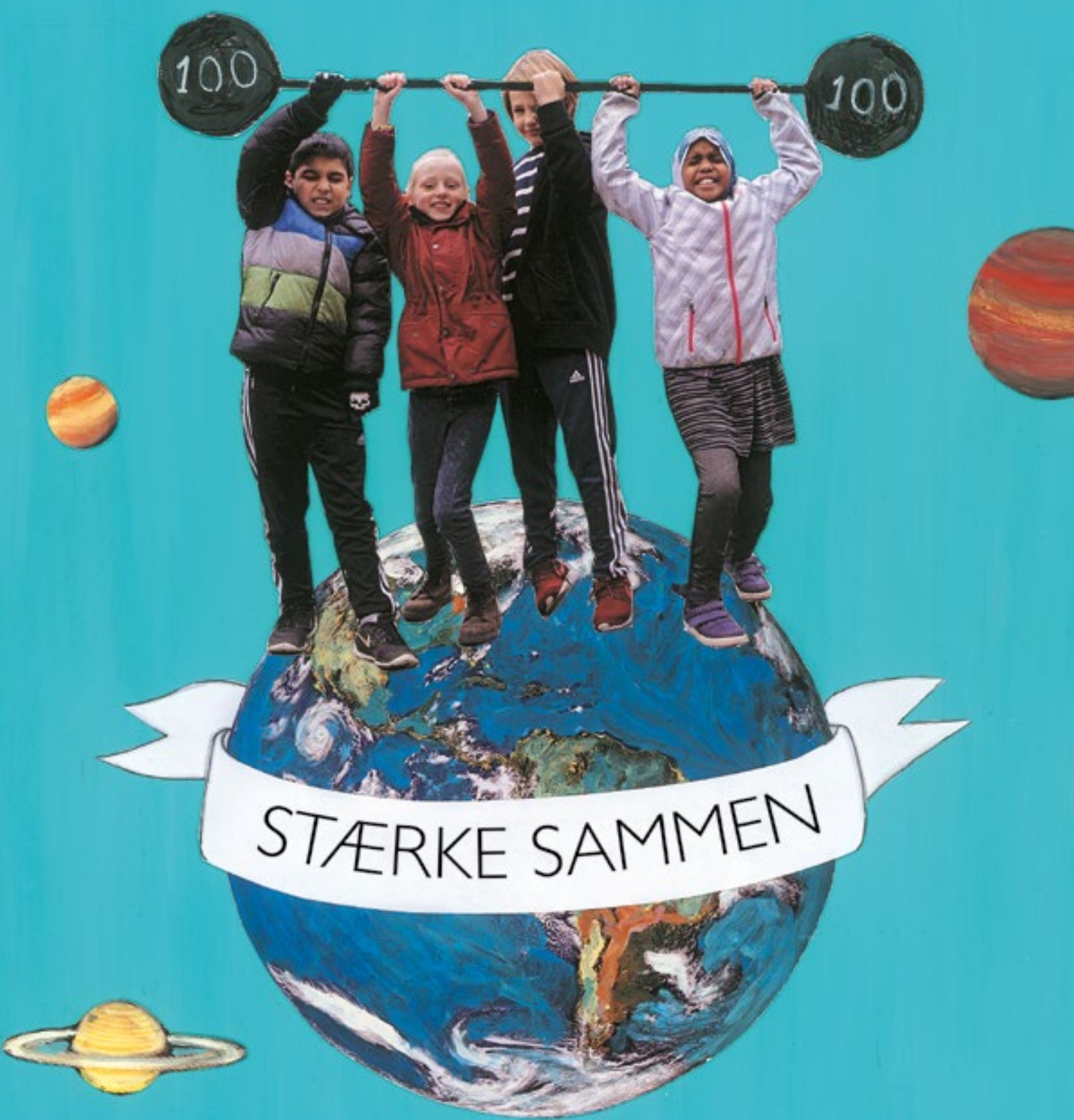


STÆRKE SAMMEN

MODUL



STÆRKE SAMMEN

# STÆRKE SAMMEN

## MODULET BERØRER SÆRLIGT FØLGENDE RETTIGHEDER FRA BØRNEKONVENTIONEN:

Børn har ret til at gå i skole og få en uddannelse. Uddannelsen skal støtte børn i at udvikle sig til ansvarlige og deltagende mennesker og fremme, at børn kender til og respekterer børns rettigheder (artikel 28 + 29).

Voksne skal hjælpe og beskytte børn, så de trives, udvikler sig sundt og er trygge (artikel 5, 6, 26 + 27).

Børn har ret til at give udtryk for deres følelser og meninger og at få dem respekteret – så længe de ikke forskelsbehandler (diskriminerer) eller undertrykker andre. Børn har ret til at søge, modtage og videregive information (artikel 12, 13 + 17).

Børn har ret til at blive beskyttet mod forskelsbehandling (diskrimination<sup>23</sup>) (artikel 2).

Børn har ret til hvile, leg og deltagelse i kulturelle og kreative aktiviteter samt være aktive i fritidsforeninger (artikel 31).

### LÆRINGSMÅL I MODUL I:

Eleverne har et overblik over hele forløbet: hvad, hvorfor, hvor og hvornår.

Eleverne har reflekteret over, hvad de forventer og håber, de kan få ud af forløbet.

Eleverne har bidraget aktivt til at udvikle de aftaler, der skal være gældende for 'det trygge rum'.

### OVERBLIK OVER MODUL I:

- Introduktion af formål og forløb – hvad, hvor, hvornår, hvorfor. Brug introfilmen om STÆRKE SAMMEN til elever (15 minutter).
- Startlege: 'Kaste bold i mønster' + 'Send et håndtryk rundt' (10 minutter)
- Temaøvelser (45 minutter)
  - Temaøvelse 1 'Et stort net' – Samarbejdsøvelse (20 minutter)
  - Temaøvelse 2 'Det trygge rum' – Brainstorm og dialog (25 minutter)
- Energizer 'Action-navne' (10 minutter)
- Afslutning og evaluering (10 minutter)

<sup>23</sup>) Diskrimination er en mere korrekt betegnelse, men kan være et svært/nyt ord for nogle elever. Hvis du vælger at bruge dette ord, kan du evt. først tale med eleverne om, hvad ordet betyder.

## INDLEDNING TIL FAGPERSONEN

Hensigten med dette indledende modul er at informere, motivere og engagere eleverne i forhold til det forestående arbejde med STÆRKE SAMMEN. Læringsforløbet bliver præsenteret for eleverne, så de har en forståelse af, hvorfor I skal lave dette sammen, og et overblik over hele forløbet. Eleverne får at vide, hvor og hvornår I skal mødes omkring forløbet. Samtidig får eleverne mulighed for at stille spørgsmål og fortælle, hvad de forventer og håber, de kan få ud af forløbet.

Begrebet resiliens bliver forklaret for eleverne ud fra konkrete eksempler med et særligt fokus på, hvordan forløbet er med til at gøre jer stærke sammen. Hovedbudskabet er, at man er stærkere, når man står sammen med andre, end når man står alene.

Styrke – både hos den enkelte og i fællesskabet – bliver koblet sammen med børns rettigheder. For når man kender egne og andres rettigheder, er det lettere at finde ud af, hvornår rettighederne ikke bliver overholdt, og hvornår man har brug for hjælp eller støtte fra andre. På den måde bliver man stærkere. Men der skal også være nogle voksne eller jævnaldrende, der er klar til at hjælpe – derfor er det vigtigt at være stærke sammen.

I modulet er der fokus på, at I sammen etablerer de aftaler, der skal være gældende, når I arbejder med STÆRKE SAMMEN. Aftalerne er gældende under hele forløbet. Det er hensigten, at eleverne skal være aktive medskabere af disse aftaler, så de giver mening for dem, og eleverne føler et ejerskab til aftalerne.

I det efterfølgende modul (modul 2) bliver der arbejdet mere i dybden med børns rettigheder, og eleverne bliver introduceret for FN's Børnekonvention. Der vil gennem hele læringsforløbet være mulighed for at referere til Børnekonventionen og dens artikler.

### MATERIALER TIL MODUL 1

- Smartboard/flipover/tavle
- Film, som introducerer eleverne til STÆRKE SAMMEN (filmen kan findes på [www.redbarnet.dk/skole](http://www.redbarnet.dk/skole) under 'Børns rettigheder')
- To bløde bolde (alternativt risposer)
- Et tætrullet garnnøgle af groft snor
- Evt. 10 grene
- Visuel oversigt over det samlede forløb (oversigt kan findes på s. 18 i afsnittet 'Modulerne i STÆRKE SAMMEN')
- Et stort ark (A1 eller to A2-ark tapet sammen)
- Tusser
- Tape/selvklæbende gummi til ophængning af planche
- Mappe, som eleverne efter hvert modul kan gemme materialer og evalueringsark i
- 'Evalueringsark, modul 1' til hver elev

## INTRODUKTION AF FORMÅL OG FORLØB

15 minutter



Fagpersonen taler med eleverne om, at I i den kommende periode vil tage jer tid til at arbejde med klassens fællesskab. Det skal I gøre ved sammen at udforske, hvad børns rettigheder er – samt tale om emner, der er vigtige for, at alle i klassen har det godt og føler sig trygge. Der vil blive lagt særlig vægt på elevernes trivsel og fællesskab/sammenhold i klassen, men det kan også handle om andre fællesskaber, som eleverne er en del af.

Fortæl, at I også kommer til at tale om nogle svære emner og situationer, man som barn kan stå i, samt om, hvad man kan gøre i disse situationer.

Der er mange måder at tale om resiliens i børnehøjde på. Fagpersonen kan vælge at tale med eleverne om begrebet resiliens eller holde sig til udtrykket STÆRKE SAMMEN. Man kan som fagperson lade sig inspirere af de følgende forslag eller selv finde på en introduktion, som vil egne sig til elevgruppen.

Begrebet resiliens stammer fra det latinske ord **resilire**, der betyder at springe tilbage – som når en bold rammer en mur og springer tilbage fra den.

Resiliens handler bl.a. om, at de fællesskaber, vi er en del af – fx vores klasse, familie og fritidsklub – er rare og trygge steder at være. Når vi arbejder med resiliens i skolen, så arbejder vi med, at klassen skal være et rart og trygt sted, hvor alle kan trives og lære noget – og hvor vi sammen kan løse konflikter og hjælpe og støtte hinanden. Det handler om at skabe og have gode relationer til hinanden, at kunne genkende og forstå følelser hos sig selv og andre, at kende og respektere børns rettigheder og have viden om grænser. Det handler om at holde af sig selv og være stolt af det, man er og kan.

### KONKRET EKSEMPEL: STÆRKE SAMMEN

**Materialer:** Ca. 10 grene

Tag en gren i hånden, og demonstrer for eleverne, hvordan en gren kan være let at knække. Tag derefter en bunke grene, og vis, at det ikke længere er så let at knække grenene, fordi de sammen er stærkere end hver for sig.



### PLANTEMETAFOREN:

Ligesom frø, der bliver sået, har vi brug for de rigtige omstændigheder for at trives og udvikle os.  
Et frø har brug for god og næringsrig jord, den rette mængde af lys, skygge, vand og gødning.

Den spirende plante har brug for, at der er nogle, der passer på den og sørger for, at miljøet omkring den er så godt, at frøet kan vokse op og blive en stærk plante.

Alle har en indre styrke, men alle har også brug for at være en del af et stærkt og trygt fællesskab, for at denne styrke kan vokse. Vi ved, at et stærkt og trygt fællesskab med gode relationer kan være den næringsrige jord og gødning, som gør, at vi kan vokse op og blive stærke mennesker.

Resiliens handler derfor både om vores indre styrke og om det stærke og trygge fællesskab – det handler om at blive **STÆRKE SAMMEN**.



## BØRNS RETTIGHEDER OG STYRKE

Tal med børnene om, at I undervejs kommer til at tale om børns rettigheder og det ansvar, der følger med rettighederne.

Når man kender sine egne og andres rettigheder, er det lettere at finde ud af, hvornår ens egne eller andres rettigheder ikke bliver overholdt, og hvornår man har brug for hjælp fra andre. På den måde bliver man stærkere. Men der skal også være nogle, der er klar til at hjælpe, og derfor er det vigtigt at være stærke sammen.

Efter at I har talt sammen om resiliens eller indre og fælles styrke, bliver eleverne introduceret til forløbet, og fagpersonen giver et overblik (gerne visuelt) over alle modulerne og de forskellige tematikker. Forløbet kan vises for eleverne ved en visuel oversigt på et smartboard ([www.redbarnet.dk/skole](http://www.redbarnet.dk/skole) under 'Børns rettigheder') eller ved at printe oversigten, der beskriver hvert modul, og hænge den op i klassen.

Fagpersonen fortæller, hvor og hvornår I skal mødes, og eleverne får mulighed for at stille spørgsmål samt komme med idéer og forslag.

Sammen med den visuelle oversigt fortæller fagpersonen i stikordsform lidt om indholdet i de enkelte moduler, og viser eleverne introfilmen til elever, som kan findes på [www.redbarnet.dk/skole](http://www.redbarnet.dk/skole) under 'Børns rettigheder'.

Fagpersonen ridser resten af modul I op og forklarer, at I hver gang starter med at lege nogle lege og giver jer tid til at lave noget sjovt sammen. Derudover vil I i dag lave nogle aftaler, der skal sikre, at alle oplever, at det er trygt at være med.

## STARTLEG 1

10 minutter

'KASTE BOLD I MØNSTER'<sup>24</sup>

**Formål:** at styrke fællesskabet og skabe rammer for glæde gennem leg. Legeaktiviteten kan styrke elevernes fokuserede opmærksomhed og deres koncentrationsevne.

**Materialer:** To bløde bolde (alternativt risposer)

**Beskrivelse:**

1. Alle står i en cirkel.
2. Introducér legen med at fortælle, at legen går ud på, at man skal kaste en bold rundt til de andre i cirklen. Samtidig med at man kaster en bold til en anden i cirklen, siger man vedkommendes navn. Man skal kaste til en, der ikke har haft bolden endnu, og huske, hvem man kastede til. Alle skal kun have bolden en gang.
3. Start med at kaste bolden til en i gruppen, og sig personens navn ... personen kaster nu bolden videre til en anden i gruppen og siger vedkommendes navn.
4. Når bolden har været hele vejen rundt, starter man forfra og kaster til den samme, som man kastede til i første runde.
5. Hvis spændingsniveauet skal øges, kan I skabe udfordring ved at introducere to bolde efter et par runder. Når den første bold er halvvejs, så kast den anden bold ind i cirklen. Den anden bold skal kastes i samme mønster som den første.
6. En anden mulighed for udfordring er at kaste bolden i omvendt mønster, sådan at man kaster bolden til den, man oprindeligt modtog bolden af.

**Afslutning:** Slut af med en runde, hvor I kun kaster én bold og kaster meget langsomt (fx leger, at bolden er meget tung) og hvisker hinandens navn, når I kaster, for at sænke spændingsniveauet i gruppen.

## STARTLEG 2

10 minutter

'SEND ET HÅNDTRYK RUNDT'<sup>25</sup>

**Formål:** at samle gruppen og formidle et budskab om, at I skal lave noget sammen.

**Beskrivelse:**

1. Alle holder hinanden i hånden og står i en cirkel.
2. Fagpersonen vender sig mod venstre og får øjenkontakt med eleven ved siden af, samtidig med at han/hun giver eleven et håndtryk. Eleven sender håndtrykket videre ved at få øjenkontakt til den person, der står til venstre for ham/hende, og give vedkommende et håndtryk. Håndtrykket skal sendes hele vejen rundt i cirklen.

**Afslutning:** Bed eleverne om at holde hinanden i hånden og på dit signalord at sætte sig ned i en cirkel på gulvet.

<sup>24</sup>) Inspireret af Dansk Røde Kors (2008).

<sup>25</sup>) Inspireret af Theraplay (2013).



## TEMAØVELSE I

20 minutter

'ET STORT NET'<sup>26</sup>

**Formål:** at fremme samarbejde og følelsen af fællesskab. Øvelsen er med til at illustrere vigtigheden af at være med i et fællesskab, hvor alle deltager aktivt ud fra egne præmisser. Øvelsen illustrerer samtidig, hvordan et fællesskab er stærkere, når alle er med.

**Materialer:** Et tætrullet garnnøgle af groft snor

**Beskrivelse:**

1. Alle sidder i en stor cirkel.
2. Fagpersonen starter med at holde det store garnnøgle af groft snor i hånden og fortælle gruppen noget om sig selv (fx noget, han/hun er god til eller godt kan lide at lave).
3. Rul derefter garnnøglet hen til en elev i gruppen, mens du holder fast i snorens ende.
4. Bed nu eleven sige noget om sig selv (fx noget, han/hun er god til), holde fast på snoren og derefter rulle garnnøglet til en anden i gruppen.
5. Når alle har haft garnnøglet, er der blevet skabt et stort net af snoren.
6. Bed nu alle om på samme tid at rejse sig op, mens de holder fast i snoren.

Når alle er kommet op at stå, forklarer fagpersonen, at nettet symboliserer, hvordan I alle er knyttet sammen i et fællesskab. Derfor er det vigtigt, at alle er med og bidrager, så det bliver et rart og trygt fællesskab. Alle har en vigtig rolle i fællesskabet (helheden er mere end de enkelte dele).

7. For at illustrere ovenstående, så bed en eller to elever om at give slip på deres snor, og se, hvordan nettet bliver mindre stærkt, og forbindelsen til de andre er blevet brudt.

**Afslutning:** Slut evt. øvelsen af med, at alle igen holder i nettet og sætter sig ned på gulvet. Eleverne går nu én efter én tilbage til den, de har fået garnnøglet af, mens de ruller garnnøglet op.

Du kan se 'Et stort net' demonstreret på [www.redbarnet.dk/skole](http://www.redbarnet.dk/skole) under 'Børns rettigheder'. I filmen får du også tips til, hvordan du kan facilitere legen.



## TEMAØVELSE 2

25 minutter



## 'DET TRYGGE RUM' – brainstorm og dialog

**Formål:** at eleverne er med til at etablere aftaler for 'det trygge rum'. At fremme en atmosfære af gensidig respekt i gruppen.

**Materialer:**

- Et stort ark (A1 eller to A2-ark tapet sammen)
- Tusser
- Tape/selvklebende gummi til ophængning af planche

Tal med eleverne om, at det er vigtigt, alle er med til at bestemme, hvilke aftaler der skal være gældende, så alle føler sig godt tilpas i gruppen. Aftalerne gælder særligt, når I mødes i gruppen, som en del af STÆRKE SAMMEN-forløbet, men aftalerne bør også gælde på andre tidspunkter.

**Tegn et skema på flipover/smartboard/tavle:**

<i>Aftaler</i>	<i>Hvordan</i> (handling)

## Brainstorm

Indledningsvis taler eleverne sammen to og to eller i mindre grupper om, hvilke aftaler der er vigtige for dem, hvis det skal være sjovt, trygt og inkluderende, når I mødes om forløbet STÆRKE SAMMEN.

Herefter samles op i plenum, hvor hver gruppe nævner de aftaler, de er kommet frem til. Når eleverne nævner en overordnet aftale, så bed dem om at konkretisere, hvordan man skal opføre sig for at overholde aftalen. Fx kan aftalen "vi respekterer hinanden" konkretiseres til, "vi vil lytte til hinanden", eller "vi vil tale pænt til hinanden". Skriv elevernes forslag op i skemaet.

### Forslag til aftaler, der kan indgås:

- Respekter hinanden og hinandens grænser.
- Alle må stille spørgsmål, og man må spørge om alt (så længe det ikke er private eller grænseoverskridende spørgsmål).
- Alle skal passe på hinanden – ingen må komme til skade.
- Alle har ret til at sige til og fra. Man kan altid sige, "det har jeg ikke lyst til at svare på" (man skal kun dele det med gruppen, man har lyst til).
- Alle har ret til at have deres egen mening, man behøver ikke at være enige.
- Deltagelse er altid frivillig (alle *kan* deltage – ingen *skal* deltage).

Husk at gøre eleverne opmærksomme på, at de altid har mulighed for at tale med jer voksne. Fagpersonen kan fx sige noget i stil med: *"Det er ikke meningen, at vi skal dele meget private oplevelser i gruppen, men der kan opstå situationer, hvor I gerne vil tale om noget kun med en voksen, og så er I altid velkomne til at komme og tale med mig eller en anden voksen, som I stoler på – også efter undervisningen"*.

Vælg sammen 3-5 aftaler ud som de vigtigste, der skrives på det store ark (de resterende forslag og konkrete eksempler kan evt. skrives med småt på arket).

Til sidst tegner alle omridset af hinandens hænder hele vejen rundt i papirets kant (alternativt kan fagpersonen tegne rundt om elevernes hænder). Omridset af hænderne fungerer som en underskrift på, at alle forpligter sig på de aftaler, som I sammen har fundet frem til.

Planchen hænges op i klassen eller det lokale, hvor I mødes omkring STÆRKE SAMMEN, så der altid kan henvises til de aftaler, I har lavet sammen. I kan også i lærergruppen aftale, at planchen kopieres og hænges op i alle de lokaler, hvor klassen har timer.

**ENERGIZER**

10 minutter

**'ACTION-NAVNE'<sup>27</sup>**

**Formål:** at aktivere eleverne og give dem mulighed for at grine og bevæge sig.

**Beskrivelse:**

1. Alle står i en cirkel.
2. Forklar, at I nu skal skiftes til at sige jeres navn sammen med en bevægelse, og at I hele tiden skal bygge oven på de andres navn og bevægelser. Start med at sige dit navn, og lav en bevægelse.
3. De andre deltagere skal efterfølgende kopiere bevægelsen, mens de i kor siger dit navn.
4. Bagefter er det eleven til venstre for dig, der skal sige sit navn sammen med en bevægelse.
5. Nu skal hele gruppen på samme tid først gentage dit navn og din bevægelse og derefter elevens navn og bevægelse – så der hele tiden bliver bygget videre på en sekvens.
6. Fortsæt, til I har været cirklen rundt.

**Variation:** Hvis legeaktiviteten skal gøres mere udfordrende, så bed eleverne om at finde på en bevægelse, der starter med samme bogstav som deres navn (fx jeg er hoppende Hans, smilende Sara, malende Mohamed, twistende Tina, råbende Ronja etc.).

**AFSLUTNING OG EVALUERING**

10 minutter



**Formål:** at eleverne får mulighed for at melde tilbage, hvordan de synes, det har været at deltage i dagens modul, samt evaluering af elevernes læring med afsæt i de opstillede læringsmål.

**Materialer:** 'Evalueringsark, modul 1' til hver elev

Udlevér 'Evalueringsark, modul 1' til alle elever, og gennemgå arket med dem. Eleverne kan enten udfylde arket alene eller sammen med andre. I kan også have en fælles dialog i gruppen, mens eleverne skriver eller tegner på deres eget ark. Sørg evt. for at have ekstra papir til de elever, der helst vil tegne.

Det udfyldte evalueringsark sættes i elevens mappe.

Alternativt brug evalueringslegen 'Kaste med bold', som er beskrevet sidst i modul 8 side 154.

**Mulige emner kunne være:**

- Hvad ved du nu, som du ikke vidste før?
- Hvorfor er det vigtigt at være stærke sammen?
- Hvad håber du, at vi kan få ud af STÆRKE SAMMEN-forløbet?
- Nævn en af vores aftaler.
- ...



# EVALUERINGSARK, **MODUL 1**



Skriv, hvad du håber, at du/I vil få ud af **STÆRKE SAMMEN**-forløbet:

Skriv de vigtigste aftaler fra **'det trygge rum'**:

Hvordan var forløbet for dig i dag?





## INSPIRATION TIL OPFØLGNING I SKOLENS FAG OG EMNER (MODUL I – STÆRKE SAMMEN)

### **Elevens alsidige udvikling:**

Elevens mulighed for at lære sammen med andre er et væsentligt perspektiv i skolens arbejde med at fremme elevens alsidige udvikling (jf. Fælles Mål for elevernes alsidige udvikling, Undervisningsministeriet, 2010). Som opfølgning på modulets arbejde med at skabe trygge rammer kan der i forbindelse med den understøttende undervisning eller som et særskilt tema i de skemalagte fag arbejdes videre med fællesskabets betydning for den enkeltes og klassens læringsprocesser.

Find inspiration til metoder og konkrete øvelser til indsatsen hos Dansk Center for Undervisningsmiljø på: [www.dcum.dk](http://www.dcum.dk)

### **Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab:**

Som en del af det obligatoriske emne Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab skal eleverne på mellemtrinnet udvikle kompetence til at fremme sundhed og trivsel på skolen. I tilknytning til modul I kan eleverne arbejde med at udvikle og afprøve initiativer, der kan fremme trivslen i klassen og på skolen.

Find inspiration i Sex & Samfunds Uge Sex-temaforløb til mellemtrinnet, 'Sammen om sundhed og trivsel', og i Sex & Samfunds øvelser om 'Det trygge rum'. Gratis adgang til materialerne fås ved tilmelding til Uge Sex på: [www.underviserportal.dk](http://www.underviserportal.dk)