.

- 6 Lezen en bespreken bladzijde 42
- 7 Condoom oefening (alleen van toepassing als u deze les in twee delen behandelt)
- 8 Lezen en bespreken bladzijde 43
- 9 Lezen en bespreken bladzijde 44
- 10 Lezen bladzijde 45
- 11 Afsluiten van Les 6



Uitwerking van de les

1. Inleiden van Les 6

- Vraag de leerlingen of zij nog vragen hebben over les 5.
- Lees hardop de inleiding 'Hoe doe je dat?' en 'Let op' voor op bladzijde 37.

2. Kijken en bespreken film 6 op langlevedeliefde.nl

- Leerlingen bekijken film 6.

Let op: Voor het afspelen van de film heeft u een wachtwoord nodig. Dit is **[langlevedeliefde](http://langlevedeliefde.nl)**

• Nabespreken: Vragen voor de klas

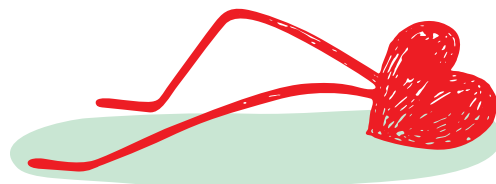
- De jongen in de film wil zonder condoom seks hebben met het meisje. Het meisje wil alleen met condoom maar de jongen blijft aandringen en zegt 'Dat hoeft toch niet, we hadden het net zo gezellig'. Uiteindelijk zegt het meisje 'Ik hou heel veel van je, maar op zo'n manier heb ik er niet zo'n zin in'. De jongen reageert door te zeggen 'Dan hoeft het voor mij ook niet meer' en loopt weg.
- Wat vind je van het gedrag van de jongen?
- Had het meisje ook eerder over condooms kunnen beginnen?

TIP U kunt benadrukken dat het bespreekbaar maken van condoomgebruik soms moeilijk is. Dit stel heeft niet van tevoren over veilig vrijen gepraat en dit heeft geleid tot een vervelende situatie. Leerlingen zien in dat het belangrijk is om vooraf over veilig vrijen te praten zodat ze van elkaar weten hoe ze hierover denken en zodat ze niet voor lastige situaties komen te staan.

3. Lezen bladzijde 38 en 39

- Verdeel de rollen in de strips over vier meisjes en vier jongens. De leerlingen lezen hardop de tekstballonnetjes in de drie strips voor.
- Leerlingen lezen individueel 'Voordelen van condooms'.
- Één leerling leest hardop de e-mail van Tess voor bij 'Hoe kom ik aan de pil?'.
- Lees hardop het antwoord van Sense voor bij 'Hoe kom ik aan de pil?'.

Twee lessen? Als u de les in twee delen behandelt, voert u hier de oefening met de anticonceptiekoffer uit.



Defening anticonceptiekoffer

Het voordeel van het gebruik van een anticonceptie-koffer in de les is dat leerlingen de verschillende anticonceptiemiddelen kunnen zien en aanraken.

- Gebruik bladzijde 40 van het leerlingenmagazine bij het bespreken van de verschillende anticonceptiemiddelen.
- U begint dit onderdeel van de les met alle middelen uit de koffer te halen en ze in de klas rond te laten gaan. Zo krijgen de leerlingen de kans de middelen een keer te zien en te voelen. Deze oefening kan voor wat onrust zorgen in de klas maar wordt over het algemeen erg gewaardeerd en leerzaam gevonden door de leerlingen.
- Verzamel de middelen.
- Doe de anticonceptiemiddelen in een zak. Laat de zak rondgaan. Vraag de leerlingen er een middel uit te halen en te vertellen wat het is. Ze mogen hierbij de informatie op bladzijde 40 van het leerlingenmagazine gebruiken.
- Ga na de oefening verder met het lezen en bespreken van bladzijde 40 en 41.

4. Lezen en bespreken bladzijden 40 en 41

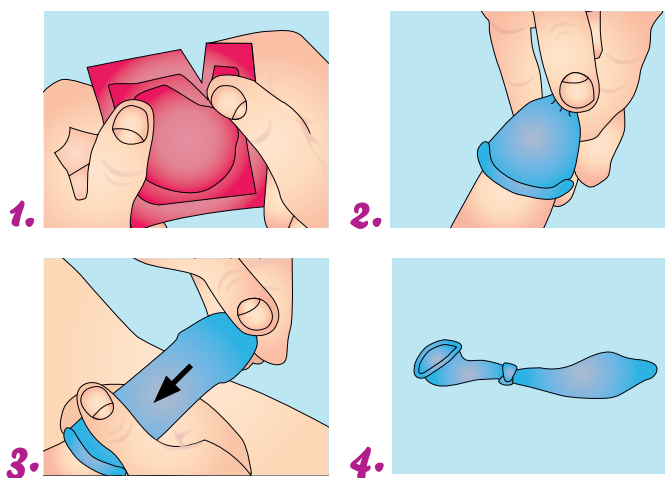
- Zeven leerlingen lezen om de beurt hardop 'Middelen tegen zwangerschap' voor.
- Deel het werkblad 'Middelen tegen zwangerschap' uit.
- Leerlingen vullen in tweetallen - zonder in het magazine te kijken - het werkblad 'Middelen tegen zwangerschap' in.
- Leerlingen vullen in tweetallen de quiz 'Wat weet jij over middelen tegen zwangerschap?' in.
- **Nabespreken**
 - Bespreek klassikaal de antwoorden op het werkblad en vervolgens de antwoorden van 'Wat weet jij over middelen tegen zwangerschap?'
- Lees hardop de inleiding voor bij 'Tips voor gebruik van de pil'.
- Leerlingen vullen individueel de antwoord in bij 'Tips voor gebruik van de pil'.
- **Nabespreken: Vraag voor de klas**
 - Wie heeft nog een andere tip bij het gebruik van de pil?
- Lees hardop 'Let op' voor.

Twee lessen? Als u deze les in twee delen behandelt, sluit u hier het eerste deel af.

5. Lezen en bespreken bladzijde 42

- Drie leerlingen lezen hardop 'Top 3: Vragen over kopen van condooms' voor en twee leerlingen lezen hardop de citaten van Jamal en Mira voor.
- Leerlingen vullen individueel in: 'Waar bewaar jij condooms?'
- **Nabespreken: Vraag voor de klas**
 - Heb jij zelf nog een goed idee ingevuld bij 'Waar bewaar jij condooms?'
- Lees hardop voor 'Zorg dat je ze bij je hebt'.
- **Nabespreken: Vraag voor klas**
 - Vind jij het net als Senna ook onzin dat je uit bent op seks als je een condoom bij je draagt?

TIP Bij deze opdracht kan het zijn dat leerlingen aangeven geen condooms bij zich te willen dragen. Aan de ene kant vinden ze het wel belangrijk om condooms bij zich te hebben, aan de andere kant hebben ze het gevoel dat het lijkt alsof ze op seks uit zijn als ze condooms bij zich dragen. Benadruk dat het juist van verantwoordelijkheidsgevoel getuigt wanneer iemand condooms bij zich heeft. Het is een uiting van respect en zorg voor jezelf en de ander. Het bij zich hebben van een condoom zegt niets over wat iemand gaat doen, wel over wat iemand wil voorkomen.



Twee lessen? Als u de les in twee delen behandelt, kunt u de condoom oefening uitvoeren. Als u maar één lesdeel ter beschikking heeft, sla dan condoom oefening over.

Condoomoefening

Voor deze oefening heeft u minimaal één condoom-demonstratiemodel nodig. U kunt de oefening op verschillende manieren uitvoeren. Als u meerdere demonstratiemodellen (kunstpenissen) beschikbaar heeft, kunnen de leerlingen in tweetallen of in kleine groepjes zelf oefenen. Als u slechts één model heeft, kunt u de demonstratie voor de klas uitvoeren.

LESSUGGESTIE 1 Demonstratie voor de klas

U laat voor de klas zien hoe een condoom aangebracht moet worden. Verwijs naar de afbeeldingen bij 'Hoe gebruik je het condoom?' op bladzijde 43.

- Begin met het laten zien van de verpakking van het condoom en vertel waar ze op moeten letten (houdbaarheidsdatum, CE-logo en eventuele beschadigingen aan de verpakking).
- Laat zien hoe je de verpakking van het condoom verwijdert. Lees hiervoor hardop de tekst bij stap 1 voor.
- Laat het condoom aan de leerlingen zien. Laat ze het eventueel vastpakken.
- Rol het condoom vervolgens af over de kunstpenis. Lees hierbij hardop de tekst voor bij stap 2 en stap 3.
- Doe het condoom daarna weer af. Lees hiervoor de vierde stap hardop voor.
- Leg een knoopje in het condoom en demonstreer dat u het weggooit.
- Verpak het condoom daarna in papier. Op deze wijze is het minder confronterend voor een volgende klas of voor een onverwachte bezoeker tijdens of na de les.
- Vraag welke leerling het ook eens wil proberen. Als leerlingen het 'vies' vinden, benadruk dan dat het voelt als haargel. Vertel ook dat een condoom heel schoon is.

LESSUGGESTIE 2 Oefenen in tweetallen

- Deel de condooms en demonstratiemodellen uit.
- Laat de leerlingen de vier stappen van de condoominstructie volgen op bladzijde 43 'Hoe gebruik je het condoom?'. Lees als docent steeds hardop de tekst bij iedere stap voor. Laat vervolgens de leerlingen de handeling uitvoeren.
- **Optioneel:** Geef de leerlingen een condoom mee om er zelf nog een keer te oefenen.

- Leerlingen lezen individueel 'Vrouwencondoom' en 'Goed om te weten'.

Als u les 6 in één keer uitvoert, sla dan de bovenstaande condoom oefening over en lees en bespreek bladzijde 43 zoals hierna beschreven.

6. Lezen en bespreken bladzijde 43

- Vier leerlingen lezen hardop de tekst voor bij de stappen 'Hoe gebruik je het condoom?'.
- Laat de leerlingen bij elke stap in eigen woorden uitleggen wat belangrijk is.
- **Nabespreken: De antwoorden zijn**
 - **Plaatje 1:** Let op scherpe nagels en sieraden.
 - **Plaatje 2:** Het randje van het condoom moet aan de buitenkant zitten. Het topje van het condoom moet tussen duim en wijsvinger vastgepakt worden.
 - **Plaatje 3:** Het topje moet je vasthouden bij het afrollen.
 - **Plaatje 4:** Houd de condoomrand vast bij het terugtrekken.
- Leerlingen lezen individueel 'Vrouwencondoom' en 'Goed om te weten'.

7. Lezen en bespreken bladzijde 44

- Lees de inleiding van 'Zo praat je over condooms', hardop voor.
- Drie leerlingen lezen de drie tips en de citaten hardop voor.
- Leerlingen vullen individueel of in tweetallen in 'Hoe zou jij over condooms beginnen?'.
- **Nabespreken: Vraag voor de klas**
 - Heb jij nog een goed idee hoe je over condooms kan beginnen?

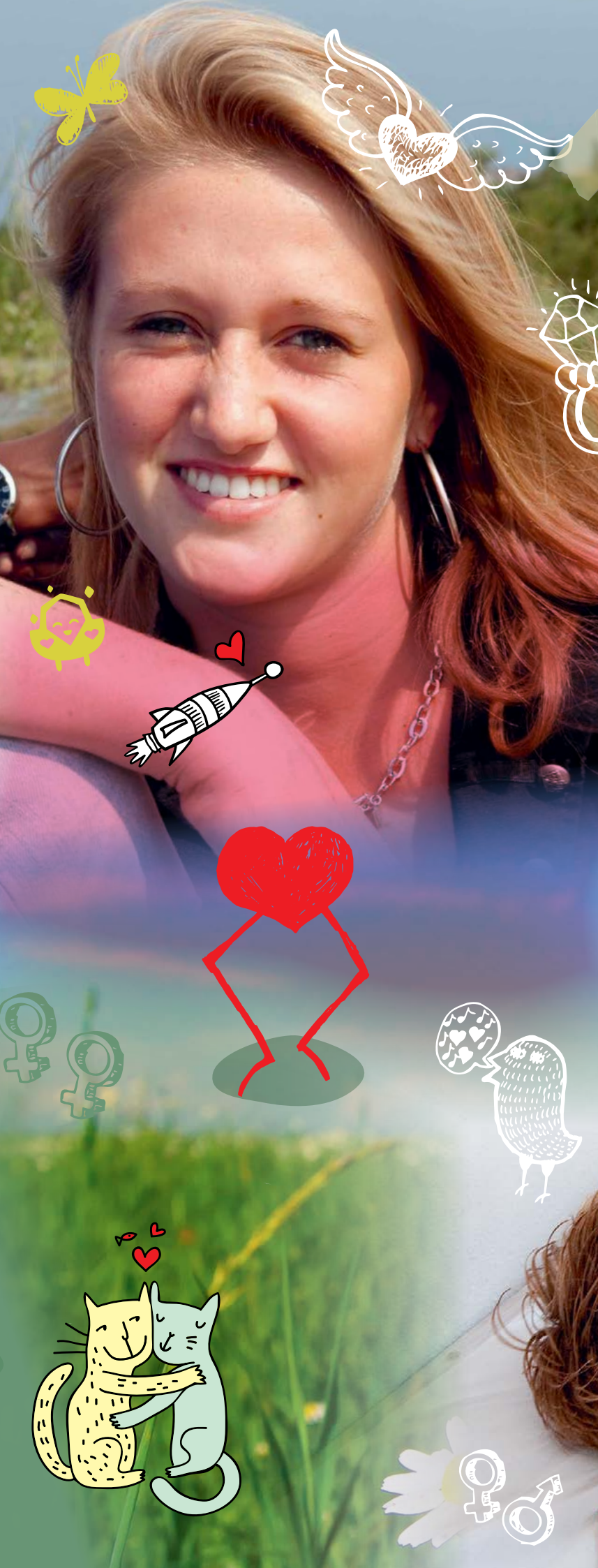
8. Lezen bladzijde 45

- Lees hardop stap 1 voor en stel de vraag: *Hoe zou je het anders kunnen zeggen?*
- Lees hardop stap 2 voor en laat leerlingen individueel invullen 'Wat zou jij zeggen?'. Vraag de leerlingen wat ze hebben ingevuld.
- Lees hardop stap 3 voor.
- Lees hardop stap 4 voor en stel de vraag: *Hoe kun je nog meer laten merken dat je dat niet leuk vindt?*
- Lees hardop stap 5 voor.

9. Afsluiten van Les 6

- Vraag aan de leerlingen wat ze van de les vonden.
- Vraag aan de leerlingen wat ze van de lessenserie vonden.





Colofon

Lang Leve de Liefde is een product van Soa Aids Nederland en Rutgers WPF

Inhoud Suzanne Meijer, Marieke van den Borne, Lisette Schutte, Jos Poelman, Soa Aids Nederland

Met dank aan Alle betrokken scholen en docenten

In herinnering Herman Schaalma

Redactie Annemies Gort



Grafisch ontwerp Ontwerphaven, Suzanne Hertogs en Anne de Laat

Fotografie Yvonne Brandwijk

Productie Alice Verleun, Soa Aids Nederland

Mogelijk gemaakt door ZonMw, RIVM

Downloaden langlevedeliefde.nl via Docenten > Voortgezet Onderwijs > Onderbouw

Bij deze docentenhandleiding horen een leerlingenmagazine, 6 films en de websites: langlevedeliefde.nl en lesgevenindeliefde.nl



Derde uitgave, 2020
© Soa Aids Nederland, Amsterdam

**SOAIDS
Nederland**

Rutgers



ZonMw



GEZONDE
SCHOOL

