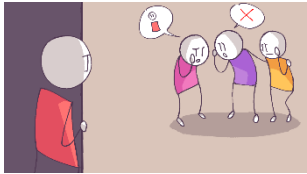
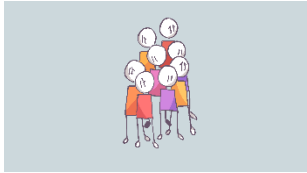
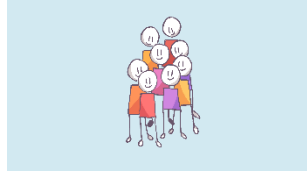
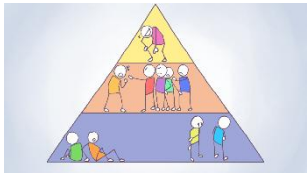
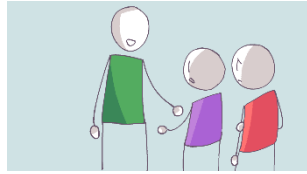
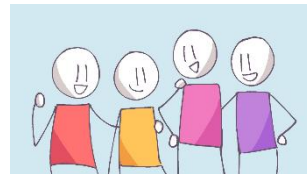


Mål med timen: Elevane veit kva mobbing og utestenging er og kan kjenne igjen dette når det skjer. Dei veit kva dei kan gjere for å hjelpe nokon som blir mobba.

BILDE PÅ SKJERMEN:	DET SOM SKJER I TIMEN:
Opne sida	Sit gjerne i krok/samling/hestesko i denne timen. Introduser temaet for elevane: Alle barn har rett til å kjenne seg trygg på skolen og ha det godt saman med dei andre elevane. Derfor er det veldig viktig at ingen blir mobba eller utestengt. Nokon gongar kan det skje likevel, og derfor skal vi i dag ha ein time om dette. Vi skal sjå litt film og jobbe med nokre oppgåver. Vi skal ikkje snakke konkret om nokon som er i denne gruppa og ting som skjer her, men generelt om barn og mobbing.
	Sjå filmen Mobbing på skolen - YouTube
     	Sjå bilde frå filmen og snakk om det de såg: • Kva skjer på dette bildet? • Kva følelsar kjenner barna som snakkar om den som ikkje er der? (Det kan vere spennande, morosamt, skummelt, irriterande, eller mange andre ting) • Kva føler barnet som oppdagar at det blir snakka om? • Korleis har desse det saman? • Kva kan få barn til å ha det sånn? • Korleis har desse det saman? • Kan barn ha det så fint saman om nokon i gruppa blir utestengt eller mobba? (få fram at om ein eller fleire blir mobba/utestengt så har ingen det heilt trygt og bra) • Kva skjedde her? • Kva kan vaksne gjere for å hjelpe når nokon blir mobba? (Vaksne både kan og skal hjelpe, men vaksne veit ikkje alt som skjer. Derfor må det vere trygt for barn å fortelje til vaksne for å få hjelp.) • Det er best for alle når alle føler seg inkludert og har det bra i lag! Denne timen skal handle om kva vi kan gjere for å få til det.

Leik / Øving	Vel ein av desse leikane/øvingane: Kven er leiaren: (inspirert av boka Sirkel) Forklar først øvinga til heile klassa, så går ein elev ut på gangen medan klassa gjer seg klar. Dei stiller seg i ring, og ein blir utpeikt som den som bestemmer kva andre skal gjere: klappe, nikke, hoppe eller andre bevegelsar. Ingen skal sei noko, men alle skal gjere det same som leiaren gjer. Leiar må bytte bevegelse fleire gongar. Den som kjem inn skal få plass i ringen, og forsøke å finne ut kven det er som bestemmer kva som skal gjerast. La fleire prøve å vere leiar og kome inn i gruppa. Refleksjon etterpå: Korleis var dette å vere med på? Kva minner øvinga om? Liknar den på det filmen sa om hierarki? Kan det vere bra at nokon tek leiing slik? Kva skal til for at det skal kjennes bra? Kva kan gjere at det kjennes dumt eller vondt? Alt det vi deler: Introduser med å seie til elevane at det er vanlig å tenke at vi er veldig like nokon og veldig ulike andre, men at oftast er vi like og ulike på mange forskjellige måtar. Skal vi teste? No seier eg mange forskjellige ting og alle det passer for reiser seg/kjem fram hit (og så setter seg igjen). Om de sit i ring: alle dette gjeld for reiser seg og bytter plass. Kom på sjølv eller bruk av desse: - Eg likar å game - Eg likar fotball - Eg likar å lese - Eg likar å sjå film - Eg likar å bade - Eg likar å renne på ski - Eg likar å danse - Eg likar å sjå YouTube - Eg likar å le - Eg likar å teikne - Eg likar å lage mat - Eg likar å ete mat - Eg likar godteri - Eg likar å late meg - Eg likar å vere i aktivitet Refleksjon etterpå: La du merke til kor mange du deler mykje med? Vi kan vere venner på kryss og tvers her i klassa, for vi har noko til felles med alle. «Jaaa!» Sit i ein stor sirkel. Alle som har lyst får sei noko som alle skal gjere, og då skal alle svare «Jaaa!» og gjere dette. Det må vere enkle ting som å hoppe, klappe, snurre seg rundt, stå på eitt bein eller liknande. Øvinga gir den som har kome med forslaget til å føle kor godt det er å få et unisont: JA! Avslutt medan det er god stemning ved å seie «No avsluttar vi leiken» og alle skal rope «Jaaa!» til det også VRENGE SIRKELEN Dette er ein utfordring som må løysast i fellesskap. Stå i ein ring og hald kvarandre i hendene. Korleis kan sirkelen vrengast slik at alle vender utover, utan å sleppe taket? Øvinga fremmer vi-følelse og samarbeidsevne.
--------------	--

Under finn de to ulike filmar de kan sjå og snakke om, de kan bruke begge fordelt på fleire gongar, eller sjå den som passar elevane dine best.	
	Være venner – 6. episode (Sesong 1) – NRK TV Stopp etter den første slutten og snakke saman om det de såg før de går vidare: • Korleis hadde Benny det eigentleg? • Korleis viste han at han hadde det vondt? • Var det nokon som forstod korleis han hadde det? • Kven kan hjelpe barna? Sjå resten av filmen: • Er de fornøgde med slutten? • Kva kan vi lære av denne filmen?
	Klassevenner - alle skal få være med – 2. Å hjelpe hverandre (Sesong 1) – NRK TV Denne episoden er lang, så de kan stoppe opp og snakke om det de såg undervegs. Bruk eventuelt bilda frå familien som de finn i denne lenka: Bilder-til-undervisningsopplegg-Klassevenner_episode-2.pdf (reddbarna.no) Når de snakkar om filmen kan de anten bruke spørsmåla til filmen som Redd Barna har laga her frå side 14: Undervisningsopplegg Klassevenner Redd Barna.pdf (nrk.no) Eller de kan snakke om: • Korleis dette opplevast for dei ulike barna i filmen • Kva følelsar dei har forskjellige stadar i filmen • Frå 04:20 får vi sjå kva som skjedde da det forandra seg for Anton. Henrik og Live begynte å sjå på Anton med blikk som ikkje var vennlege. Spør om elevane kan vise korleis slike blikk ser ut. Forklar dei at slike blikk ofte handlar om at barna som sender dei er redde for å sjølv ikkje bli likt eller godtatt. Så veit dei ikkje korleis dei kan bli trygge i flokken på ein god måte, og brukar dårlege måtar i staden. Stygge blikk er ein dårleg måte å passe på sine egne vennskap på. Kan elevane kome på andre dårlege måtar? (Snakke stygt om andre, fortelje rykte, utestenge, mobbe). Korleis ser snille/vennlege blikk ut? • Kva gjer det så vanskeleg for dei andre barna å hjelpe Anton (er dei redde for å bli utestengt sjølv skal tru?) • Kva har dei ulike barna behov for? (Alle har behov for å høyre til saman med dei andre, ikkje berre Anton, men også dei som er med i leiken) • Kva gjorde at Anton fekk det bra? • Kva kan vi lære av denne filmen?
	Jobb saman om løysingshjulet. Her kan elevane få konkrete tips om kva dei kan seie eller gjere når dei oppdagar at nokon blir mobba/baksnakka/utestengt. Det er fint om elevane ikkje berre ser det/pratar om det, men også får ØVE på dei ulike måtane. Kanskje kan de rollespele ein situasjon der ein (gjerne du som lærar) blir plaga og så får elevane prøve ulike måtar å hjelpe på frå løysningshjulet? NB! Pass alltid på at den som skal ha rolla som den som blir plaga ALDRI er ein som har opplevd eller opplever dette på ekte.
	Avslutt med ein dans frå Blime? NRK Super - Blime!