

Samlingsbeskrivelse: Alkohol i hjemmet, 3.trinn

TEMA		FORMÅL
Innhold	Samlingen handler om barn som bor i hjem der foreldrene har et overdrevent og usunt alkoholinntak. Mange barn har erfaringer og kunnskaper vi ikke snakker så mye om. Målet er å åpne opp temaet og vise at det går an å snakke om på en nyttig, nyansert og opplysende måte for barn. Barn kan lære å si meningen sin om voksnes alkoholbruk og hva de synes er greit.	Gi felles kunnskap om temaet Øve på samtale om temaet Reflektere rundt temaet i fellesskap
Kompetanse til ansatte	Gode råd til foreldre om barn og alkohol: https://www.blakors.no/fagside/gode-rad-til-foreldre-om-alkohol-og-barn/ Når du er bekymret og ønsker å tematisere foreldres alkoholbruk: https://www.korus-sor.no/verktoy/den-nodvendig-samtalen/. «Den nødvendige samtalen» gir råd og ideer til hvordan du kan gå frem i dialogen. Når du er bekymret og lurer på hvordan du kan få en god samtale med barnet: https://www.korus-sor.no/samtaler-med-barn/ Om barn buser ut med informasjon du ikke er forberedt på: Gjenta det barnet har sagt, med innlevelse, slik at du viser at du har hørt. Gi en kort kommentar som anerkjenner. Unngå å bagatellisere eller overdramatisere. «Så pappa`n din kan drikke så mye at han sovner. Ja, det kan skje noen ganger. Så fint at du sa det. Jeg vil gjerne snakke med deg om hvordan det er for deg litt senere.» Ledelsen på skolen har ansvar at den digitale fagøkten «Voksenrollen HMS for barn» blir gjennomført for alle ansatte før økten gjennomføres i klasserommet	Øke kunnskap og trygghet i å undervise om temaet



Kunnskapsmål fra LK20	Folkehelse og livsmestring Folkehelse og livsmestring som tverrfaglig tema i skolen skal gi elevene kompetanse som fremmer god psykisk og fysisk helse, og som gir muligheter til å ta ansvarlige livsvalg. Livsmestring dreier seg om å kunne forstå og å kunne påvirke faktorer som har betydning for mestring av eget liv. Temaet skal bidra til at elevene lærer å håndtere medgang og motgang, og personlige og praktiske utfordringer på en best mulig måte. Aktuelle områder innenfor temaet er fysisk og psykisk helse, levevaner, seksualitet og kjønn, rusmidler, mediebruk, og forbruk og personlig økonomi. Verdivalg og betydningen av mening i livet, mellommenneskelige relasjoner, å kunne sette grenser og respektere andres, og å kunne håndtere tanker, følelser og relasjoner hører også hjemme under dette temaet. Kompetansemål: Norsk: • lytte, ta ordet etter tur og begrunne egne meninger i samtaler • beskrive og fortelle muntlig (...) • følge opp innspill fra andre i (...) samtaler og stille oppklarende og utdypende spørsmål Samfunnsfag: • presentere menneskerettigheter og rettigheter barn har, og reflektere over hvorfor disse rettighetene finnes	Ivareta de overordnede målene i læreplanen knyttet til folkehelse og livsmestring Ivareta kompetansemålene i LK20 knyttet til temaet
Husk	• Kosedyr/ball til å sende ut i ringen under avslutningen • Ledelsen skal sende hjem eget skriv til foresatte om at undervisningen vil bli gjennomført i løpet av mars måned. Eksakt dato for undervisning oppgis ikke.	
Tips	• Felles gjennomgang av opplegget sammen med alle voksne – se egen beskrivelse. Ansvar: Avdelingsleder/rektor • Når du øver med kollegaer i forkant, tenk på hva som evt. kan bli en utfordring i din gruppe • Vurder om det må gjøres individuelle tilpasninger ut fra gruppens eller enkeltelevers behov.	De voksne må legge til rette slik at alle elever får mulighet til å delta



	- Noen elever trenger spesiell forutsigbarhet. Dere kan se på samlingsbeskrivelsen og lekene i forkant, i et samarbeid med hjemmet. Tilrettelegge etter behov. - Om en aktivitet ikke fungerer så godt, avbryt i tide. Si «Dette greide vi ikke i dag, vi prøver igjen i morgen» - Prioriter lekene om du ser at dere går tom for tid eller at elevene ikke engasjerer seg helt i samtalen	Unngå at leker kan brukes til å mobbe
Organisering av timen		
Ring	Sett på inngangsmusikk: For Indre Østfold kommune: Can't Stop The Feeling.mp4 For eksterne kommuner: Trolls: Can't Stop The Feeling GoNoodle - YouTube - Vi rydder klasserom - Vi samles i ringen	Gjenkjennelse Alle kan se alle og føle fellesskap i gruppa
Pust og bevegelse	Øvelsen heter «svinge med armene» Sansemotorisk øvelse - Svinge med armene Når du skal gjennomføre pusteøvelsen med elevene, velger du selv om du vil vise filmen eller om du modellerer selv. Dersom du ønsker å benytte en annen øvelse, finner du flere eksempler på https://www.io.kommune.no/tjenester/skole-og-utdanning/robuste-barn/pust-og-bevegelse/	Bevisst på pust, kropp, nærvær, fellesskap og bevegelse
Åpne opp temaet	Introduser temaet med å si: I dag skal vi snakke om alkohol. Før vi ser filmen skal vi snakke litt om hva dere kan fra før. <i>Prosess: Åpen dialog med klassen, rekke opp hånda. Siden temaet er vanskelig for noen, er det fint at de ivrige og trygge barna leder an, mens andre kan lytte og lære. La elevene komme med forslag, lærer kommer med forslag ved behov.</i>	Forberede elevene på temaet



	Refleksjonsspørsmål til bilde 1: Hva vet dere om alkohol? La elevene komme med egne forslag, lærer kommer med forslag ved behov: <i>For eksempel:</i> <i>Er det forskjell på øl og vin?</i> <i>Hvem drikker alkohol?</i> <i>Kan barn drikke alkohol?</i> <i>Er det farlig å drikke alkohol?</i> Refleksjonsspørsmål til bilde 2: Hvorfor tror dere at voksne drikker alkohol? La elevene komme med egne forslag, lærer kommer med forslag ved behov. <i>For eksempel:</i> <i>Det er mye voksne gjør som barn ikke kan gjøre, som å drikke alkohol, snuse og røyke. Voksne kan drikke alkohol fordi det er godt, for å slappe av, for å feire eller fordi det smaker godt til maten. Noen kan drikke alkohol fordi de har det vondt inni seg.</i>	
Film og samtale	Introduser filmen med å si: Mammaen til Mina drikker ganske mye vin. Hun sier hun bare koser seg, men hvis hun visste hvor dumt det ser ut når hun er full, så ville hun kanskje skjerpet seg. Mina bestemmer seg for å vise henne det. Når vi ser filmen vil noen kunne kjenne seg igjen, eller komme til å tenke på noen som kanskje har det sånn. Da er det fint å kunne snakke om det alene med en av oss voksne etter timen eller en annen gang. Film: «Fyllefant skal selv ha bank» (3:5) (varighet 5.37) <i>Prosess ved refleksjonsspørsmålene: Åpen dialog med klassen, rekke opp hånda. Fordi temaet er vanskelig for noen, er det fint at de ivrige og trygge barna leder an, mens andre kan lytte og lære.</i>	Gi felles kunnskap om temaet Øve på å snakke om temaet Felles refleksjon Øve på å lytte til andre, dele egne tanker og vente på tur i samtalen



	Refleksjonsspørsmål til bilde 1: Dialogen i klassen tar utgangspunkt i disse tre spørsmålene: -Hva syns du om løsningen? -Hva ville du gjort? -Hva kan barn gjøre når voksne drikker for mye alkohol? La elevene komme med egne forslag, lærer kommer med forslag ved behov: <i>For eksempel:</i> <i>Hvordan kunne Mina sagt fra til en voksen?</i> <i>Kunne Mina gjort noe annerledes?</i> Refleksjonsspørsmål til bilde 2: Hva er dårlig med for mye alkohol? La elevene komme med egne forslag, lærer kommer med forslag ved behov. <i>For eksempel:</i> <i>Voksne kan drikke for mye og kan forandre seg på en dårlig måte.</i> <i>Voksne kan si og gjøre ting de ikke mener. Å drikke for mye alkohol kan gjøre at voksne glemmer å ta nok hensyn til barna og de klarer ikke å ta godt vare på barna sine.</i>	Alle blir sett
Opplysning	Fortell om Alarmtelefonen 116 111 Gå inn på nettsiden og vis filmen som forteller om Alarmtelefonen: https://www.116111.no/barn Alle barn har rett til å ha det trygt og godt i familien. Dersom man opplever noe som er vondt eller vanskelig hjemme er det viktig å snakke med en trygg voksen så familien kan få hjelp til å få det bedre. For eksempel læreren din, et familiemedlem, noen andre gode voksne du kjenner som foreldre til en venn, helsesykepleier, trener etc. Om noe er vondt eller vanskelig hjemme, kan man også ringe til alarmtelefonen.	Gi felles kunnskap om temaet



Lek	Mimeleken <i>Formål:</i> Øve nonverbale gester og kommunikasjon, moro <i>Beskrivelse:</i> Hvem har lyst til å mime? Vi velger to som kan mime om gangen. Resten av klassen gjetter. Når noen har gjettest riktig, velger læreren to nye elever som har lyst til å mime. Den som mimer har ikke lov til å snakke eller peke på ting. Lærer hvisker ordet til mimerne, eller skriver ordet som skal mimes på en lapp som bare mimerne får se. Her er eksempel på ord som kan mimes: Klovner, hund, katt, gå på ski, alkohol, bake, se på tv, spille fotball, fugl, hoppe på trampoline, spille piano, synge i kor	Øve prososiale ferdigheter Erfare fellesskap og dele gode opplevelser Relasjonsbygging og vennskapsopplevelser
Oppsummering sammen	Vi setter oss i ringen og oppsummerer sammen. <i>Prosess:</i> Sende en ball e.l. rundt i ringen. Alle får ordet etter tur. Elevene sier en ting hver. Det er helt fint å si det samme som de andre, eller noe annet. Vi tar et spørsmål av gangen. Vi bytter spørsmål underveis, f. eks når 5-6 elever har svart. • Hva likte du i dag? • Hva lærte du? • Hvorfor er dette viktig? • Hva kan vi øve på?	Repetisjon Bevisstgjøring Avslutning og lukking av økta Vi lærer å lytte til hverandre og vente på tur. Alle blir sett

