

## Samlingsbeskrivelse: Familie, 3. og 4. trinn

TEMA		FORMÅL
Innhold	Samlingen handler om familier. Det finnes mange ulike familier, hver og en unik på sin måte. Familier kan være sammensatt på mange ulike måter, og det er helt greit. Det viktigste er at barnet opplever å bli tatt vare på, at familiemedlemmene er gode mot hverandre og snakker godt sammen ( <a href="https://www.livetogsann.no/">https://www.livetogsann.no/</a> )	Gi felles kunnskap om temaet  Øve på samtale om temaet  Reflektere rundt temaet i fellesskap
Kompetanse til ansatte	<p><a href="https://www.vfb.no">Hvordan snakke med barn som har det vanskelig? - Voksne for Barn (vfb.no)</a></p> <p>Hvordan elevene har det hjemme kan prege dem mye på skolen. Særlig dersom elevene opplever ting hjemme som er vondt eller vanskelig. Barn er svært lojale mot foreldrene sine, og forstår godt hva av det som skjer hjemme, som ikke er vanlig å snakke om med andre. Som lærer er du en av dem som har størst sjanse for å oppdage at barn ikke har det bra, og hjelpe dem og familien til å få rett hjelp.</p> <p>I temaet familier kan det dukke opp utsagn som får deg til å lure på hva dette er. Det er viktig at du vurderer om dette er noe du bør følge opp, og gjerne drøfte det anonymt med andre. Det gjør som oftest mye større skade å <i>ikke</i> spørre enn å spørre. Kontakt eleven i etterkant og si hva du la merke til og spør om barnet kan fortelle litt mer om dette, slik at du forstår (<a href="https://www.livetogsann.no/">https://www.livetogsann.no/</a>)</p> <p>Om barn kommer med utsagn 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 mammaen og pappaen din krangler mye hjemme, så fint du sa det. Jeg vil gjerne snakke med deg om hvordan det er for deg litt senere».</p>	Øke kunnskap og trygghet i å undervise om temaet



<p>Kunnskapsmål fra LK20</p>	<p><b>Folkehelse og livsmestring</b></p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p><b>Kompetansemål:</b></p> <p>Norsk:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• lytte, ta ordet etter tur og begrunne egne meninger i samtaler</li> <li>• beskrive og fortelle muntlig (...)</li> </ul> <p>KRLE:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sette seg inn i, og formidle egne og andres tanker, følelser og erfaringer</li> <li>• Beskrive og samtale om ulike måter å leve sammen på i familie og samfunn</li> </ul>	<p>Ivareta de overordnede målene i læreplanen knyttet til folkehelse og livsmestring og demokrati og medborgerskap.</p> <p>Ivareta kompetansemålene i LK20 knyttet til temaet</p>
<p>Husk</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kosedyr/ball til å sende ut i ringen under avslutningen</li> </ul>	
<p>Tips</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Felles gjennomgang av opplegget sammen med alle voksne – se egen beskrivelse.</li> <li>• Ansvar: Avdelingsleder/rektor</li> <li>• Når du øver med kollegaer i forkant, tenk på hva som evt. kan bli en utfordring i din gruppe</li> <li>• Vurder om det må gjøres individuelle tilpasninger ut fra gruppens eller enkeltelevers behov.</li> </ul>	<p>De voksne må legge til rette slik at alle elever får mulighet til å delta</p>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>Noen elever trenger spesiell forutsigbarhet. Dere kan se på samlingsbeskrivelsen og lekene i forkant, i et samarbeid med hjemmet. Tilrettelegge etter behov.</li> <li>Om en aktivitet ikke fungerer så godt, avbryt i tide. Si «Dette greide VI ikke i dag, VI prøver igjen i morgen»</li> <li>Prioriter lekene om du ser at dere går tom for tid eller at elevene ikke engasjerer seg helt i samtalen</li> </ul>	Unngå at leker kan brukes til å mobbe
<b>Organisering av timen</b>		
Ringen	<p><b>Sett på inngangsmusikk:</b>            For Indre Østfold kommune: <a href="#">Can't Stop The Feeling.mp4</a>            For eksterne kommuner: <a href="#">Trolls: Can't Stop The Feeling   GoNoodle - YouTube</a></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Vi rydder klasserom</li> <li>Vi samles i ringen</li> </ul>	Gjenkjennelse Alle kan se alle og føle fellesskap i gruppa
Pust og bevegelse	<p>Øvelsen heter «stramme og slippe» <a href="#">Pusteøvelse - Stramme og slippe</a></p> <p>Når du skal gjennomføre pusteøvelsen med elevene, velger du selv om du vil vise filmen eller om du modellerer selv.</p> <p>Dersom du ønsker å benytte en annen øvelse, finner du flere eksempler på <a href="https://www.io.kommune.no/tjenester/skole-og-utdanning/robuste-barn/pust-og-bevegelse/">https://www.io.kommune.no/tjenester/skole-og-utdanning/robuste-barn/pust-og-bevegelse/</a></p>	Bevisst på pust, kropp, nærvær og bevegelse
Film og samtale	<p><b>Introduser filmen:</b>            I dag skal vi snakke om familier. Alle familier er ulike, og det er fint. Som regel er ting bra i familien, og man ha det fint sammen. Noen ganger er det ting som er vondt eller vanskelig hjemme. I dag skal vi snakke om både om det som er fint, og ting som kan være vanskelig i en familie.</p> <p>Film: <a href="#">Familier og følelser versjon uten musikk med tekst (youtube.com)</a>            Varighet: 4.41</p>	Gi felles kunnskap om temaet



<p>Refleksjons- spørsmål</p>	<p><b>Refleksjonsspørsmål til bilde 1:</b> På hvilke måter kan familier være ulike?</p> <p>La elevene komme egne forslag, lærer kommer med forslag ved behov. <i>For eksempel:</i> <i>Familier kan være ulike på mange forskjellige måter, både i størrelse og sammensetning, men også i forhold til interesser, hva de liker å gjøre og hvordan de er mot hverandre.</i></p> <p><b>Refleksjonsspørsmål til bilde 2:</b> Hvordan kan vi vise at vi er glade i hverandre i en familie?</p> <p>La elevene komme egne forslag, lærer kommer med forslag ved behov. <i>For eksempel:</i> <i>Introduser med å si at det er mange små og store ting som er vanlig å gjøre i familier som viser at en er glad i hverandre. Hva er eksempel på slike ting? Å gi hverandre en klem? Å si: «Jeg er glad i deg?» Å blir med på en lek? Lese bok sammen? Snakke hyggelig til hverandre? Lage ting sammen eller til hverandre? Dele? Si eller gjøre andre fine ting? La elevene komme med innspill.</i></p> <p><b>Refleksjonsspørsmål til bilde 3:</b> På hvilke måter kan følelser smitte i en familie?</p> <p>La elevene komme egne forslag, lærer kommer med forslag ved behov. <i>For eksempel:</i> <i>Følelsene våre kan bli påvirket av hva de andre i familien eller de rundt oss føler. Både vonde og gode følelser kan smitte. Dersom noen vi er glade i, er veldig triste, kan vi bli påvirket og bli triste selv også. Om noen er kjempeglade og smiler masse, kan vi bli «smittet» av dette også, og føle oss mer glade.</i></p>	<p>Øve på å snakke om temaet</p> <p>Felles refleksjon</p> <p>Øve på å lytte til andre, dele egne tanker og vente på tur i samtalen</p> <p>Alle blir sett</p>
----------------------------------	---	--



	<p><b>Refleksjonsspørsmål til bilde 4:</b> Hva kan være vondt i en familie?</p> <p>La elevene komme egne forslag, lærer kommer med forslag ved behov.</p> <p><i>For eksempel:</i> <i>Heldigvis er det meste med å ha en familie bra, men noen ganger kan det være ting i en familie som kan være vondt eller vanskelig. Det kan være at foreldrene krangler veldig mye, at de drikker for mye alkohol, at noen er syke eller dør, eller at barn opplever de voksne gjør eller sier ting til dem som gjør vondt.</i></p>	
<p>Opplysning</p>	<p>Alarmtelefonen. Gå inn på nettsiden og vis filmen. <a href="https://www.116111.no">Barn 7–12 år   Alarmtelefonen for barn og unge (116111.no)</a> Filmen varer ca. 30 sekunder</p> <p>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 annet familiemedlem (besteforeldre/tanter/onkler), foreldrene til en venn, helsesykepleier, trener etc). Om noe er vondt eller vanskelig hjemme kan man også ringe alarmtelefonen.</p>	<p>Elevene får opplysning om alarmtelefonen</p>
<p>Lek</p>	<p><b>Kongen befaler:</b> <i>Formål:</i> Bevegelse, latter, konsentrasjon, tap-og-vinn <i>Beskrivelse:</i> Du som er leder roper ut ulike kommandoer, for eksempel «Kongen befaler: gjør fem spenst hopp», samtidig som du viser fem spenst hopp. Barna skal gjøre som du sier. Stort sett viser du den øvelsen som du sier, men noen ganger kan du gjøre feil øvelse – si for eksempel «Kongen befaler: hink på ett bein» samtidig som du setter deg ned på rumpa. Mange vil da gjøre som du viser, ikke som du sier – og går dermed ut av leken. De som går ut av leken, må sette seg ned og telle til 10, før de kan være med igjen. Dersom «kongen» roper ut en kommando – uten å ha med «kongen befaler», skal gruppen ikke gjøre slik det blir sagt. Det er KUN ved riktig kommando gruppen skal følge befalingen. Vi unngår å kåre en vinner fordi det er kjedelig å vente og morsommere at alle barna får flere sjanser.</p>	<p>Øve prososiale ferdigheter</p> <p>Erfare fellesskap og dele gode opplevelser</p> <p>Relasjonsbygging og vennskapsopplevelser</p>



	<p><i>Tips:</i> Prøv å leke leken fort, da er det lettere å lure barna til å gjøre feil øvelse! Kan lekes på engelsk – da med kommandoen «Simon says ...»</p>	
Oppsummering	<p>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.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hva likte du i dag?</li> <li>• Hva lærte du?</li> <li>• Hvorfor er dette viktig?</li> <li>• Hva kan vi øve på?</li> </ul>	<p>Repetisjon</p> <p>Bevisstgjøring</p> <p>Avslutning og lukking av økta</p> <p>Vi lærer å lytte til hverandre og vente på tur.</p> <p>Alle blir sett.</p>

