









Viser på skjermen:	1 timen:
	Start med denne: How do you see race? - YouTube
<ul style="list-style-type: none"> • Kva er rasisme? • Kva ulike typar rasisme finnst i Noreg? • Kva kan rasisme føre til? 	La elevane snakke med kvarandre to og to: Kva er rasisme? Kva ulike typar rasisme finnst i Noreg? Kva kan rasisme føre til?
NRK TV – Hev stemmen	Sjå del 1 og 2 av denne. Stopp etter songen Leve: NRK TV – Hev stemmen
<p>PERSON VI KENNER EIN DAG OG DET IKKJE LENGER FÅRLES RASISME, KORLEIS VILLE DUKE IRANSKJE (MED ULKE HUDFÅRÅRNINGER NÅR FRÅ EIN LAND) LAUST WISSE TIL AT RASISME ER RASISME?</p>  <p>KV SKAL TIL FOR Å FÅ SLUTT PÅ RASISME I NOROGE?</p>  <p>KV KAN VI GJERE I KVERDAGEN FOR Å STOPPE RASISME?</p> 	La elevane jobbe i grupper på 3-5 elevar, skriv ut eit ark til kvar gruppe som dei fyller ut saman.
<p>Er det bra nok å ikkje vere rasist?</p> 	Er det bra nok å <i>ikkje</i> vere rasist? Sjå Slengmedlepsi - YouTube Kanskje treng nokon at du seier at dette ikkje er ein ekte diagnose, men at i praksis stemmer det at det å bruke slike ord festar seg i hjernen og blir delvis automatisert. Når ein skal slutte å bruke slike ord vil det difor krevje litt innsats. Både frå den som brukar orda, og dei som er rundt.
<p>Kva ord har de høyrte bli brukt i kvardagen, kanskje berre sagt på tull, men som kan såre/krenke andre fordi det blir brukt som skjellsord?</p> <p>Lag ei liste.</p>	<p>Kva ord har de høyrte bli brukt i kvardagen, kanskje berre sagt på tull, men som kan såre/krenke andre fordi det blir brukt som skjellsord?</p> <p>Du kan gjerne skrive på ei tavle kva ord elevane kjem med for å få ei samla oversikt. Gjer gjerne ei symbolsk, synleg øydelegging av lista når den er ferdig.</p>
<p>Kva skal til for å få slutt på slik bruk av orda?</p>	<p>Kva skal til for å få slutt på slik bruk av orda? (Både frå den som seier orda og dei som høyrer andre sei orda)</p>
<p>Ver ein alliert!</p> 	Sjå eventuelt også Alliert – «Håndbok for unge antirasister» av Tinashe Williamson - YouTube

<p>Dilemma 1:</p> <p>Du står utanfor skolen med ein gjeng frå trinnet ditt. Ein av medelevarane dine har nettopp vore i Oslo saman med familien sin. Eleven seier «Det var skikkelig digg der, men fy!... kor mange svartingar der var!»</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kva er det i situasjonen som ikkje er greit? • Har du eit svar i situasjonen? • Prøv å sei noko som gjer personen merksam på at det ikkje er greit å uttrykke seg slik. Prøv gjerne ulike alternativ for å finne ut kva som kjennes best. 	<p>Øv på å stå opp mot rasisme i ulike samanhengar. La elevane jobbe i grupper igjen og drøfte dei ulike eksempla under. Snakk gjerne i full klasse også mellom kvart eksempel. Du kan godt lese opp dilemmaene for dei før dei jobbar med dei i gruppene.</p> <p>Du står utanfor skolen med ein gjeng frå trinnet ditt. Ein av medelevarane dine har nettopp vore i Oslo saman med familien sin. Eleven seier «Det var skikkelig digg der, men fy... kor mange svartingar der var!»</p>
<p>Dilemma 2:</p> <p>Du står og snakkar med venner etter trening og ei av dei seier til ei anna i gruppa: «Sånne som deg har så eksotisk og fin utsjånad!»</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kva er det i situasjonen som ikkje er greit? • Har du eit svar i situasjonen? • Prøv å sei noko som gjer personen merksam på at det ikkje er greit å uttrykke seg slik. Prøv gjerne ulike alternativ for å finne ut kva som kjennes best. 	<p>Du står og snakkar med venner etter trening og ei av dei seier til ei anna i gruppa: «Sånne som deg har så eksotisk og fin utsjånad!»</p>
<p>Dilemma 3:</p> <p>Du overhøyrer faren din snakke med naboen om å pusse opp heime og far din seier «Eg gidd ikkje gjer sånt sjølv lenger, det er mykje betre å betale ein polakk nokre kroner. Det tek eg meg faktisk råd til.»</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kva er det i situasjonen som ikkje er greit? • Har du eit svar i situasjonen? • Prøv å sei noko som gjer personen merksam på at det ikkje er greit å uttrykke seg slik. Prøv gjerne ulike alternativ for å finne ut kva som kjennes best. 	<p>Du overhøyrer faren din snakke med naboen om å pusse opp heime og far din seier «Eg gidd ikkje gjer sånt sjølv lenger, det er mykje betre å betale ein polakk nokre kroner. Det tek eg meg faktisk råd til.»</p>
<p>Dilemma 4:</p> <p>Du er på apoteket. Ei av dei som jobbar der har på seg hijab, når ho tilbyr hjelp til ein kunde, høyrer du at kunden seier «Eg ventar til eg kan få hjelp av ein av de norske som jobbar her eg.»</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kva er det i situasjonen som ikkje er greit? • Har du eit svar i situasjonen? • Prøv å sei noko som gjer personen merksam på at det ikkje er greit å uttrykke seg slik. Prøv gjerne ulike alternativ for å finne ut kva som kjennes best. 	<p>Du er på apoteket. Ei av dei som jobbar der har på seg hijab, når ho tilbyr hjelp til ein kunde, høyrer du at kunden seier «Eg ventar til eg kan få hjelp av ein av de norske som jobbar her eg.»</p>
	<p>Avslutt med denne: Zak Abel - Be Kind (Official Video) - YouTube og la eventuelt alle skrive ein huskeregel for seg sjølv og andre om å vere anti-rasist. Desse kan plasserast der elevar kjem til å sjå dei slik at dei huskar å gjere dette vidare.</p>
	<p>I løpet av timen, og elles i løpet av månaden, kan de gjerne bruke denne lille pusteøvinga 478 pusteøvelse (youtube.com)</p>