

TRIVSELVSEL

Uge 34 v	En undersøgelse af livets tilstand: Quizzen "Spørgsmål om lidt af hvert" udleveres. Læreren læser op og eleverne skriver og/eller tegner deres svar. Der gøres opmærksom på, at stavning ikke det primære mål her, men at udtrykket indefra er vigtigst.
Uge 35 v	En undersøgelse af livets tilstand fortsat: Quizzen fra sidst færdiggøres og gennemgås i plenum. Herefter tegner og skriver eleverne på et blankt stykke papir; Hvordan de har det og hvordan deres familier har det. (to delt papir)
Uge 36	Et projekt om at se sig selv, som den man er. (På forhånd er der skrevet ud til forældrene om at medbringe gamle ugeblade) Eleverne skal se blade igennem og klippe ting og sager ud, som passer til et udtryk om, hvem de er. Disse sættes på en cirkelformet planche, som senere hænges op i klassen. Et billede af dem selv sættes i midten af cirklen og de udklippede sager sættes omkring – dette laves som optakt til projekt om "Livshjulet" senere hen. Eleverne må gerne tegne og skrive ting og sager, som klistres på deres cirkelformede planche, hvis de ikke finder nok i bladene, som kan bruges.
Uge 37	Et projekt om at se sig selv som den, man er. Den cirkelformede planche færdiggøres og hænges op i denne time. Herefter går eleverne ud fra klassen en for en, mens læreren sammen med eleverne skriver positive tilkendegivelser omkring, hvem eleven er. Eleven ser ikke disse udsagn før næste uge, hvor disse udsagn hænges op under deres forskellige plancher. Som overskrift på dette står der "Det siger klassen om dig".

Uge 41 *Temaug*. Uge 42 *Efterårsferie*.

Uge 38	Et projekt om at se sig selv som den, man er.
-----------	--

	Hver elev kommer på skift op foran klassen og får kortet med det, som klassen har sagt om dem, i hånden. Foran klassen læser de kortet op, og derefter hænger de det selv op under deres planche. Der klappes af den enkelte elev, når de er færdige med deres oplæsning. Det vil være en følelsesladet oplevelse for nogle af dem pga. complimenterne. Det gives der også plads til.
Uge 39	<p>Et projekt om at se sig selv som den, man er... og erkende livets op- og nedture.</p> <p>Eleverne sættes sig i en rundkreds. Øvelsen "Hør efter" på s.58 i <i>Rummelige fællesskaber</i> laves. Alle forbliver i rundkredsen og der tales om vidt og bredt.</p> <p>Åbningsspørgsmål:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> - Hvad er nemt lige nu? <input type="checkbox"/> - Hvad er svært lige nu? <input type="checkbox"/> - Hvordan har jeg det på en skala fra 1-10 – hvorfor?
Uge 40	<p>Sundhed.</p> <p>Eleverne tegner "et sundt menneske" på 10 min. Bagefter udvælges 5 af dem til at præsentere deres tegning for klassen, og de bedes også forklare deres tegning. Eleverne får udleveret et spørgeskema omkring sundhed. (se bilag)</p>
Uge 43 v	<p>Sundhed.</p> <p>Hovedpointer fra spørgeskemaet gennemgås. Hver elev får herefter udleveret "Om sunde vaner" (se bilag), hvor de beskriver deres egne sunde vaner nu – og hvilke sunde vaner, de gerne vil have på sigt, og når de bliver voksne.</p>
Uge 44	<p>Mål-evaluering.</p> <p>Elevernes kladdehæfter fra koloni-ugen findes frem og de ser deres mål igennem. De bliver herefter bedt om at skrive ned, hvordan det går med målene, hvor der kan justeres på dem og hvordan de kan komme</p>

	<p>derhen. Der tales også om delmål i plenum.</p>
Uge 45	<p>At ville være noget andet, end man er og ords betydning.</p> <p>"Historien om den lille kanin" læses op i plenum og der tales derefter om, hvad eleverne nogle gange har drømt om at være, selvom de ikke var det alligevel. Der tales også om ords betydning og vigtigheden af at være vis i, hvad man siger. Hvis modet viser sig, så tales der også om at være mand og kvinde og intet midt mellem.</p>
Uge 46	<p>At ville være noget andet, end man er og ords betydning.</p> <p>Lyt til denne oplæsning af "Den Grimme Ælling" (link: https://www.youtube.com/watch?v=N6OeE70YEUg) Lad dem tegne den Grimme Ælling 😊 Tal om hvilke problematikker eleverne ser i eventyret og hvorfor det er vigtigt, at være sig selv præcis som man er.</p>
Uge 47	<p>Fremtidsdrømme – jobs!</p> <p>Se Rasmus Brohaves video om at være konditor på La Glace. https://www.youtube.com/watch?v=NmYQoE9d4il</p> <p>Lad eleverne nedskrive hvilke mulige drømmejobs de har, og tal med dem om, hvordan man kommer derhen. Lav en tegning på tavlen for at vise den gymnasiale vej overfor erhvervsuddannelsesvejen. (i en meget mild form, så de kort kender forskellen). Se derefter Rasmus Brohaves video om at være struktør. https://www.youtube.com/watch?v=D-J6ibwBw8k</p>

Uge 48	<p>Fremtidsdrømme – jobs!</p> <p>Se Rasmus Brohaves video om at være i Forsvaret.</p>
--------	--

	<p>https://www.youtube.com/watch?v=KNsuu3t5LN0</p> <p>Lad eleverne spore sig ind på en specifik drøm, og lad dem herefter præsentere denne for de andre. De kan evt. tegne deres fremtidsplaner på arket "Det vil jeg være, når jeg bliver stor." (se bilag)</p> <p>Hvis der er tid til overs, kan I også se Rasmus Brohaves video om at være Købmand.</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=Gc4PIDwvUm8</p>
Uge 49	<p>Taknemmelighed.</p> <p>Læs det lille citat om "Taknemmelighed" (se bilag)</p> <p>Tal om taknemmelighed – hvad vil det sige, hvorfor er det vigtigt, hvordan kan man blive mere taknemmelig, etc.</p> <p>Lad dem herefter lave en liste over ALLE de ting, de er taknemmelige for. Ikke bare 5 eller 10 ting, men lad dem bruge god tid på at lave en så lang liste som mulig.</p> <p>Afslut timen med at lade dem reflektere over, om der er nogen, de vil sige tak til.</p> <p>Lad dem beslutte sig for enten at skrive et "takkekort" eller fortælle det ansigt til ansigt.</p>
Uge 50	<p>Ønskelisten, der ikke indeholder ting.</p> <p>Udarbejd en ønskeliste over ting, de gerne vil se ske i verden. Fx at terrorister må blive fanget, at der bliver fundet en kur mod alle sygdomme, at børn i Afrika får nok mad.</p> <p>Tal om hvorfor der kan "gives en ged i julegave" ved at handle i Netto, så en Afrikansk familie får et julemåltid.</p> <p>Tal med dem om, hvad de godt kunne tænke sig at gøre. Fx tegne en tegning til den tante, de aldrig ser eller ønske en hjemløs en glædelig jul, etc.</p>
Uge 51	<p><i>Her øves der nok til julefest 😊</i></p> <p>Hvis ikke, vil det være et godt tidspunkt at skrive små julehilsner til alle mulige, som ikke forventer det. Det kan være en bedstemor, en forælder, en lærer, en ven, en fremmed, etc.</p>

Uge 52 Juleferie Uge 53 Juleferie

Uge 1	<p>Om at gøre en forskel for andre.</p> <p>Se Rasmus Brohaves video om at gøre en forskel i Afrika:</p>
-------	--

	<p>https://www.youtube.com/watch?v=a12cbRwWGa8</p> <p>Tal derefter om, hvordan vi kan gøre en forskel i hverdagen. Tal om nødarbejde og hjertebørn, og hvorfor nogle vælger at investere i et barn, de ikke kender.</p>
Uge 2	<p>"Til en regnvejrsgang i november...(eller en dag, der føles grå)"</p> <p>I denne lektion handler det om at skrive et brev (eller en tegning) til en bestemt person. En person, som man giver brevet, og en dag, hvor de føler sig kede af det eller dårligt tilpas, kan de tage dette frem og få et smil på læben.</p> <p>Ikke nok med det, så skal de selvfølgelig også lave et regnvejsbrev til sig selv.</p> <p>Opdel timen i to dele, så de får tid til begge dele, og medbring også kreativt nips, så de kan dekorere breve og kuverter, hvis de ønsker det.</p>
Uge 3	<p>Bekymringer og at give slip på dem.</p> <p>Brug kapitel 4 (s.34-39) i "Når du bekymrer dig for meget".</p>
Uge 4	<p>Bekymringer og at give slip på dem.</p> <p>Brug kapitel 4 (s.34-39) i "Når du bekymrer dig for meget".</p>

Uge 5	<p>Bekymringer og at give slip på dem.</p> <p>Brug kapitel 6 (s.50-59) i "Når du bekymrer dig for meget".</p>
Uge 6	<p>Bekymringer og at give slip på dem.</p> <p>Brug kapitel 6 (s.50-59) i "Når du bekymrer dig for meget".</p>
Uge 7	<p><i>Vinterferie</i></p>
Uge 8	<p>At være positiv.</p>

	<p>Udlever s.70-71 i "Når du brokker dig for meget" som introduktion til at "faste" fra negativitet. Tal om hvad der sker, når man har en positiv tilgang til livet.</p> <p>Lad dem lave et lille drama om en positiv tilgang til morgener og en negativ. Tal om forskellene.</p>
Uge 9	<p>Positivitets fest – at "faste" fra negativitet</p> <p>Lyt til eventyret om "Askepot" og tal om, hvordan Askepot ikke lod sig tryne af, hvilke negative ting hendes omverden sagde om hende. Tal om hvordan dette kan hjælpe os i hverdagen, og tal om den indre stemme, der gerne skulle fortælle os gode ting hver dag.</p> <p>Askepot:</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=rf5x-JI30KU</p>

Uge 10	<p>Positivitets fest – fortsat.</p> <p>Udlever kapitel 10 (s.72-77) i "Når du brokker dig for meget" og brug lektionen på kapitlet.</p>
Uge 11	<p>Positivitets fest – fortsat.</p> <p>Udlever kapitel 11 (s.78-88) i "Når du brokker dig for meget" og brug denne og næste lektion på kapitlet.</p>
Uge 12	<p>Positivitets fest – fortsat.</p> <p>Udlever kapitel 11 (s.78-88) i "Når du brokker dig for meget" og brug denne lektion på at færdiggøre kapitlet.</p>

Uge 13 Påskeferie

Uge 14	<p>En dag som "skoleleder"</p> <p>(to lektioner)</p> <p>Inviter eleverne ind i verdenen som skoleleder. Fortæl dem om, hvilke arbejdsopgaver du har, og end ud i at fortælle om værdier og regler på skolen.</p>
--------	---

	<p>Del eleverne op i grupper og lad dem opfinde deres egne skoler. De skal: (se bilag: Vores skole)</p> <p>Lave et motto</p> <p>Nedskrive værdier (kan måske kaldes regler i 4.klasse, hvis det er nemmere at forstå)</p> <p>Give den et navn</p>
Uge 15	<p>En dag som "skoleleder"</p> <p>(to lektioner)</p> <p>Eleverne er delt op i grupper og de opfinder fortsat deres egne skoler. De skal: Lave et motto</p> <p>Nedskrive værdier</p> <p>Give den et navn</p> <p>Og i denne time skulle de også gerne præsentere skolen for de andre grupper.</p>

Uge 16	<p>Om at være venner.</p> <p>Læs kapitler fra "Hemmelige venner" og tal om, hvad der går galt, hvilke løsninger, man kunne have valgt og hvordan man håndterer konflikter.</p>
Uge 17	<p>Om at blive vred og hvordan man forhindrer det.</p> <p>Udlever kapitel 9 (s.76-81) i "Når du bliver hidsig" og lav opgaverne deri.</p>
Uge 18	<p>Et verdenssyn set fra barnets verden.</p> <p>Udlever "Verdenssyn i børnehøjde" og lad eleverne fuldende sætningerne i plenum uden at tænke for længe. Tal om hvorfor vi synes, som vi gør, og hvad der mon har påvirket os til at tænke sådan.</p>
Uge 19	<p>Om morale.</p> <p>Tal om morale, lyt til eventyret og lad eleverne finde frem til, hvad man kan lære af eventyret. Tal også om fup & fidus. Lyt til "Kejserens ny klæder" af H.C. Andersen her: https://www.youtube.com/watch?v=S_RMRLJKOn8</p>
Uge 20	<p>At være gode venner.</p>

	Del eleverne ind i grupper. De laver en opskrift på, hvad en god ven er. Udlever "Opskriften på en god ven" (se bilag). Lad dem præsentere deres opskrifter for resten af klassen og tag til sidst en plenumsnak om, hvad de selv gør for at være gode venner.
Uge 21	Dit livshjul. Evaluering af livets sider og en snak om, hvad man kan gøre ved de sider, der halter. "Livshjulet" udleveres (se bilag).

Uge 22	At konkurrere. Se kortfilmen "The Competition" her: https://www.youtube.com/watch?v=W7LWny6c4wI&t=211s Tal om hvad sund konkurrence er. Tal om hvordan man er en god vinder og en god taber. Tal om hvilke områder i livet, der for dem indbyder til konkurrence.
Uge 23	Målsætning. Elevernes mål fra skoleårets start tages frem og evalueres. Her udover sætter de et mål for sommerferien.
Uge 24	Evaluering af skoleåret. Lad dem i plenum samtale lave en ærlig evaluering af skoleåret, hvor Corona fik meget plads og tingene så anderledes ud. Året, hvor drømme og mål fik plads og året, hvor de voksede sig et år ældre. Nedskriv ideer til næste skoleår sammen med dem.
Uge 25	Afslutning af skoleåret.

Temaer indlægges og flyttes efter behov