

# Vennskap

# Oversikt



Kunsten å lære

TEMA

3



## OVERSIKT OVER TEMA 3

**MÅL:** Utforske vennskap og utfordringer vennskap kan innebære, både gjennom møte med litterære karakterer, tekst i musikk og egne erfaringer. Eksemplifisere, dele og sette ord på ulike følelser knyttet til vennskap, og øve på å løse konflikter som kan oppstå i vennskap. Synliggjøre viktigheten av tillit og trygghet i gruppa, og øve på dette i praksis. Øve på å lytte til stadig mer utfordrende instruksjoner samtidig som man er i bevegelse i oppvarming, og øve på fokus og lytting i refleksjon.

**SAMMENDRAG:** Klassen blir kjent med vennskapstemaet gjennom boka om "Lena og Anne-Marthe" av Ida Jackson, og jobber bredt med tematikken ut fra denne boka, i tillegg til egne erfaringer og sangen «Vem kan segla», som utgangspunkt. Klassen skal også jobbe med å styrke relasjonene innad i klassen.

### GENERELL VEILEDNING TIL TEMA 3:

Målet er å gi elevene verktøy til å håndtere egne vennskskapsrelasjoner. Der det evt. brukes av elevers egne erfaringer, f.eks i forumteater dag 3-4, er det viktig å sikre at det oppleves trygt for alle involverte før det tas opp. Husk også at den avsluttende filmen (dag 6) skal være en arbeidsfilm, ikke et fiks ferdig produkt, så ikke fall for fristelsen til å styre prosessen etter resultat.

TEMA 3	DAG 1	DAG 2	LÆRERSTYRT DAG 3-4	DAG 5	DAG 6
<b>Sammendrag av innhold</b>	Oppvarming: Gå i tallgrupper med samtale om vennskap. Lese utdrag av boka «Lena og Ane Marthe» og bli kjent med vennskskapsutfordringer, som elevene lager lysbilder ut fra. Tankeleser-refleksjon sittende: «Hva vil du huske?».	Oppvarming: Gå i tallgrupper med samtale/stillbilder om å reparere vennskap. Repetisjon av tekstutdrag fra «Lena og Ane Marthe». Gjennom karakterarbeid og forumteater øver elevene på å løse konflikten i boka. Tankeleser-refleksjon stående: «Hva var den beste løsningen?».	Oppvarming: Gå i tallgrupper med samtale/lage stillbilder om følelser knyttet til vennskap (dag 3) og objekter (dag 4). Refleksjon: Tankelesere liggende. Ellers: Se forslag til opplegg.	Oppvarming: Gå i tallgrupper med samtale/lage stillbilder om tillit og trygghet. Elevene skal lære om tillit og trygghet i praksis gjennom Speiling-, fall- og bombeøvelse i grupper og fellesskap. Tankeleser-refleksjon gående: «Når var jeg en god/dårlig venn i økta?».	Oppvarming med formasjoner, strekk og Zombie-navneøvelse. Oppvarming: Gå i tallgrupper med samtale/lage stillbilder ut fra teksten i «Vem kan segla». Lære «Vem kan segla» og samtale om teksten. Sette sammen innhold fra hele tema 3 til felles avslutnings«verk» som filmes. Tankeleser-refleksjon i valgfritt format: «Hva vil du huske fra tema 3?».
<b>Rom</b>	Lytteoppsett, åpent rom, visningsoppsett	Lytteoppsett, åpent rom, visningsoppsett	Åpent rom	Åpent rom	Åpent rom ( gjerne større rom)
<b>Materiell</b>	Boka Lena og Anne-Marthe av Ida Jackson	Boka Lena og Anne-Marthe av Ida Jackson		Bunke med A4-ark, ett bind for øynene til hver gruppe i del 3: Bombe	Noe å spill av musikk på og med. Noe å filme med og overgang for å vise filmen på skjerm/lerret.
<b>Forberedelser i forkant</b>	Forberede rom.	Forberede rom.	Forberede hovedaktivitet og refleksjonsspørsmål.	Gå gjennom øvelse 2: Falle/Ta imot. Sikre at den er godt planlagt og trygg. Juster rammer ved behov.	Test teknisk utstyr.

## NOTATER

# Vennskap

## TEMA 3: OVERORDNET FAGLIG FORANKRING OG KOMPETANSEMÅL



Kunsten å lære

TEMA

3



### A) TVERRFAGLIG TEMA:

#### FOLKEHELSE OG LIVSMESTRING

Forstå individet som ein del av ulike fellesskap. Innsikt i korleis relasjonar og tilhøyrse blir påverka av samhandling med andre.

Utvikle evne til å uttrykke seg gjennom spill, sang, andre vokale uttrykk og dans. Kunstneriske uttrykk gir mulighet til å forstå både eget og andres følelsesliv bedre, og dette legger grunnlag for god psykisk helse.

Utvikle elevenes muntlige og skriftlige retoriske ferdigheter, slik at de kan gi uttrykk for egne tanker og meninger og delta i samfunnsliv og demokratiske prosesser. Gjennom kritisk arbeid med tekster og yringer øver elevene opp evnen til kritisk tenkning og lærer seg å håndtere meningsbrytninger gjennom refleksjon, dialog og diskusjon. Utvikle elevenes evne til å uttrykke seg skriftlig og muntlig. Dette gir elevene grunnlag for å kunne gi uttrykk for egne følelser, tanker og erfaringer, noe som er viktig for å håndtere relasjoner og delta i et sosialt fellesskap.

Lesing av skjønnlitteratur kan både bekrefte og utfordre elevenes selvbylde og dermed bidra til deres identitetsutvikling og livsmestring.

#### DEMOKRATI OG MEDBORGERSKAP

Utvikle kunnskap og ferdigheter for å kunne skape og delta i demokratiske prosessar.

Utvikle kunnskap om og innsikt i demokratiske prinsipp.

Tenkje kritisk, ta ulike perspektiv, handtere meningsbryting og vise aktivt medborgarskap.

Gi forståelse av hvordan elevene kan ta i bruk kunstneriske ytringsformer og estetiske uttrykk i demokratiske prosesser.

Fremje evne til samspel i aktivitetar og refleksjon over kva eiga deltaking og eigen innsats inneber for samspel og læring. Få kunnskap om og forståing av demokratiske verdiar og spelereglar gjennom medverknad og medansvar i deltaking og samarbeid. Gje rom for å øve opp kritisk tenkning og lære å handtere meningsbrytingar og respektere usemje.

Få øvelse i å innta ulike perspektiver, og være åpen for andres synspunkter.

Utvikle elevenes muntlige og skriftlige retoriske ferdigheter, slik at de kan gi uttrykk for egne tanker og meninger og delta i samfunnsliv og demokratiske prosesser. Gjennom kritisk arbeid med tekster og yringer øver elevene opp evnen til kritisk tenkning og lærer seg å håndtere meningsbrytninger gjennom refleksjon, dialog og diskusjon. Lesing av skjønnlitteratur gir elevene innblikk i andre menneskers livssituasjon og utfordringer. Dette kan bidra til at de utvikler forståelse, toleranse og respekt for andre menneskers synspunkter og perspektiver, og det kan legge grunnlaget for konstruktiv samhandling.

#### BÆREKRAFTIG UTVIKLING

Lese og forstå og håndtere meningsmotsetninger, interessenkonflikter. Bidra til å bevisstgjøre elevene og ruste dem til å handle og påvirke samfunnet gjennom språket.

### B) KOMPETANSEMÅL

#### KRLE, E. 4. TRINN:

- Beskrive og samtale om ulike måter å leve sammen på i familie og samfunn
- Identifisere og reflektere over etiske spørsmål
- Utforske og samtale om etiske sider ved menneskers levesett
- sette seg inn i og formidle egne og andres tanker, følelser og erfaringer
- Samtale om hva menneskeverd, respekt og toleranse betyr, og hva det innebærer for hvordan vi lever sammen.

#### NATURFAG, E. 2 TRINN:

- Undre seg, utforske og lage spørsmål, og knytte dette til egne og andres erfaringer
- Utforske sansene gjennom lek ute og inne og samtale om hvordan sansene brukes til å samle informasjon

#### SAMFUNNSFAG E. 2. OG 4. TRINN:

- Reflektere over kvifor menneske har ulike meningar og tek ulike val
- Samtale om vennskap, tilhøyrse og kva som påverkar relasjonar.
- Utvikle og presentere samfunnsfaglige spørsmål
- Samtale om kjensler og korleis eigne og andre sine grenser kan uttrykkest og respekterast
- Samtale om kvifor det oppstår konfliktar i skule- og nærmiljøet, lytte til andre si mening og samarbeide om å finne konstruktive løysingar (4. trinn)
- Samtale om identitet og fellesskap og reflektere over korleis det kan opplevast å ikkje vera del av fellesskapet (4. trinn)

#### MATEMATIKK E. 2. TRINN:

- Lage og følgje reglar og trinnvise instruksjonar i leik og spel
- Ordne tal og mengder ut frå eigenskapar, samanlikne dei og reflektere over om dei kan ordnast på fleire måtar.

#### KROPPSØVING E. 2 TRINN:

- Utforske eigen kroppslig bevegelse i leik og andre aktivitetar, åleine og saman med andre.
- Utforske og gjennomføre grunnleggjande bevegelsar som å krype, gå, springe og vende i ulike miljø ut frå eigne føresetnader

- Leike og vera med saman med andre i aktivitet i varierte bevegelsesmiljø
- Forstå og praktisere enkle reglar for samspel i ulike bevegelsesaktivitetar

#### NORSK E. 2. OG 4. TRINN:

- Lytte til, samtale om skjønnlitteratur på bokmål og nynorsk
- Lese og lytte til fortellinger, bøker (fra biblioteket), og samtale om kva teksten betyr for eleven (2./4. trinn)
- Utforske, formidle og uttrykke tekst gjennom samtale, leik, song, teikning, skrivning, bevegelse eller andre kreative uttrykk (2./4. trinn)
- Beskrive og fortelle muntlig
- Lytte, ta ordet etter tur, begrunne meningar, gje respons til andre i samtaler
- Utforske og samtale om oppbyggingen av og betydningen til ord og uttrykk
- Kombinere ulike uttrykksformer i sammensatte tekster (e. 4. trinn)
- Beskrive, fortelje og argumentere muntlig og bruke språket på kreative måter (e. 4. trinn)
- Følgje opp innspill fra andre i faglige samtaler, og stille oppklarende og utdypende spørsmål (e. 4. trinn)
- Holde muntlige presentasjoner (e. 4. trinn)

#### DRAMA OG RYTMISK, E. 2. OG 4. TRINN:

- Utforske ulike teateruttrykk gjennom lek og dramatisering
- Beskrive opplevelser gjennom språk og bevegelse
- Utforske og leke med kroppsspråk og mimikk
- Gjennomføre og presentere samspill og (visualisert) sang
- Leke med og presentere rytmeuttrykk i ulike tempo
- Dramatisere enkle handlingsforløp saman med andre (4. trinn)
- Improvisere ulike former for bevegelse til ulike rytmer og aktivitetar (4. trinn)
- Utforske og beskrive noen dramatiske grunnelementer (4. trinn)

# Vennskap

## Dag 1

TID

90 min  
inkl. pauser



Kunsten å lære

TEMA

# 3



### OPPVARMING: GÅ I TALLGRUPPER

Dette skal skje:	Gruppa skal bli vant til å lytte til instruksjoner mens de beveger seg. I tallgrupper samtaler elevene om vennskap.
Du trenger:	
Forbered i forkant:	
Forbered i rommet:	
Slik ser rommet ut:	Åpent rom

#### VEILEDNING:

- Klassen går i rommet. Bruk hele rommet. Hver og en går alene uten å komme borti noen andre. Juster tempo, blikkretning, avslappa skuldre, hender ut av lommer osv. med vennlige instruksjoner. Fokus på å fylle rommet, ikke komme borti hverandre, ikke gå i sirkel.
- Deretter: Si et tall, og elevene danner en gruppe med det antallet deltakere, så fort som mulig (skal ikke rekke å velge gruppesammensetning). Ta en test. Tell ned fra 5 ved behov. Løs opp og gjenta til alle har forstått.
- Når det ropes et tall, går elevene i grupper.  
Elevene skal diskutere i gruppa:  
a) **Hva betyr det å være en god venn?** Snakk sammen i gruppa. Alle skal få si noe. Finn ut om dere er enige eller uenige.  
Ny gruppe gjennom talløvelsen, i den nye gruppa skal de diskutere:  
b) **Hva betyr det å være en dårlig venn?** Snakk sammen i gruppa. Alle skal få si noe. Finn ut om dere er enige eller uenige.
- Felles refleksjon: Hva kom dere fram til i gruppene?

### REFLEKSJON: TANKELESERE

Dette skal skje:	Gjennom å lese hverandres tanker, sittende to og to, reflekterer elevene over hva de vil huske best fra dagens økt.
Du trenger:	
Forbered i forkant:	
Forbered i rommet:	
Slik ser rommet ut:	Åpent rom

#### VEILEDNING:

- Elevene fortsetter i samme par som i hovedaktiviteten.
- Parene kan finne et sted i rommet der det er god plass og de har lyst til å sitte. Ikke bruk for lang tid på dette, hjelp heller med å finne ledige plasser om noen synes det er vanskelig.
- Be elevene sette seg ansikt mot ansikt i en stilling de synes er god. Be dem så om å strekke ut hendene mot hverandre og om å gripe hverandres hender eller armer.
- Spør om det går bra med alle. Hvis alt er i orden, be dem lukke øynene.
- Fortell at du nå skal begynne å lære dem å overføre tanker til hverandre. Det er ikke lett og det kan ta lang tid å få det til. Det kan hjelpe å lene hodene inntil hverandre.
- Vi begynner. Den ene i paret starter med å tenke over hva du kommer til å huske best fra økta i dag. Fortell at det er viktig at man bare tenker på det, og at man tenker så hardt man kan. Prøv å presse tanken ut av hodet og inn i hodet på den andre. Når eleven er klar/har tenkt ferdig, klemmer den som har tenkt forsiktig hånda eller armen til partneren sin. Så er det den andre partneren sin tur.
- Be dem om å snakke sammen og gjette hva den andre tenkte. Var det riktig eller feil? Uansett var det veldig bra og de nærmer seg å kunne lese hverandres tanker. Var det feil, må man bare fortsette å øve. Det kan jo hende at noen andre var så gode på å overføre at det du gjetta var noen andre i klassen sine tanker?

### NOTATER

# Vennskap

## Dag 1

TID

90 min  
inkl. pauser



Kunsten å lære

TEMA

# 3



### HOVEDAKTIVITET: FRA VENN TIL UVENN SOM LYSBILDESERIE

<b>Dette skal skje:</b>	En historie om vennskap leses høyt for klassen. Deretter skal elevene to og to lage tre frysbilder om vennskap, som de øver inn og viser for klassen.
<b>Du trenger:</b>	Boka "Lena og Anne-Marthe" av Ida Jackson
<b>Forbered i forkant:</b>	
<b>Forbered i rommet:</b>	
<b>Slik ser rommet ut:</b>	Lytteoppsett, åpent rom, visningsoppsett

#### VEILEDNING:

1. Les høyt fra boka «Lena og Ane Marthe», en historie om to venner som blir uvenner, fra start til side 24. Be elevene se for seg det som skjer.
2. Del i grupper på to og to.
3. I parene: Lage en statue/et frysbilde av to mennesker som er gode venner. Mulige oppfølgingsspørsmål: Hva skal vennene gjøre? Hvordan har de det inni seg? Kan dere vise følelsen de har inni seg på noen måte? Når dere har bestemt dere, stå i frys. Vis frys-bildet til en voksen. Husk bildet.
4. Deretter, i parene: Lage en ny statue/frysbilde der de samme vennene er uvenner. Oppfølgingsspørsmål: Hvordan ser man at noen er uvenner? Hva gjør de? Hvordan står de? Hvordan har de det inni seg da? Kan dere vise følelsen de har inni seg på noen måte? Vis bildet til en voksen. Husk bildet.
5. Deretter, i parene: Hva skjedde mellom venns- og uvennersbildet? Hvorfor ble de uvenner? Lag et bilde som viser hvordan de ble uvenner. Vis bildet til en voksen. Husk bildet.
6. Be hvert par øve på å skifte fra bilde til bilde: Først venns- og uvennersbildet, deretter hvordan de ble uvenner, og til slutt uvenners- og venns-bildet. De øver først hver for seg, deretter samtidig, alle hver på sitt sted med skifte av bilde når veileder klapper et tydelig klapp i hendene. Gi evt. litt tid til å bli ferdige i parene. Når alle er klare, gå over til visning.
7. Oppsett til visning; «Lysbildeshow». Alle sitter samla i visningsoppsett. Referer til samtale i tema 1 om hvordan være gode publikummere for hverandre: Hva skal til for å være gode publikummere for hverandre? Regler for visningen: Veileder er den eneste som kan kommentere det som gjøres, ingen andre.
8. Øve med publikum: Når vi hører et klapp (fra veilederen) skal alle lukke øynene. Når dere hører et klapp igjen skal dere åpne øynene. Prøv. Når alle har forstått kan visningen begynne.
9. Ett og ett par går fram. Klapp (alle lukker øynene). De gjør seg klare til 1. bilde: Vennskap. Klapp. Alle ser i ca 3 sek. Klapp (alle lukker øynene). De gjør seg klar til bilde 2: De blir uvenner. Klapp - alle ser i ca 3 sek. Klapp (alle lukker øynene). De gjør seg klar til bilde 3: Uvenner. Klapp - alle ser i ca 3 sekunder.
10. Gå rett over til neste par. Gjenta til alle har vist.
11. Alle setter seg i en sirkel på gulvet. Veileder gir en kort, hyggelig og anerkjennende kommentar til noe parene har fått bra til. Refleksjonsspørsmål: Hvordan var det å vise for de andre? Hvordan så vi at de ulike parene var venner? Uvenner? Hvordan ble de ulike uvenner? Avslutte med positivt spørsmål som peker fram mot neste økt: Hvis man har blitt uvenner – hvordan kan man bli venner igjen? Neste økt skal vi finne løsninger på det sammen.

#### NOTATER

# Vennskap

## Dag 2

TID

90 min  
inkl. pauser



Kunsten å lære

TEMA

3



### OPPVARMING: GÅ I TALLGRUPPER

Dette skal skje:	Grappa skal bli vant til å lytte til instruksjoner mens de beveger seg. I tallgrupper samtaler og lager elevene frysbilder om å reparere vennskap.
Du trenger:	
Forbered i forkant:	
Forbered i rommet:	
Slik ser rommet ut:	Åpent rom

#### VEILEDNING:

1. Klassen går i rommet. Bruk hele rommet. Hver og en går alene uten å komme borti noen andre. Juster tempo, blikkretning, avslappa skuldre, hender ut av lommer osv. med vennlige instruksjoner. Fokus på å fylle rommet, ikke komme borti hverandre, ikke gå i sirkel.

2. Avansering: Øk tempoet uten å kolliderer, og introduser blikkontakt med de andre i rommet.

3. Deretter: Si et tall, og elevene danner en gruppe med det antallet deltakere, så fort som mulig (skal ikke rekke å velge gruppesammensetning). Ta en test. Tell ned fra 5 ved behov. Løs opp og gjenta til alle har forstått.

Når det ropes et tall, går elevene i grupper. I gruppene:

a) **Lag et frysilde i gruppa som viser hvordan det føles inni oss når vi har gjort noe dumt mot noen.**

Gå rett videre, eller stopp opp og la gruppene se hverandres bilder.

b) **Hvis en venn har gjort noe dumt mot deg: Hva kunne vennen gjort for at du skulle bli glad igjen?**

Snakk sammen i gruppa. Alle skal få si noe. Hvor mange ideer har dere?

c) **Lag et frysilde i gruppa som viser noe dere kan gjøre for å bli venner igjen med noen.** Gå rett videre, eller stopp opp og la gruppene se hverandres bilder.

4. Felles refleksjon: Hva kom dere fram til i gruppene?

### REFLEKSJON: TANKELESERE

Dette skal skje:	Gjennom å lese hverandres tanker, stående to og to, reflekterer elevene over hva de vil huske best fra dagens økt.
Du trenger:	
Forbered i forkant:	
Forbered i rommet:	
Slik ser rommet ut:	Åpent rom

#### VEILEDNING:

1. Elevene stiller seg på to rekker ovenfor hverandre. Den de ser på/står ovenfor er deres partner.

2. Parene kan finne et sted i rommet der det er god plass og de har lyst til å stå. Ikke bruk for lang tid på dette, hjelp heller med å finne ledige plasser om noen synes det er vanskelig.

3. Be elevene stå rygg mot rygg i en stilling de synes er god. Be dem så om å strekke ut hendene mot hverandre og om å gripe hverandres hender eller armer.

4. Spør om det går bra med alle. Hvis alt er i orden, be dem lukke øynene.

5. Fortell at du nå skal begynne å lære dem å overføre tanker til hverandre. Det er ikke lett og det kan ta lang tid å få det til. Det kan hjelpe å lene bakhodene inntil hverandre.

6. Vi begynner. Den yngste i paret starter med å tenke over hva den syntes var den beste løsningen fra forumteateret i dag. Fortell at det er viktig at man bestemmer seg for hva man skal tenke, og at man deretter kun tenker på det, og at man tenker så hardt man kan. Prøv å presse tanken ut av hodet og inn i hodet på den andre. Når eleven er klar/har tenkt ferdig, klemmer den som har tenkt forsiktig hånda eller armen til partneren sin. Så er det den andre partneren sin tur. Tillegg: Stille et ekstra spørsmål fra økta, på samme måte.

7. Be parene snakke sammen og gjette hva den andre tenkte. Var det riktig eller feil? Felles refleksjon: Hvordan kan vi bli bedre på å overføre tanker? Tips fra dem som fikk til.

### NOTATER

# Vennskap

## Dag 2

TID

90 min  
inkl. pauser



Kunsten å lære

TEMA

3



### HOVEDAKTIVITET: FORUMTEATER

Dette skal skje:	Repetisjon av tekstutdrag fra «Lena og Ane Marthe». Gjennom karakterarbeid og forumteater øver elevene på å løse konflikten i boka.
Du trenger:	Boka "Lena og Anne-Marthe" av Ida Jackson
Forbered i forkant:	
Forbered i rommet:	
Slik ser rommet ut:	Lytteoppsett, åpent rom, visningsoppsett

### VEILEDNING:

1. Lese samme tekstutdrag om Lena og Ane Marthe (fra start til side 24).
2. Bli kjent med karakterene: Alle går rundt på golvet – «tenk deg at du nå er Hege Susan. Har vært på ferie, fått en venn, liker å leke med henne. Men så kommer den gamle vennen til Anne-Marthe og prøver å ødelegge det som var fint. Hvordan føler du deg da? ». Gjør dette med alle tre karakterene, så alle er kjent med alle tre. Mål: Bli kjent med flere sider av karakterene, deres særtrekk, følelser og motivasjon.
3. Sette opp en «scene» med elevene sittende på golvet foran/på benker.
4. Snakke gjennom kjøreregler for at dette skal bli trygt for alle (etabler i samarbeid med elevene):
  - Støtte de som er framme/på scenen. Forslag til de på scenen er lov, men da for å hjelpe. Ingen forslag er dumme.
5. Spørre om tre frivillige som vil være Lena, Ane Marthe og Hege Susan i øyeblikket der Lena uler, Hege Susan ler og Anne-Marthe gråter. Ved behov kan man tilby at f.eks Anne-Marthe kan være Arne Martin for å få opp gutter. Veilede til å sette scenen med uttrykk og uling osv.
6. Bruke klapping fra dagen før til å sette i gang scenen. Stoppe etter en liten stund.
7. Spør publikum: Hvordan kan de komme ut av denne vanskelige situasjonen? Hva kan de gjøre? Hva kan Lena gjøre? Hva kan Anne-Marthe gjøre? Hva kan Hege Susan gjøre?
8. Teste ut ulike forslag: Enten gi forslaget til dem som er på scenen, så de prøver. Eller bytte plass og prøve selv.
9. Test ut flere ulike løsningsforslag med gruppa. Når dere er fornøyde avsluttes økta.

**TILLEGG:** Velg et scenario fra lysbildeshow i økt 1 som har en tydelig hendelse, og jobb med dette på samme måte.

### NOTATER

# Vennskap

## Dag 3-4

TID

90 min  
inkl. pauser



Kunsten å lære

TEMA

# 3



### OPPVARMING: GÅ I TALLGRUPPER

Dette skal skje:	Gruppa skal bli vant til å lytte til instruksjoner mens de beveger seg. I tallgrupper samtaler og lager elevene stillbilder om ulike typer følelser knyttet til vennskap.
Du trenger:	
Forbered i forkant:	
Forbered i rommet:	
Slik ser rommet ut:	Åpent rom

### VEILEDNING:

1. Klassen går i rommet. Bruk hele rommet. Hver og en går alene uten å komme borti noen andre. Juster tempo, blikkretning, avslappa skuldre, hender ut av lommer osv. med vennlige instruksjoner. Fokus på å fylle rommet, ikke komme borti hverandre, ikke gå i sirkel. Øke og senke tempo uten å kolliderer, blikkontakt med de andre i rommet.

2. Avansering: 1) Når du møter blikk – smil til den du møter. 2) Smil og si heil 3) Stopp, smil og si heil Og gå deretter videre.

3. Deretter: Si et tall, og elevene danner en gruppe med det antallet deltakere, så fort som mulig (skal ikke rekke å velge gruppesammensetning). Ta en test. Tell ned fra 5 ved behov. Løs opp og gjenta til alle har forstått.

Når det ropes et tall, går elevene i grupper. I gruppene:

Dag 3:

a) **Hvem skal få bestemme når man leker sammen?** Snakk sammen i gruppa.

b) **Når har du opplevd at du har hatt lyst til å brøle og si stygge ting til noen? (slik som når Lena sier «Gorilla Vrengetryne» til Hege Susan).** Snakk sammen i gruppa. La alle dele.

c) **Når har du opplevd å glede deg veldig til å møte noen?** Lag et frysbylde som viser hvordan det føles inni kroppen når dere gleder dere til å møte noen dere har savnet.

Dag 4:

I gruppene: Lage frysbylde av et objekt + en følelse (f.eks en kranglete bil, en glad huske, et trist hus, en ivrig telefon, en redd melkekartong). Bruk et utvalg/tilsvarende.

4. Felles refleksjon: Hva kom dere fram til i gruppene?

### REFLEKSJON: TANKELESERE

Dette skal skje:	Gjennom å lese hverandres tanker, liggende to og to, reflekterer elevene over hva de vil huske best fra dagens økt.
Du trenger:	
Forbered i forkant:	
Forbered i rommet:	
Slik ser rommet ut:	Åpent rom

### VEILEDNING:

1. Elevene stiller seg på to rekker ovenfor hverandre. Den de ser på/står ovenfor er deres partner.

2. Parene kan finne et sted i rommet der det er god plass og de har lyst til å ligge. Ikke bruk for lang tid på dette, hjelp heller med å finne ledige plasser om noen synes det er vanskelig.

3. Be elevene legge seg på ryggen ved siden av hverandre, i en stilling de synes er god. Be dem så om å holde hverandre med en hånd.

4. Spør om det går bra med alle. Hvis alt er i orden, be dem lukke øynene.

5. Fortell at de nå skal overføre tanker til hverandre. Det er ikke lett og det kan ta lang tid å få det til. Det kan hjelpe å lene hodene inn mot hverandre.

6. Vi begynner. Den i paret som sist har hatt bursdag starter med å tenke over noe fra hovedøkta i dag. Fortell at det er viktig at man bestemmer seg for hva man skal tenke, og at man deretter kun tenker på det, og at man tenker så hardt man kan. Prøv å presse tanken ut av hodet og inn i hodet på den andre. Når eleven er klar/har tenkt ferdig, klemmer den som har tenkt forsiktig hånda eller armen til partneren sin. Så er det den andre partneren sin tur. Tillegg: Stille et ekstra spørsmål fra økta, på samme måte.

7. Be parene snakke sammen og gjette hva den andre tenkte. Var det riktig eller feil? Felles refleksjon: Var det lettere eller vanskeligere å ligge ved siden av hverandre? Hvordan kan vi bli bedre på å overføre tanker? Tips fra dem som fikk til.

### NOTATER

# Vennskap

## Dag 3-4

TID

90 min  
inkl. pauser



Kunsten å lære

TEMA

# 3



### LÆRERSTYRTE DAGER. IDEER TIL HOVEDAKTIVITETER

#### A) Forumteater

- Bruk samme mal som i økt 2, men bruk først tid på å komme opp med forslag til scenarier fra elevene (eller bruke ett – to som har kommet fram tidligere i uka, eller som lærer vil ta opp). Skriv evt. ned scenarier og plukk dem fra en hatt.

NB! Hvis flere elever er involvert i hendelsen som tas utgangspunkt i, sikre at alle forstår og godkjenner at hendelsen blir brukt før den tas opp. Sikre at forslaget lages på en måte som oppleves trygt for evt. involverte, eller anonymiseres godt, og at fokuset er på å i fellesskap hjelpe hverandre å løse en vanskelig situasjon.

#### B) Hvilken følelse er jeg?

1. Tape en følelse/emoji på ryggen til hvert barn. (Be lærere hjelpe til å feste emojiene til alle).
2. **A:** Gå i rommet (som i oppvarmingen, med blikkontakt). Alle barna skal hjelpe hverandre med å finne ut hvilken følelse de er med å vise ansiktsuttrykket som tilsvarer følelsen den andre har på ryggen.  
**B:** Alle barna skal finne ut hvilken følelse de er ved å stille ja/nei spørsmål til hverandre, uten å bruke navnet på følelsene.
3. Om de vet hvilken følelse de tror de er, kan de rekke opp hånden og si følelsen. Om riktig: Gå og sette seg. Om feil: Fortsette.
4. Fortsette til alle er ferdige.

#### C) Komponér et følelsesbilde

Hver gruppe skal komponere et bilde som skildrer en følelse. Hver gruppe får prøve seg på minst to følelser. Noen på gruppa poserer for å vise følelsen, og ordet på følelsen må inkluderes i bildet på en eller annen måte. Bildet fotograferes av noen på gruppa, med nettbrett.

1. Del i grupper.
2. Hver gruppe blir enige om to følelser de skal jobbe med. Ca 2 min til å bli enige.
3. Gruppene jobber med en følelse av gangen. Bli enige om (skriv punktene på tavle/flip-over): a) hvordan skal en få fram følelsen foran kameraet? b) hvem skal vise følelsen? c) hvem skal fotografere? d) hvilket sted passer det å ta bildet, som gir en passende bakgrunn til følelsen? e) Velg rekvisitter, dersom dere tenker det gjør bildet mer interessant f) hvordan inkludere ordet i bildet?
4. Ta bildet. Eksperimenter med avstand, vinkel (ovenfra/nedenfra, fra siden etc.). Juster underveis.
5. Gjenta punkt 3 og 4 med følelse nr. 2.
5. Vis bildene gruppene har laget i fellesskap, og snakk om valg og prosess.

#### D) Lese ferdig Lena og Ane Marthe-boka

Lese hele historien om Lena og Ane Marthe. Elevene kan tegne/skrive til historien mens de lytter. Etterpå: Diskutere løsningen i boka opp mot løsningene klassen kom fram til gjennom Forumteater i økt 2.

#### E) Øve inn «Vem kan segla» som forberedelse til dag 6.

### NOTATER



# Vennskap

## Dag 5

TID

90 min  
inkl. pauser



Kunsten å lære

TEMA

# 3



### OPPVARMING: GÅ I TALLGRUPPER

Dette skal skje:	Grappa skal bli vant til å lytte til instruksjoner mens de beveger seg. I tallgrupper samtaler og lager elevene stillbilder om tillit og trygghet.
Du trenger:	
Forbered i forkant:	
Forbered i rommet:	
Slik ser rommet ut:	Åpent rom

#### VEILEDNING:

1. Klassen går i rommet. Bruk hele rommet. Hver og en går alene uten å komme borti noen andre. Juster tempo, blikkretning, avslappa skuldre, hender ut av lommer osv. med vennlige instruksjoner. Fokus på å fylle rommet, ikke komme borti hverandre, ikke gå i sirkel, øke tempoet uten å kollidere, blikkontakt med smil og hei.
2. Avansering: Gå helt lydløst uten å senke tempoet.
3. Deretter: Si et tall, og elevene danner en gruppe med det antallet deltakere, så fort som mulig (skal ikke rekke å velge gruppesammensetning).  
Når det ropes et tall, går elevene i grupper. I gruppene:
  - a) **Hva er tillit? Hva betyr det «å ha tillit til noen»?** Snakk sammen i grappa. Blir dere enige? Hør hva gruppene har funnet ut.
  - b) **Lag et frys-bilde med overskriften «tillit». Hvordan kan det bildet se ut?** Lag et bilde sammen.
  - c) **Hvorfor er det viktig å være trygg? Hva skjer hvis vi ikke er trygge? Lag to bilder: Trygg og utrygg.** Vis samtidig alle gruppene, med klapp som overgang (som dag 1).
4. Felles refleksjon: Hva kom dere fram til i gruppene?

### REFLEKSJON: TANKELESERE

Dette skal skje:	Gjennom å lese hverandres tanker, gående to og to, reflekterer elevene over det å være/ikke være en god venn, og om tillit og trygghet.
Du trenger:	
Forbered i forkant:	
Forbered i rommet:	
Slik ser rommet ut:	Åpent rom

#### VEILEDNING:

1. Dele elevene inn i par på en annen måte enn tidligere i uka.
2. Parene kan finne et sted i rommet de ønsker å starte fra. Ikke bruk for lang tid på dette, hjelp heller med å finne ledige plasser om noen synes det er vanskelig.
3. Be elevene om å stå ved siden av hverandre. De kan gjerne starte med å være så tett at de har en kroppsdel inntil hverandre.
4. Spør om det går bra med alle. Hvis alt er i orden, kan de begynne å gå - langsomt.
5. Fortell at de nå skal overføre tanker til hverandre. Det er ikke lett og det kan ta lang tid å få det til. Det kan hjelpe å være tett og ha kroppskontakt.
6. Vi begynner. Den laveste i paret starter med å tenke over en gang i økta du følte deg som en god eller dårlig venn for noen andre. Velg en av de, og tenk hardt på det. Minn om at det er viktig at man bestemmer seg for hva man skal tenke, og at man deretter kun tenker på det, og at man tenker så hardt man kan. Prøv å presse tanken ut av hodet og inn i hodet på den andre. Når eleven er klar/har tenkt ferdig, gir den et tydelig nikk med hele hodet til den andre. Så er det den andre partneren sin tur. Tillegg: Stille et ekstra spørsmål (om tillit/trygghet) fra økta, på samme måte.
7. Be parene snakke sammen og gjette hva den andre tenkte på. Skjønnte du om partneren valgte en gang hen følte seg som en god eller dårlig venn?
8. Felles refleksjon: Hvordan var det å gå og overføre tanker? Var det lettere eller vanskeligere? Hvorfor? Hvordan kan vi bli bedre på å overføre tanker? Tips fra dem som fikk til.

### NOTATER

# Vennskap

## Dag 5

TID

90 min  
inkl. pauser



Kunsten å lære

TEMA

# 3



### HOVEDAKTIVITET: HVORDAN VÆRE EN GOD VENN (SKAPE TILLIT OG TRYGGHET I KLASSEN)?

<b>Dette skal skje:</b>	Eleven skal lære om tillit og trygghet gjennom øvelser i par og i grupper.
<b>Du trenger:</b>	En bunke med A4-ark, ett bind for øynene til hver gruppe i del 3: Bombe
<b>Forbered i forkant:</b>	
<b>Forbered i rommet:</b>	
<b>Slik ser rommet ut:</b>	Åpent rom

#### VEILEDNING:

##### 1. Se hverandre - SPEILING

1. Begynne med å snakke om dagens tema: Hvordan være en god venn? I dag skal vi øve på det.
2. Be gruppa stille seg på to rekker, rett ovenfor hverandre, ansikt til ansikt.
3. Alle elevene på høyre rekke er speil. Alle på venstre rekke er mennesker som ser i speilet.
4. Menneskene kan ikke bevege seg rundt i rommet, men må se i speilet. Vis eksempel før alle begynner.
5. Etter en liten stund bytter elevene, slik at de på høyre rekke er mennesker, og de på venstre side er speil.

Husk å lage rolige bevegelser, og ikke herme etter lyd.

AVANSERING: Mennesket skal lage ulike ansiktsuttrykk/ulike følelser som speilet skal speile.

AVANSERING 2: Speilet har ulike følelser: Speilet er forelska i mennesket. Skal herme etter bevegelsene, men i tillegg uttrykke negative følelser for mennesket. Speilet er sint på, spotter, gjør narr av mennesket. Skal herme etter bevegelsene, men i tillegg uttrykke negative følelser for mennesket.

REFLEKSJON: Hvordan var det å gjøre dette? Når ble det evt. vanskelig? Hvordan var det å følge mennesket, når du var speil? Hvordan ser vi hverandre til vanlig? Annerledes her?

##### 2. Tillit og trygghet - Falle/Ta imot.

1. Vise med eksempel først. To holder sirkusgrep – en faller bakover, to tar imot.
2. Samtale: Hva skal til for at dette skal oppleves og være trygt? La elevene komme med innspill, og vær innom:  
A) Tillit – fortjene tillit (og lett å miste) B) Trygge den som skal falle (være en god venn du kan stole på) C) Seriositet (holde ordentlig, ikke slippe. Det oppleves gjerne skummelt, og å tulle gjør det utrygt)
3. Del i grupper på tre.
4. Gjennomføre øvelsen kollektivt: En og en gruppe gjennomfører mens alle andre står og ser på (for å sikre at alle tar det på alvor).
5. Felles refleksjon: Hvordan opplevdes dette? Opplevde du det trygt å falle i armene til de andre?

##### 3. Tillit og trygghet – Bombe

1. Spre ark på gulvet, arkene er bomber.
2. Del inn i minst 4 lag. Hvert lag stiller seg bak en linje på rekke.
3. Den første i rekka får bind for øynene.
4. Laget skal nå veilede den med bind for øynene forbi bombene.
5. Veilederen må si ifra når bomben sprenger. Hvis det skjer må eleven gå tilbake i gruppa si.
6. Veilederen kan gi enkle tips til hvordan man kan kommunisere bedre, men forsøk å la elevene finne bedre måter selv.
7. Målet er å få hele laget over til den andre sida.
8. Utfordringa her er at det blir mye lyd fra alle sider i rommet og den som har bind for øynene vil ha problemer med å forstå hvem som snakker til den.
9. Elevene må finne måter å nå fram til hverandre på uten å rope.

NOTATER

# Vennskap

## Dag 6

TID

90 min  
inkl. pauser



Kunsten å lære

TEMA

# 3



### OPPVARMING: GÅ I TALLGRUPPER

Dette skal skje:	Gruppa skal bli vant til å lytte til instruksjoner mens de beveger seg. I tallgrupper samtaler og lager elevene stillbilder om teksten i «Vem kan segla».
Du trenger:	
Forbered i forkant:	
Forbered i rommet:	
Slik ser rommet ut:	Åpent rom

#### VEILEDNING:

1. Klassen går i rommet. Bruk hele rommet. Hver og en går alene uten å komme borti noen andre. Juster tempo, blikkretning, avslappa skuldre, hender ut av lommer osv. med vennlige instruksjoner. Fokus på å fylle rommet, ikke komme borti hverandre, ikke gå i sirkel, øke tempoet uten å kolliderere, blikkontakt med smil og hei, gå lydløst.
2. Avansering: Si ett ord, og deretter 3-2-1 frys!: På «frys» skal alle stå som statuer i en positur som assosieres med ordet. Velg gjerne ord fra hele tema 3, f.eks: Lena, Ane Marthe, Hege Susan, trygghet, tillit, tankelesing, å falle osv.
3. Deretter: Sett på sangen «Vem kan segla». Gå og lytt til sangen – hva handler den om?
4. Si et tall, og elevene danner en gruppe med det antallet deltakere, så fort som mulig (skal ikke rekke å velge gruppesammensetning).  
Når det ropes et tall, går elevene i grupper. I gruppene:
  - a) **Diskutér: Hva handler sangen om?** Snakk sammen i gruppa, la alle få komme med innspill.
  - b) **Velg en linje/strofe fra sangen, og lag et bilde fra denne strofa.**
  - c) **Velg en linje/strofe fra sangen, og lag et bilde fra denne strofa.**
5. Direkte overgang til hovedaktivitet.

### REFLEKSJON: TANKELESERE

Dette skal skje:	Gjennom å lese hverandres tanker, to og to i valgfritt format, reflekterer elevene over vennskapstemaet.
Du trenger:	
Forbered i forkant:	
Forbered i rommet:	
Slik ser rommet ut:	Åpent rom

#### VEILEDNING:

1. Elevene skal gå sammen to og to; selv velge partner til siste øvelse, men velge noen de har jobbet lite med den siste tida. Hjelp dem som trenger bistand.
2. Parene kan finne et sted i rommet de ønsker å starte fra. Ikke bruk for lang tid på dette, hjelp heller med å finne ledige plasser om noen synes det er vanskelig.
3. Be elevene om å velge en posisjon: stå/sitte/ligge eller gå. De kan gjerne starte med å være så tett at de har en kroppsdel inntil hverandre.
4. Spør om det går bra med alle. Hvis alt er i orden, kan de begynne.
5. Fortell at de nå skal overføre tanker til hverandre. Det er ikke lett og det kan ta lang tid å få det til. Det kan hjelpe å være tett og ha kroppskontakt.
6. Vi begynner. En i paret (de bestemmer) starter med **å tenke over hva de kommer til å huske/ta med deg fra vennskapstemaet**. Minn om at det er viktig at man bestemmer seg for hva man skal tenke, og at man deretter kun tenker på det, og at man tenker så hardt man kan. Prøv å presse tanken ut av hodet og inn i hodet på den andre. Når eleven er klar/har tenkt ferdig, gir den et tydelig tegn med hånda eller et nikk til den andre. Så er det den andre partneren sin tur.
7. Be parene snakke sammen og gjette hva den andre tenkte på. Klarte dere å finne det ut?

### NOTATER

# Vennskap

## Dag 6

TID

90 min  
inkl. pauser



Kunsten å lære

TEMA

# 3



### HOVEDAKTIVITET: «VEM KAN SEGLA» - FILM

<b>Dette skal skje:</b>	Elevene skal lære «Vem kan segla» og tolke teksten. Deretter sette sammen innhold fra hele Vennskapstemaet, som filmes og evt. vises.
<b>Du trenger:</b>	Noe å spille musikk på og fra. Noe å å filme med og overgang for å spille av film på skjerm/prosjektor.
<b>Forbered i forkant:</b>	Teste at tekniske ting fungerer.
<b>Forbered i rommet:</b>	Teste at tekniske ting fungerer.
<b>Slik ser rommet ut:</b>	Åpent rom – gjerne et større rom

### VEILEDNING:

- Imitasjon av tekstlinjer med melodi fra sangen (enten mens fortsatt går i oppvarmingen, eller samla i sirkel):  

Vem kan segla förutan vind	Jag kan segla förutan vind
vem kan ro utan åror	jag kan ro utan åror
vem kan skiljas från vännen sin	men ej skiljas från vännen min
utan att fälla tårar?	utan att fälla tårar
- Samtale: Hva handler sangen om? Hvem kan ha skrevet sangen? Hvorfor? Hva slags følelser har tekstforfatteren hatt?
- Alle synger sammen: Syng den på ulike måter (ulike følelser, tempo, i kanon). Hva passer best?
- Oppsummere: Hva har vi gjort disse to siste ukene? (fokus på innhold, men også på de ulike øvelsene). Repetere hva sangen handler om.
- Dele i grupper: Forklare at vi skal bruke sangen og det den handler om, og lage noe ut fra det. Spesifiser gjerne: Ta utgangspunkt i sangen og en eller to av tingene vi har gjort i vennskapstemaet, og lag noe sammen i gruppa.
- La gruppene jobbe på egen hånd med gruppeoppgaven. Hvis noen står helt fast eller er ferdige for tidlig kan man hjelpe dem med forslag.
- Gi tid til å øve i gruppene så de husker hva de skal gjøre.
- Sett sammen alt alle har lagd til et stort felles «verk», der alle gruppene gjør sitt samtidig, på ulike steder i rommet. Bruk klapp som start/slutt (etter behov). Lag gjerne en ramme, f.eks ved at alle i fellesskap synger Vem kan segla, at musikken står på i bakgrunnen, eller at en gruppe synger sangen som sin oppgave? Husk at dette er en arbeidsfilm, der prosessen er i fokus (ikke resultatet).
- Test en gang uten filming. Gi evt. tid til justeringer/øving ved behov.
- Visning/filming: Bruk klapp som start. Alle gjør sitt samtidig. Filmes.
- Filmen kan vises umiddelbart etterpå, eller spares til en annen anledning.

### NOTATER