

7: Dårlig råd

Samlingens innhold:

Til denne samlingen anbefaler vi at skolen kjøper inn:

- Rapporten "PengeProffene" av Forandringsfabrikken (2011).
Bestilles på nett fra www.forandringsfabrikken.no/article/magasin-pengeproffene
- Novellesamlingen "Til ungdommen. Monologer" av Linn Skåber (2018)

Dårlig råd er vanlig i perioder for de fleste, men kan skape mye bekymring og påvirke helse, selvfølelse, selvtillit og søvn. Ungdommer i Forandringsfabrikken har laget en rapport om hva dårlig råd fører til, og gir råd om hva som kan hjelpe.

Formål: Normalisere dårlig råd og gjøre det lettere å snakke om

Organisering:

- 15 minutters plenumsforedrag v/foredragsholder. 90 minutters lærerstyrt prosess i klasserommet
- Kontaktlærer (eller en lærer som klassen er trygg på) bør følge klassen i begge timene. Det bør legges til rette for å bytte timer innbyrdes
- Felles gjennomgang av opplegget sammen med alle lærere en uke før Ansvar: Trinnleder
- Noen elever trenger spesiell forutsigbarhet. De kan få samlingsbeskrivelsen med hjem noen dager før

Mål elever:

- Jeg vet mer om hvordan det er å være ungdom og ha dårlig råd
- Jeg kan mer om hvordan dårlig råd påvirker humøret, helsen og muligheten til å delta i samfunnet
- Jeg kjenner til gratisprinsippet i norsk skole
- Jeg har tenkt igjennom hvordan vi kan ha det gøy sammen uten at det behøver å koste noe

Mål lærere:

- Jeg vet mer om hvordan det er å være ungdom og ha dårlig råd
- Jeg snakker med elevene om dårlig råd som en vanlig ting
- Jeg oppfordrer elever til å bruke kommunens utlånssentral
- Jeg er bevisst på at skoleaktiviteter ikke skal koste penger

Huskeliste:

- Én papptallerken til hver elev
- Les læreplanen godt slik at du forstår hensikten med øvelsene og kan gi god veiledning underveis
- Sjekk ut nettstedet til Frivilligsentral/Utlånssentral i din kommune, slik at du kan gi god informasjon om dette
- Les igjennom fortellingen: "Rettferdighet og snowboardutstyr", av Linn Skåber, og forbered spørsmålene til høytlesningen

Tips:

- Temaet denne gangen er mer alvorlig. Derfor er det viktig å prioritere leker som skaper fellesskapsfølelse

15 minutters foredrag

Inngangsmusikk: "Royals" av Lorde. www.youtube.com/watch?v=n1clKh6sBtc.

Husk norsk teksting.

Til dette temaet anbefaler vi å ta utgangspunkt i rapporten "Pengeproffene" fra Forandringsfabrikken (2011). Rapporten inneholder utsagn fra barn og unge selv, om hva dårlig råd fører til. Ungdommene kommer også med råd om tiltak og løsninger som vil kunne hjelpe.

Rapporten kan vises frem som powerpoint, eller leses opp med ulike stemmer. Den kan danne utgangspunkt for gruppearbeid. Gruppene kan lage dialoger og fremføre for klassen.

Du kan bestille rapporten "Pengeproffene" her: www.forandringsfabrikken.no/article/magasin-pengeproffene

Etterpå kan temaet utdypes slik:

Dårlig råd er vanlig i perioder for de fleste, men kan skape mye bekymring. Slike bekymringer kan gi oss dårligere helse. Det kan påvirke selvfølelsen, selvtilliten, og gi oss søvnvansker. Dårlig råd kan gjøre oss negative og triste. Dere kan ikke noe for hva slags økonomi foreldrene deres har. Eminem hadde lite penger i oppveksten, men han kunne ikke noe for foreldrenes problemer. Han måtte bare finne en måte å leve med dem på.

Å ha dårlig råd gjelder flere enn vi tror. Vi må snakke om at det er vanlig å ha dårlig råd. Det er vanlig at vaskemaskinen går i stykker samtidig som bilen må på verksted. At bedriften må spare penger så pappa mister jobben og blir arbeidsledig en stund. Eller at man blir syk og ikke kan jobbe så mye som før. Da kan man få dårligere råd. Livet går opp og ned. De fleste må spare, må bruke penger klokt, må planlegge og kan ikke kjøpe alt mulig.

Norsk skole skal være gratis. Det står i loven og kalles gratisprinsippet. Men det å høre med i fellesskapet er ikke alltid gratis. Det er ganske dyrt å drive med idrett. Det er ganske dyrt å gå i bursdager og arrangere fester. Må det være slik? Tenk deg en familie som har tre barn, hvor alle skal gå i bursdager til alle i klassen. Hvor mye penger blir det til sammen i bursdagsgaver i løpet av et år? Det å gå på en fest burde ikke koste penger – egentlig. Hva om vi heller samlet inn til noe felles?

Å bruke mindre penger på materielle ting, og bli flinkere til å gjenbruke, er bra for miljøet. Det er smart å handle brukt på Finn. Vi kan selge ting vi ikke trenger, og kjøpe utstyr, klær og møbler. Det er praktisk og miljøvennlig. Vi kan låne sportsutstyr, mange kommuner har Utlånssentraler. Det er jo dumt å bruke mange tusen kroner på ski når vi går på ski bare en eller to ganger i året.

En siste utfordring: Kan dere gjøre noe kreativt ut av juleballet? Må det være et juleball med dyre kjoler, eller kan det være et pyshparty med glitter og joggebukse? Kan dere ha klassefester som ikke koster penger, men hvor alle tar med litt hver? Kan foreldrene bidra anonymt, de som vil?

Å ha det gøy behøver ikke å koste noe. I løpet av Robust Ungdom dette året har dere lært minst 15 nye leker. Disse lekene kan dere ta med dere over alt hvor dere er, og bruke til å skape trivsel og fellesskap. Den som kan en fin lek, kan alltid hjelpe folk til å ha det bra sammen, helt gratis.

Klasseromsundervisning

Tid: 5 min

Formål: Dele inn i grupper

LINE-UP – ETTER LENGDEN PÅ GATENAVN

Etter at elevene har stilt seg opp, gi elevene et tall fra 1 til 6 (dersom det er 24 i klassen), og lag grupper med fire elever i hver.

Tid: 3 min

Formål: Bli bevisst egen pust

Øve på nærvær og hvile

HVILEØVELSE: 3 MINUTTER AVSLAPNING OG RO I KLASSEN

- Rommet må være mørkt. Atmosfæren må være rolig
- Hvor mange minutter ønsker du å slappe av? Vis 1-5 fingre. Lærer tar en beslutning ut i fra klassens respons
- Finn en behagelig stilling. Plant bena i gulvet. Lukk gjerne øynene
- Øv på å puste ut langsomt. Jo lengre du klarer å puste ut, jo roligere blir pusten. Det virker beroligende på kroppen
- Spill svak "ambient music" fra Youtube, for eksempel: <https://www.youtube.com/watch?v=2OEL4P1RzO4>

Tid: 20 min

Formål: Ettetanke og refleksjon

LÆRER LESER HØYT FORTELLINGEN: «RETTFERDIGHET OG SNOWBOARDUTSTYR»

side 163 i "Til ungdommen. Monologer" av Linn Skåber (2018)

Summeoppgaver i gruppen (Bruk ordstyrer, talsperson og sekretær):

1. Hva er bra med gratisprinsippet i skolen? Ordstyrer styrer diskusjonen
2. På hvilken måte kan skolen bli mer gratis? Sekretæren lager en liste
3. Talspersonen leser opp listen fra sin gruppe for klassen

Tid: 5 min

Formål: Inspirere til gjenbruk og redesign

FILM

Vis kortfilmen: Skoleball med Fretex og Jenny Skavlan (2014, 21.november)

www.youtube.com/watch?v=LyJb3KioJaQ

Tid: 10 min

Formål: Oppfordre til gjenbruk

GJENBRUK OG UTLÅN

- Utlånsentral: Du kan låne nytt sportsutstyr på Frivilligsentralen eller Utlånsentralen. Gå inn på nettsiden <https://askim.frivilligsentral.no/>
- Finn.no: Hva går an å kjøpe/selge brukt på www.finn.no?

Tid: 15 min**Formål:** Gi hverandre positiv bekreftelse**POSITIV SIRKEL MED PAPPTALLERKENER**

- Elevene deles inn i grupper på ca 6-8. Alle får hver sin papptallerken, hvor de skriver navnet sitt på forsiden
- Så sendes tallerkenen rundt. Alle skal skrive én setning på baksiden av tallerkenen til hver av de andre på gruppen. Setningen skal være positiv og rosende. Hvilke gode egenskaper har personen?
- Når alle har skrevet, får eieren tallerkenen tilbake. Klassen setter seg i en ring på gulvet og alle leser en setning hver som de har fått på sin tallerken. Så henges de opp i klasserommet

Tid: 10 min**Formål:** Øve på trygghet og kommunikasjon, skape glede og trivsel**EI RUMPE I GULVET**

Denne leken gir trening i samarbeid. Elevene skal deles inn i grupper på ca 4. Lærer gir instruks som gruppene skal følge. Gruppen må bli enige om hvordan de skal løse oppgaven. Den gruppen som klarer det raskest får et poeng. Lærer gir så ny instruks.

Eksempel på instruks:

- Én rygg, tre føtter og en hånd i gulvet
- To rygger, to føtter og tre hender i gulvet
- Seks føtter og to hender i gulvet
- Tre rygger, ingen føtter og to hender i gulvet
- Og så videre

Tid: 10 min**Formål:** Øve non-verbal kommunikasjon og ha det moro**MIMELEK**

- Del klassen i grupper på 4-5
- 1'erne på hver gruppe kommer opp til læreren og får beskjed om hvilket ord de skal mime for gruppen sin. Den på gruppen som gjetter riktig, løper opp til læreren for å få vite neste ord som skal mimes
- Ordene er enten en person, en ting, et dyr, et yrke eller en følelse. Den som mimer har ikke lov til å snakke. Skriv opp alle ordene dere gjetter riktig. Første gruppe som gjetter ferdig flest ord innen fristen som lærer setter, har vunnet.

Ordene er:

17.MAI, ALKOHOL, KANO, TOALETTPAPIR, REDD, ORGANIST, BREV, FUGLEHUND, AMBULANSE, FORELSKET, BRYGGE, LIM, KLOVN, RULLESTOL, SUPPE, DJ, SAU, USA, KONFIRMASJON, POPCORN, SEL, MUSEFELLE, GARASJE, SANDSLOTT, TUNNEL, FYRE I PEISEN, JULETRE, BEKK, SPÅKONE, FJELL, BIBLIOTEKAR, KALKULATOR, APE, INTERVJUE, SEL.

Tid: 10 min**Formål:** Oppleve moro og felleskap**NINJA**

(lekes helst på gangen, eller ute)

- Stå i ring, i grupper på 5-6 og med armlengdes avstand
- Alle sier "Klar-ferdig-NINJA" og hopper inn i karateposisjon med armene og kroppen
- Én person starter og forsøker å treffe sin nabo med et slag på armen (fra albuen og ut). Andre steder på kroppen gjelder ikke
- Turen starter alltid til venstre. Den som er til venstre må følge med og benytte anledningen til å slå til raskt. Du kan bevege hele kroppen, men det må skje i én bevegelse/ett hopp. Dersom naboen klarer å vike unna i tide, er det naboen sin tur til å prøve et slag, enten tilbake eller på neste nabo. Du må fryse den posisjonen du havner i etter et slag. Det gjelder å være på vakt og ha rask reaksjonstid
- Dersom slaget treffer armen, er armen "ute" og kan ikke brukes mer. Når begge armer er "ute" er du ute av leken. Når vinneren er kåret, starter leken på nytt, ved at alle sier "Klar-fer dig-NINJA". Fordi leken har klare spilleregler, blir den sjelden voldsom. Leken krever mer konsentrasjon enn kraft

Tid: 5 min

Formål: Vi følger med på trivselen i klassen for å kunne gjøre tiltak

TERNINGKAST

Vi tar temperaturen på klassemiljøet med spørsmålet "Hvordan har du det i klassen?"

- Alle får en gul lapp og skriver et tall fra 1-6 (terningkast). 1 betyr lav trivsel, 6 betyr høy trivsel.
- Lappen brettes og lærer samler inn. NB: Husk anonymitet, ingen må skrive navnet sitt på lappen!
- Tallene summeres til neste økt/dag. Plenum: Hva ble klassens poengsum? Hva ville vært maks poengsum? Er klassen fornøyd med resultatet?

