

Mot



Innledning til lærerne

”Mot handler om å overkomme hindringer og tørre å ta sjanser”

I vår sammenheng handler mot om å tørre å stå for det en selv mener, ta egne valg, uten blindt å følge ”mainstream”. Noen vil si at mot er det motsatt av å være engstelig eller feig. Vi sier det handler om å tørre, selv om man er engstelig og usikker. Da blir det å vise sin svakhet og sårbarhet en modig handling.

Mot trenger ikke å handle om å sette ekstreme rekorder. Det handler absolutt ikke om å være dumdristig. Det karakteriseres bedre som overmot. Mot handler heller ikke om taperhet eller å holde ut til tross for lidelse. I denne samlingen er det et poeng å få frem at mot handler om å tørre å stå for det en selv mener, ta egne valg og ikke alltid ”være enig med siste taler”. Det handler om å tørre å være seg selv. Alle kan være modige, ikke bare de som karakteriseres som uredde eller vågale. Alle kan øve seg på å være modig. Noen får det til stort sett hele tiden, noen bare av og til.

Organisasjonen MOT som er et skoleopplegg, har følgende grunntanke:

Bevisstgjøre ungdom til å ta valg som gjør at de mestrer livet.

Styrke ungdoms mot til å ta vare på seg selv og hverandre.

Drive holdningsarbeid med fokus på verdier, valg og tro på egne krefter.

Les gjerne mer om dette på <http://www.mot.no/?side=116>.

Intensjonen for denne samlinga er nettopp å sette fokus på egne ressurser, egne holdninger og egne muligheter til å ta valg som er betydningsfulle og retningsgivende. Livet vårt blir summen av de forutsetninger vi har, og de valg vi tar. Og kanskje en porsjon tilfeldigheter...?

Gjennomføring i klassen

Mål for samlingen

Målene for LINK

Å bidra til styrket selvbylde

Å bidra til opplevelse av tilhørighet

Å bidra til mestring

Kompetansemål for samlingen

Kunnskap: at elevene får kunnskap om at mot kan handle om mange ting, også evnen til å ta egen valg

Ferdighet: at elevene kan øve på bli bevisst egne evner og egenskaper.

Verdi: at elevene får reflekter over at det å vise mot kan handle om forskjellige ting for hver enkelt. Vurdere hva den enkelte vil karakteriserer som mot og hva de tenker er overmot. Hvilke konsekvenser kan den enes mot/overmot ha for andre.

Innledningsritual

Start hver samling på samme måten. Spill gjerne musikk, tenn lys, pynt med blomster, håndhils på alle, eller gjør andre hyggelige ting. Poenget er å signalisere at dette er en link-time, og at link-timer er annerledes enn andre timer.

Dagens gullkorn

Alle forteller om en hyggelig ting de har opplevd siden sist samling. Husk at det er små og enkle hverdagsgledene vi er på jakt etter, ikke grense-sprengende happeninger.

Tema

Presentasjon av tema

Lærer presenterer dagens tema, helt kort. Si noen få setninger om hva samlingen skal handle om. Her kan man plukke ut noe av det som står i innledning til læreren. Innledningen skal bare spore elevene på tematikken og bør derfor ikke ta mer enn noen få minutter.

Vi snakker om tema

Alternativ 1:

Bruk gjerne utarbeidet PowerPoint (PP) som utgangspunkt for samtale om temaet. Under PP-bildene fins det støttespørsmål du kan bruke i samtalen med elevene. Du kan også lage egne spørsmål, men det er viktig at spørsmålene er åpne. De skal legge til rette for refleksjon og felles undring og utforskning. Vi er ikke på jakt etter fasitsvar, men ønsker at barn/unge skal få satt ord på egne tanker, følelser og meninger. Det ikke er et poeng å komme gjennom alle bildene.



Hvis elevene har mye å snakke om til de første bildene, er det viktigere å bruke tid på disse, enn å avbryte og forte seg videre for å rekke alt.

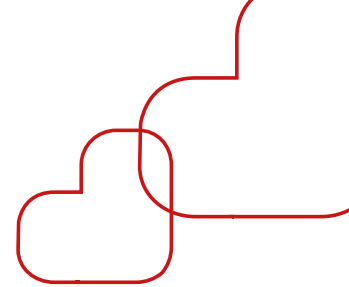
Til bildene leses det opp en tekst om latter og glede som helsebringende faktorer. Enkle setninger hentet fra innledningen til temaet.

Alternativ 2:

Presentere stoff fra organisasjonen MOT ved hjelp av nettsiden mot.no, eller stoff en har tatt ut fra denne siden på forhånd. Legge vekt på at å vise mot handler om å ta egne valg.

Vi jobber med tema. Velg, vrak og tilpass

Her kommer mange ulike oppgaver du som lærer kan velge mellom. Det er ikke meningen å gjøre alt som er foreslått. Velg de oppgavene som passer best for din gruppe og for deg som gruppeleder. Vi anbefaler likevel at du velger oppgaver som gjør det mulig å jobbe med temaet på ulike måter, både gjennom aktivitet og samhandling, lek og latter og ikke bare gjennom å snakke.



Modige mennesker

Denne oppgaven passer bare hvis temaet er presentert ved å vise PP om modige personer. Forklar vedlagt skjema for elevene. Det kan fylles ut for en eller flere av de personene som er presentert. Dette kan gjøres i plenum, men for å aktivisere flest mulig anbefales smågrupper.

Gruppene jobber med skjemaet ei stund. Det er ikke nødvendig at alle blir ferdig med alt.

Oppsummering i plenum. Til nå har vi fokusert på andres mot. I fortsettelsen skal det fokuseres på elevenes mot ved at de som vil forteller om ei gang de var modige. Å "skryte av seg selv" på den måten kan være krevende, særlig i klasser hvor elevene ikke er trygge på hverandre. Men ledere skal jobbe for å skape et klima som gir aksept for at alle kan stå frem med trygghet og stolthet. Kanskje lederen kan gå foran med å selv fortelle et eksempel på hverdagsmot. Det er viktig å poengtere at det ikke trengs vågale handlinger for å utvise hverdagsmot. Alle er modige noen ganger.

Finn ut

For de eldste kan definisjoner danne utgangspunkt for diskusjon og refleksjon. La elevene (en og en eller i smågrupper) finne ulike definisjoner på nettet. La de så formulere med egne ord hva mot er. La de ulike definisjonene være utgangspunkt for diskusjoner omkring temaet. Det er ikke viktig å konkludere. Bruk heller tiden på å filosofere. For yngre barn kan det være gøy med en idedugnad. Hva passer til overskriften Dette er modig gjort. Svarene danner utgangspunkt for diskusjon og refleksjon.

Ta valg

Formål: Trening i å ta valg og begrunne sine valg.

Utstyr: Leder må ha forberedt spørsmål

Alle står på gulvet. Lederen gir et dilemma, elevene må velge side. F.eks: du kan velge mellom is eller gotteri. Is går til høyre, gotteri til venstre. Som oppvarming er det lurt å velge noe ukomplisert og ufarlig. Etter hver kan spørsmålene bli mer krevende. F.eks: Hva vil du gjøre hvis du ser noen bli mobbet? Si det til en lærer eller gå din vei. Det går også an å gi flere valgmuligheter. Spør noen fra hvert svaralternativ om en begrunnelse for valget.

Hvem er jeg

Formål: Trening i å formidle egne verdier

Utstyr: Ingenting

Deltakerne sitter i en ring, eller i smågrupper. Hver

deltaker skal tenke på en person de beundrer. De skal også finne ut hvilke egenskaper det er de beundrer hos idolet sitt. Alle presenterer hvem de ser opp til, og hvilke egenskaper vedkommende har som du synes er verdifulle.

Filosofiske spørsmål

For de som er ekstra glad i å filosofere.

- Hvem er den modigste du vet?
- Hvilke dyr synes du er modigst?
- På hvilken måte trenger vi å være modige?
- Hva er mot?
- Kan det være dumt å være modig?

Bare for gøy

Det er et poeng at alle skal le i løpet av en link-time, også når vi snakker om vanskelige ting, ja kanskje særlig da.

Telle til ti

Formål: Sensitivitetstrening, å ta initiativ, la andre slippe til

Utstyr: Ingenting

Elevene sitter i ring. Gruppemedlemmene skal telle til ti uten at det er avtalt hvem som skal si hva. Dersom flere sier et tall samtidig må de starte på en igjen.

Selvportrett

Formål: Fokus på å se den enkelte

Utstyr: Et ark til hver elev.

Hver elev skal tegne seg selv, og skrive fem setninger som forteller noe om hvem en er. Det er ikke lov å oppgi navn. Etterpå ser klassen på selvportrettene i fellesskap. Hvem er hvem?

Jeg er flink til

Formål: Selvhevdelse

Utstyr: Ingenting

Deltakerne sitter i en ring, eller i smågrupper. Alle skal tenke på en ting de er flink til. Etterpå skal alle i gruppa fortelle hverandre hva en er flink til. Her kan en legge vekt på ferdigheter eller på egenskaper. Jo tryggere gruppa er, jo mer kan en fokusere på egenskaper.

Jeg er ikke flink til

Formål: Selvhevdelse.

Å vise utilstrekkelighet, er styrke.

Utstyr: Ingenting

Deltakerne sitter i en ring, eller i smågrupper. Alle skal tenke på en ting de ikke er flink til. Etterpå skal alle i

Oppsummering

Som oppsummering anbefaler vi krøll-og-kast-oppgaven, eller velg 3 ting.

Krøll-og-kast

Krøll-og-kast-oppgavene finner dere i opplegget for samlingen. Elevene skal svare på spørsmålene anonymt og krøller arket sammen. Spør så hvem som vil være dagens skyteskive. Vedkommende stiller seg opp med ryggen mot gruppa. Resten peper skyteskiva med papirballene sine. Skyteskivas privilegium er at hun/han får lese opp noen av svarene, kanskje tre ark er passelig? Hvis det er populært å være skyteskive, er det viktig at dette går på omgang. Noen synes det er stas når deres svar blir lest opp og vil gjerne si det, andre vil helst ikke gi seg til kjenne. Begge deler er helt greit. Det er lov å komme med positive kommentarer til det som leses opp.

Tre ting

Alle noterer ned 3 ting de husker fra dagens samling, og 3 ting de har lært. Læreren ber noe lese hva de har skrevet. Elevene kan selv velge hva de vil dele.

Neste gang

Fortell hva som er tema neste gang. Si til elevene at hvis det er noe de synes er problematisk med temaet, kan de si ifra til læreren så finner dere løsninger sammen.

Avslutningsritual

Avslutt alltid samlingene på samme måte. Ritualet skal være hyggelige og bidra til at elevene føler seg verdsatt. Et avslutningsritual kan være at alle elevene står i ring og sender klassebåndet i sirkelen mens man spiller et musikkstykke.

Klassebåndet lages ved at alle elever klipper til et tøyestykke på ca.50 cm. Hver elev får velge sitt tøyestykke. De kan eventuelt også få litt tid til å pynte det. Alle båndene knyttes så sammen til en sirkel. Vi foreslår at alle tøyestykkene legges i en haug, og så får en og en elev bind for øynene og trekker hvilket tøyestykke som skal være det neste. På den måten blir rekkefølge og sammensetning tilfeldig. Fordelen med å knytte båndene i stedet for å sy, er at man kan gi rom til nye tøyestykker dersom gruppa får nye medlemmer.

Klassebåndet er et symbol på at alle hører til, at alle har en plass i fellesskapet. Vi er knyttet til hverandre. Derfor er vi avhengig av hverandre og vi velger å ta vare på hverandre. I gruppa skal alle ta plass, og alle skal gi plass. Båndet sirkulerer og binder oss sammen.

Læreren kan også stå i døra og dele ut stå-på-kort eller seigmenn til elevene mens de forlater samlingen. Stå-på-kort ligger under ekstramateriell. De kan skrives ut og eventuelt lamineres.

vare på hverandre. I gruppa skal alle ta plass, og alle skal gi plass. Båndet sirkulerer og binder oss sammen.

Læreren kan også stå i døra og dele ut stå-på-kort eller seigmenn til elevene mens de forlater samlingen.

Stå-på-kort ligger under ekstramateriell.

De kan skrives ut og eventuelt lamineres.

Krøll og kast oppgaven

Mot

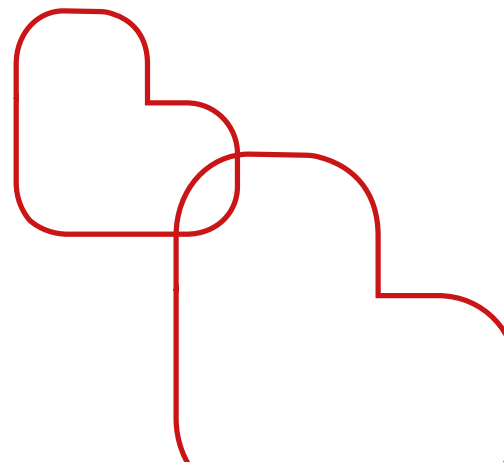
Svar på en eller flere oppgaver

1. Hva betyr det å være modig?

2. Hvem synes du er modig? Hvorfor?

3. Hvorfor trenger vi å være modige? Hva kan vi gjøre for å øve oss?

4. Fortell om en gang du var modig?



Seigmannen

