

# Ensomhet

## Dag 1

TID

90 min  
inkl. pauser



Kunsten å lære



### TRIGGER: SPOR ETTER «DET ENSOMME TROLLET»

<b>Dette skal skje:</b>	Når elevene kommer inn i klasserommet ser de troll-fotspor på gulvet, blader/kvister på gulvet, en tegning fra trollet (en tegning av ensomhet) og de får høre lydklipp av det ensomme trollet som gråter og spør ut i luften: Hva kan jeg gjøre for å ikke være ensom mere? Veileder snakker med elevene om hvem som har vært her, ser på sporene og kommenterer både spor, tegning og lydklipp. Hvem kan ha vært her? Hvorfor gråter skikkelsen? Hva betyr det å være ensom? Kan vi hjelpe skikkelsen?
<b>Du trenger:</b>	Høytaler og mobil til trigger, kvister, blader, tegning og fotspor fra trollet.
<b>Forbered i forkant:</b>	Lage klar spor etter trollet med kvister/sand/grus o.l, lage tegning fra trollet og eventuelt lydklipp av trollet.
<b>Forbered i rommet:</b>	Legge ut kvister, blader, tegning og fotspor, plassere høytaler med lydklipp klart.
<b>Slik ser rommet ut:</b>	Åpent rom

### VEILEDNING:

1. Når elevene kommer inn i klasserommet ser de troll-fotspor på gulvet, blader/kvister på gulvet, en tegning fra trollet (en tegning av ensomhet) og de får høre lydklipp av det ensomme trollet som gråter og spør ut i luften: Hva kan jeg gjøre for å ikke være ensom mere?
2. Gi elevene tid til å studere spor, tegning og høre på lydklipp.
3. Veileder snakker med elevene om hvem som kan ha vært her, ser på sporene og kommenterer både spor, tegning og lydklipp.
4. Reflektere rundt spørsmål som: Hvem kan ha vært her? Kjenner vi noen som bor i skogen? Hvorfor gråter skikkelsen? Hva betyr det å være ensom? Kan vi hjelpe skikkelsen? Hvis samtalen dreier seg inn på et troll: hva er et troll? Hva vet vi om troll? Hvordan ser de ut? Likheter/forskjeller fra oss mennesker?

### OPPVARMING: 1, 2, 3- BLI TIL...

<b>Dette skal skje:</b>	Elevene står på linje i rommet. Veileder teller til 3 og sier hva elevene skal mime/bli til. F. eks. «1, 2, 3- glad» eller «1, 2, 3- bli til et troll» o. l.
<b>Du trenger:</b>	Høytaler og mobil til trigger, kvister, blader, tegning og fotspor fra trollet.
<b>Forbered i forkant:</b>	Eventuelt forberede alternativer til kommandoer. Skaffe kvister, blader og jord til fotspor, tegne tegningen fra trollet, ha spilt inn lydklipp fra trollet.
<b>Forbered i rommet:</b>	
<b>Slik ser rommet ut:</b>	Åpent rom

### VEILEDNING:

1. Be alle elevene stille seg på en linje med ansiktet mot veileder. Forklar elevene at du kommer til å telle til tre og så si et ord de skal mime. Be de mime det første de kommer på og uten å kikke på de andre i gruppa. Kan eventuelt gjøres med to linjer hvis gruppa er stor. Da kan de to linjene bytte på å mime, eller stå slik at linjene står bak hverandre. Det er fordelaktig om elevene ikke ser hva de andre gjør, men heller improviserer «uhemmet» i starten.
2. Prøv med et eksempel, slik at alle forstår. Eksempel: «1, 2, 3- hund». Elevene er raske med å mime hvordan de tenker en hund kan se ut. Oppfordre elevene til å være raske til å bestemme seg for en bevegelse, uten å kikke på de andre klassekameratene. Fortell elevene at øvelsen gjøres i stillhet, altså uten å lage hundelydene i dette tilfellet.
3. Veileder gir flere kommandoer til elevene. Se an øvelsen og gi kommandoer så lenge det er fruktbart. F. eks.:
  - 1, 2, 3- katt
  - 1, 2, 3- trist
  - 1, 2, 3- dinosaur
  - 1, 2, 3- blomst
  - 1, 2, 3- glad
  - 1, 2, 3- ballong

### NOTATER

# Ensomhet

## Dag 1

TID

90 min  
inkl. pauser



Kunsten å lære



### REFLEKSJON: DAGENS FØLELSE OG ORD FRA DAGEN

Dette skal skje:	Elevene reflekterer over økta ved å presentere sin følelse for dagen og si hvorfor de har den. Kan være en følelse fra økta eller fra hele dagen. F. eks. Jeg er glad fordi jeg har gjort noe morsomt i dag, jeg er sint fordi oppgaven var vanskelig eller jeg kjeder meg fordi vi har snakket så mye. Deretter si et ord fra økta, noe de husker godt, noe de likte o. l. F. eks. mime, ensom osv.
Du trenger:	
Forbered i forkant:	
Forbered i rommet:	
Slik ser rommet ut:	Åpent rom

- VEILEDNING:**
1. Alle elevene står eller sitter i sirkel.
  2. Be elevene tenke på dagens økt. Be dem tenke på en følelse de har hatt denne dagen eller denne økta og hvorfor de har hatt denne følelsen. F. eks. Jeg er glad fordi jeg har gjort noe morsomt i dag, jeg er sint fordi oppgaven var vanskelig eller jeg kjeder meg fordi vi har snakket så mye.
  3. Be deretter elevene tenke på et ord de vil ta med fra økta, noe de husker ekstra godt eller noe de likte osv. F. eks. mime, ensom osv.
  4. Etter alle har delt, avsluttes økta med å takke for fine refleksjoner.

### HOVEDAKTIVITET: LYDKLIPPET OG TEGNINGEN FRA DET ENSOMME TROLLET, FELLES MODELLERINGSSIRKEL OG TEGNEOPPGAVE

Dette skal skje:	Fortsette samtalen om lydklippet og tegningen fra det ensomme trollet og lytte til sangen «Et ensomt troll». Deretter tegne og lage rollekort til sine versjoner av det ensomme trollet.
Du trenger:	Ark/ferdiglagde rollekort med plass til å tegne på, blyanter eller tegnestifter til å tegne med, høyttaler".
Forbered i forkant:	Lag lydklipp og tegning på forhånd, og lytt til lydklippene på spotify.
Forbered i rommet:	
Slik ser rommet ut:	Åpent rom

- VEILEDNING:**
1. Fortsett samtalen rundt lydklippet og tegningen fra det ensomme trollet og hør følgende lydklipp fra spotify:  
<https://open.spotify.com/track/6HIArCWTipJ6nOzY4nJnK?si=3VvuVwRYTeKjUXpzmI2X0w> (fra 2:53)  
og  
<https://open.spotify.com/track/2Q2v8dH0YXjbpCpAOPFLU1?si=R5WxybC4SSeKOZRAYqjkPA> (til 1:56).  
Forslag til refleksjon:  
Hva betyr det å være ensom? Er det forskjell på å være ensom og alene? Når er man ensom og når er man alene? Kan ensomhet måles? Hvordan, i så fall? Hvor føler man ensomhet, altså hvor sitter ensomheten i kroppen vår? Tror dere trollet har valgt selv å være ensom?



2. Modelleringssirkel: Alle modellerer trollet felles i sirkel ved å finne ut hvordan man kan lage/gjøre seg om til et troll gjennom kropp/miming. Hvordan ser trollet ut? Han han stor mage eller stor rumpe? Er det jente eller gutt? Snakker han med mørk eller lys stemme? + lignende spørsmål. Forsøke å være trollet ved å forandre kropp, stemme og ansikt ved å f. eks. Stå bøyd, endre forestilling, snakke mørkere/lysere, late som at man har hale festet til rumpa, strekke på nesa og forsøke å gjøre den større, prøve å bruke forskjellige ansiktsuttrykk o. l. Spør elevene om forlag til hvordan man kan gjøre seg om til et troll ved bruk av kropp, hva må vi forstørre/ forminske ved vår egen kropp?
3. Tegne det ensomme trollet. Elevene får i oppgave å tegne det ensomme trollet og lage «rollekort til det». Hvordan ser det ut? Hvilke egenskaper har trollet? Hva er navnet? Hva liker det å spise? Hvilke interesser har det? Sangen «Et ensomt troll» kan eventuelt ligge som bakgrunn for å gi elevene impulser.
4. Rollekort med tegninger henges opp, som til en utstilling. Vi kikker på disse neste dag.

NOTATER