

Gjennomføring i klassen

Mål for samlingen

Målene for LINK

- Å bidra til styrket selvbilde
- Å bidra til opplevelse av tilhørighet
- Å bidra til mestring

Kompetansemål for samlingen

- Kunnskap:** at elevene skal vite at sint er en følelse.
- Ferdighet:** at elevene kan se når andre barn uttrykker sinne.
- Verdi:** at elevene anerkjenner følelsen sinn, og at de forstår hvorfor regulering er viktig



DEL 1.

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. Samles i en sirkel eller i lyttekrok.

Sangforslag:

- «En venn»
- «Du har noe ingen andre har»
- «Tante Sofies sinte vise»

Vi snakker om tema

Bruk 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 elevene skal få satt ord på egne tanker, følelser og meninger.

Det er ikke et poeng å komme gjennom alle bildene, men å få i gang en god samtale som engasjerer elevene.

Vi mimer

Elevene sitter i lyttekrok, rundt et bordet eller i hestesko. Elevene viser med ansiktet og kroppen

hvordan følelsen sinne oppleves.

Eks: Læreren sier: «Kan jeg se hvordan du ser ut når du er sint?»

SINNASOLA:

Oppsummere økta ved å lage et tankekart sammen med elevene. Skriv SINT i en sirkel midt på arket. Tegn solstråler etter hvert som elevene kommer med sine tanker om hva som gjør de sint. (Tankekartet tas fram i begynnelsen av neste økt).

Syng en av sangene fra innledningen

- «En venn»
- «Du har noe ingen andre har»
- «Tante Sofies sinte vise»

Avslutning av del 1

Dele ut seigmann/non-stop og slukke stearinlyset.

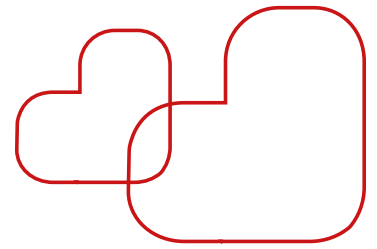
DEL 2

Innledningsritualet

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. Samles i en sirkel eller i lyttekrok.

Sangforslag:

- «En venn»
- «Du har noe ingen andre har»
- «Tante Sofies sinte vise»



Vi jobber med temaet

Velg de oppgavene som passer best for din gruppe og for deg som gruppeleder. Velg 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. Hvis man ønsker flere aktiviteter, se heftet «ØVELSER OG LEKER».

Tankekartet

Ta fram tankekartet fra økt 1 og samtale om hva dere pratet om forrige gang.

Still gjerne spørsmål som:

- Har du vært sint siden sist?
- Hvordan følte du det inni deg da?
- Hvordan reagerte du med kroppen din?

Hva gjorde du? Kunne du ha reagert på en annen måte?

Vi mimer

Repeter aktiviteten fra forrige økt:

Elevene sitter i lyttekrok, rundt et felles bordet eller i hestesko og viser hvordan følelsen sinne oppleves. Læreren sier: «Kan jeg se hvordan du ser ut når du er sint?»

Rollespill

To voksne/ evt. barn har rollespill. Den ene gjør f. eks. den andre sint ved for eksempel å slå. Den andre reagerer med å slå tilbake. Samtal om hva som kunne ha blitt gjort annerledes (eks: gå vekk fra situasjonen, trampe i bakken, si stopp osv).

Tante Sofie

Se linken til «Tante Sofies sinte vise»

<https://www.youtube.com/watch?v=V4K4CwtJI1w>

Samtal rundt Tante Sofie etterpå.

- Hvem er Tante Sofie?
- Hvordan opplever du Tante Sofie? (Glad, sur, trist, sint?)
- Hvem er hun sint på?
- Hvorfor tror du hun er sint?
- Hvordan tror du det er for henne å være sint hele tiden?
- Hvordan tror dere de andre i Kardemomme by opplever Tante Sofie når hun er sint hele tiden?
- Tror dere hun hadde hatt det bedre dersom hun ikke hadde vært sint hele tiden? Hvorfor?
- Hvordan viser hun at hun er sint? (Stemmebruk, kroppsspråk osv)

Vennskapsbånd

Klassen lager et vennskapsbånd ved at de fletter, tvinner eller fingerhekler med hver sin garnstump. Eventuelt kan man klippe stoffremser som man knytter sammen. Alle delene settes sammen til en sirkel. Dette vennskapsbåndet kan brukes ved hver avslutning av LINK for de yngste.

Avslutning av del 2

Avslutt alltid samlingene på samme måte. Ritualet skal være hyggelige og bidra til at elevene føler seg verdsatt. Elevene står i en ring og holder i vennskapsbåndet (se aktivitetsforslag over) for å avslutte økta. Syng gjerne en sang (sangforslag - se innledning av økta), eller lytt til rolig musikk.

Slukk stearinlyset, og elevene får en seigmann/non-stop ved avslutning av økta, på vei ut av klasserommet.
