

MOTIVATIONS- LYFTET

FÖR MELLANSTADIET
LÄRARHANDLEDNING



UPPSTARTSÖVNINGAR

Läsårsstarten är en viktig tid för att skapa ett gott gruppklimat. Följande övningar används varje år under höstterminens första veckor.

Syfte:

Varje läsår börjar med övningar för att få eleverna att känna sig välkomna och lära känna varandra. Att jobba ihop gruppen och att eleverna får komma fram till gemensamma spelregler/förhållningssätt för att alla ska känna trygghet och få studiero. Trygghet är en förutsättning för inläring.

Eleverna får en medvetenhet om vad som är viktigt för dem, sina värderingar, för att sedan lättare kunna göra egna val och ta beslut. Eleverna får på olika sätt träna på hur vi pratar med varandra, vad vi säger till varandra och hur det påverkar vår arbetsmiljö och trivseln i skolan.

Det är viktigt att tydliggöra vad som förväntas av eleverna:

- Vi lyssnar med respekt utan att avbryta eller kritisera
- Det vi tycker och säger gäller enbart just nu och kan ändras
- I övningarna har eleverna alltid rätt att säga "pass" om de vill avstå

Övningar:

1. Viktigt för gruppen
2. Viktigt för mig
3. Klassens "spelregler"/förhållningssätt
4. Är det sant, snällt, nödvändigt?

"We are not a team because we work together. We are a team because we respect, trust and care for each other"
Benjamin Franklin

1. Övning: Viktigt för gruppen

Syfte:

I denna övning får eleverna en medvetenhet om vad som är viktigt för dem. Övningen tränar eleverna i att ta ställning, att motivera och förklara sina val. Det är betydelsefullt att eleverna får se att de kan ha en annan åsikt än en kompis har och att kunna stå för det. Övningen ger eleverna olika upplevelser: "Jaha, man kan tolka det så, tänkte du så". Det fördjupar elevernas begreppsförståelse för att man kan tänka annorlunda och att det är ok.

Genomförande:

Här kan du som pedagog välja påståenden som på något sätt knyter an till det eleverna har som fokusområde eller arbetar med just nu. Det kan också handla om sådant som du anser att eleverna behöver reflektera över för att gruppen ska bli tryggare och starkare. Gå igenom meningarna du valt (se förslag i tabellen nedan) så att alla har en gemensam värdering av deras innebörd. Dela in klassen i mindre grupper där eleverna får arbeta med vad som är viktigt för klassen utifrån de meningar ni diskuterat.

Alla grupper får ett papper med tre färger där de får klistra fast meningarna på respektive färg.

Grön färg betyder "Mycket viktigt för mig"

Gul färg betyder "Viktigt för mig"

Röd färg betyder "Inte viktigt för mig"

Varje grupp får sedan berätta för klassen vad som är "Mycket viktigt" för dem. För att få rörelse i övningen kan du sätta upp papper med de olika färgerna i klassrummet som eleverna får sätta sina lappar på. Övningen kan göras flera gånger och gärna som uppstart vid varje termin för att återkoppla och tänka framåt.

Vidareutveckling årskurs 5 och 6

I årskurs 5 kan grupperna få göra en staty som visar någon av de meningar de har valt. Grupperna visar upp sina statyer och klasskompisarna får gissa vilken mening de visar. I årskurs 6 kan de göra ett collage med olika bilder som visar deras "Mycket viktig för mig".

Kommentar:

Denna övning kan användas i olika sammanhang där eleverna ska arbeta i en ny gruppkonstellation, i ett grupparbete eller andra projekt.

Viktigt för gruppen

Att alla får vara med	Att ha studiero i klassrummet	Att alla är vänner	Att ha tyst när vi jobbar
Att allting är rättvist	Att alla känner sig trygga	Att alla tar ansvar	Att alla talar sanning
Att det är ordning i klassrummet	Att alla är artiga mot varandra	Att alla är hjälpsamma	Att alla blir respekterade för den de är
Att alla är snälla mot varandra	Att ge positiva kommentarer		

2. Övning: Viktigt för mig

Syfte:

Den här övningen bygger vidare på övningen "Viktigt för gruppen". Eleverna blir medvetna om vad som är viktigt för dem och får träna på att våga uttrycka detta..

Genomförande:

Denna övning går att göra på olika sätt där du som pedagog väljer begrepp och ord som passar din grupp.

1. Som gemensam start kan du börja med att eleverna får stå upp och sträcka upp händerna om de säger JA eller hålla händerna i kors över bröstet om de säger NEJ.

Påståenden:

- Jag tycker om glass.
- Fisk är min favoriträtt.
- Springa är jobbigt.
- Jag vill ha ordning på mina saker.
- Jag tycker bäst om att vara inne.

2. Gå igenom de ord/begrepp som du valt (se förslag nästa sida) så att alla har en gemensam förståelse för dem. Det finns två olika förslag, ett med bara ord och ett med ett exempel på en förklaring av ordet. Du väljer vilket du vill använda. Samtala om att det här handlar om vad de själva tycker är viktigt. Vi tycker olika och därför kan man inte svara rätt eller fel. Till exempel: Vad är rättvist, att alla får lika mycket fika eller att den som är hungrigast får lite mer?

Eleverna får tre färgpapper var och pappret med "Viktigt för mig" - ord som eleverna klipper isär eller om du delar ut ett antal kort med påståenden till varje elev. Eleverna jobbar enskilt med de olika påståendena och placerar in dem på sina färgade papper.

Grön färg betyder "Mycket viktigt för mig"

Gul färg betyder "Viktigt för mig"

Röd färg betyder "Inte viktigt för mig"

Vidareutveckling årskurs 5 och 6

Dela ut varsitt papper som är indelat i tre olika fält.

Ett fält är grönt med orden, "Mycket viktigt för mig"

Ett fält är gult med orden, "Viktigt för mig"

Ett fält är rött med orden, "Inte viktigt för mig"

Eleverna får också ett papper med Viktigt för mig-ord som de klipper isär.

När alla lagt ut sina kort kan eleverna välja ut tre ord och berätta för varandra två och två om sina val. Uppmuntra eleverna att förklara varför de valt som de har gjort och om det var något val som var extra lätt eller svårt. Ingen kommenterar andra elevers val.

Här kan eleverna klistra fast sina val och behålla pappret för att kunna plocka fram det senare under läsåret och se om det fortfarande stämmer.

Kommentar:

Denna typ av övning kan användas i olika teman och arbetsområde, till exempel demokrati, genus eller jämställdhet. Den kan även användas som diskussionsunderlag vid föräldramöten.

Viktigt för mig

RÄTTVISA Att alla får lika mycket	ORDNING Att ha ordning på mina saker	POPULARITET Att vara omtyckt av många	ANSVAR Att ta ansvar för vad jag säger och gör
FRITID Att göra det jag tycker om	ÄRLIGHET Att säga det som är sant för mig	VÄNSKAP Att ha snälla vänner	KÄNDISSKAP Att bli en känd person
HJÄLPSAMHET Att vara hjälpsam mot andra i olika situationer	FAMILJ Att ha en trygg och kärleksfull familj	KLÄDER Att ha kläder som jag själv valt	ARTIGHET Att vara trevlig mot andra människor
KUNSKAP Att vara nyfiken på att lära mig nya saker	SKOJ Att kunna leka och ha roligt	MOD Att våga prova nya saker	SJÄLVKÄNSLA Att tycka om mig själv som jag är

RÄTTVISA	ORDNING	POPULARITET	ANSVAR
FRITID	ÄRLIGHET	VÄNSKAP	KÄNDISSKAP
HJÄLPSAMHET	FAMILJ	KLÄDER	ARTIGHET
KUNSKAP	SKOJ	MOD	SJÄLVKÄNSLA

3. Övning: Klassens "spelregler"/förhållningssätt

Syfte:

Det är viktigt för klassen att komma fram till ett gemensamt förhållningssätt, som betyder samma sak för klassen, och "spelregler" som alla följer för att alla ska trivas och få en bra studiemiljö. Det underlättar allt arbete när eleverna gemensamt har bestämt vad som gäller.

Genomförande:

1. Börja med att ge eleverna en konkret situation där regler är självklara. Det kan gälla trafiken eller en fotbollsmatch. Eleverna får diskutera följande frågor i mindre grupper:

- Hur skulle en fotbollsmatch (eller annan situation) kunna se ut om det inte fanns några gemensamma regler?
- Vilka konsekvenser/risker skulle kunna uppstå?
- Vilken funktion har gemensamma spelregler? Varför är de viktiga?

Vad vi tycker eller tänker kring regler beror på vilka värderingar vi har med oss kring detta.

Övningen kan fortsätta i samband med olika ämnen där eleverna får reflektera kring dessa frågor:

- Vad är en regel?
- Varför har vi regler?
- När behövs regler?
- Gäller olika regler i olika situationer?
- Vilka regler behöver vi här inne i klassrummet?
- Vad är det för skillnad på en lagstiftad regel och en "oskriven regel"?

2. Visa eleverna ett filmklipp om överlevnad eller scoutliv så att alla får en gemensam grundförståelse inför följande uppgift där eleverna får fundera på hur de vill ha det i klassrummet. Övningen "Viktigt för gruppen" kan vara en utgångspunkt.

Introducera övningen med ordet respekt och läs upp denna definition för eleverna: "En definition av respekt handlar om hur vi bemöter och behandlar andra människor, men också om vår inställning till oss själva. Det handlar om människors lika värde och att alla människor är värda respekt. Respekt innebär att tro att alla människors erfarenheter och egenskaper gör vårt samhälle rikare."

Elevinstruktion:

Tänk er att ni är på klassresa och ska leva scoutliv under en vecka. Ni bor i tält, behöver bygga matbord, eldstad med mera. Vad är era tips och tankar för att detta ska gå så smidigt som möjligt? Hur ska ni göra? Vilka för- och nackdelar kan ni se med att man skapar gemensamma regler när man ska samarbeta kring något?

Eleverna får prata två och två om respekt:

- Vad innebär det att visa respekt?
- Hur kan man se/höra att du visar respekt för någon? Vad säger/gör du då?

Eleverna får även diskutera följande fråga som introduktion till nästa, enskilda reflektion:

- Vad är viktigt för oss för att alla ska trivas och lyckas så bra som möjligt i skolan?

Enskild reflektion som eleverna skriver ner på post-it lappar.

- Eleverna får se olika påståenden (förslag från övningen Viktigt för gruppen) eller komma på själva vad de tycker är viktigt.
- De jobbar enskilt och funderar på vad de behöver för att trivas, kunna arbeta bra och hålla fokus i klassrummet.
- De skriver ner tre punkter som de själva tycker är viktiga/som de behöver.
- De skriver ner en sak som de tror att deras klasskompisar behöver för att få studiero.

Du samlar in alla förslag och sammanställer till nästa lektion tre gemensamma punkter som de flesta elever tycker är viktiga och som blir klassens spelregler. Här är det viktigt att prata gemensamt om vad orden betyder så att de betyder samma sak för hela klassen. Detta papper sätts upp med en rubrik "Klassens spelregler/förhållningssätt". Uppdatera och fyll på varje termin.

Kommentar:

Under läsåret kan ni fylla på och uppdatera förhållningssätt/klassens spelregler så att alla är överens om vad som gäller och hur ni vill ha det.

Här kan ni också koppla till barnkonventionen som nu är lagstiftad. Barnkonventionen ska säkerställa att barnens röster blir hörda och att barnen blir respekterade i samhället. Eleverna kan få komma med förslag på hur man kan arbeta med detta i skolan, vilka konkreta "spelregler" skulle användas i skolan så att barnen rättigheter omsätts i verkligheten. (Exempelvis funktionen elevråd, klassråd, matråd med mera.)

4. Övning: Är det sant, snällt, nödvändigt?

Syfte:

Eleverna får träna sitt ansvarstagande i kommunikationen med andra människor. Frågorna påminner eleverna om att reflektera innan de säger något om någon annan. Att tänka på dessa frågor är lika viktigt både i skolan, på fritiden och när vi skriver om varandra i sociala medier.

Genomförande:

1. På motivationslyftet.se finns en affisch som heter: "Är det sant, snällt, nödvändigt?"

Skriv ut den och sätt upp den i klassrummet.

2. Vad menas med dessa frågor, vilket är budskapet?

Berätta för eleverna: För att vi alla ska trivas och kunna arbeta bra i skolan är det viktigt att tänka på hur vi kommunicerar med varandra.

Frågor:

- Är det sant?
- Är det snällt?
- Är det nödvändigt/måste jag säga detta?

Ett tips till eleverna är att de ställer dessa tre frågor till sig själva innan de säger något eller kommenterar en annan människa.

3. Eleverna får som uppgift att tänka på dessa meningar under veckan som kommer.

Vidareutveckling årskurs 5 och 6

I årskurs 5 och 6 kan ni fortsätta att arbeta med dessa frågor:

- Varför är det viktigt att vi tänker på detta när vi talar med och om varandra?
- Vilken av frågorna är lättast/svårast att använda?
- Hur uttrycker vi oss på sociala medier? Hur kan vi skapa ett bra samtals-/kommentarsklimat där?

Kommentar:

Denna övning kan användas i alla skolsituationer där det uppstår en konflikt. Att ständigt påminnas om:

Är det sant? Är det snällt? Är det nödvändigt att säga detta?

Planschen kan med fördel sättas upp i skolans gemensamma utrymmen till exempel i trapphus, i matsalen eller liknande.