

UNDERVISNINGSMATERIALE FOR 6.-8. KLASSE

Kend **din** kropspolitik



Hvem bestemmer over din krop?

www.kropspolitik.dk

Martin Holst, Skoletjenesten, Steno Museet

Lærervejledning

”Kend din kropspolitik”

Indholdsfortegnelse

| | |
|--|----------------|
| Formål | side 2 |
| Didaktiske overvejelser | side 4 |
| Arbejdet med temaerne | side 6 |
| Aktiviteter til de enkelte temaer | side 9 |
| Det videre arbejde | side 12 |

Formål:

Bogen er møntet på 6. til 8. klasse, og derfor sigter aktiviteterne i lærervejledningen også mod disse klassetrin, men den kan naturligvis også bruges af ældre elever helt op til ungdomsuddannelsesniveau. Teksterne i denne bog er beregnet til elever i puberteten, som kan have svært ved at finde et ståsted i forhold til deres egen krop og dens udvikling. Bogen skal være en øjenåbner for de unge. Den skal synliggøre nogle af de mange faktorer, der påvirker dem, når de udvikler deres kropsbevidsthed. Samtidig skal bogen hjælpe de unge til at danne deres egen holdning til emnet.

”Kend din kropspolitik” er et tværfagligt materiale, som lægger op til debat mellem eleverne. Undervisningsforløbet kan bruges i idræt, biologi, samfundsfag, dansk og i sundhedsundervisningen..

I materialet er der mulighed for arbejde med følgende temaer:

- Sundhed og kropskultur
 - Idræt¹,
 - Formål: ”Eleverne skal opnå indsigt i og få erfaringer med vilkår for sundhed og kropskultur”.
 - Slutmål: Idrættens værdier: ”forholde sig til idrættens idealer, først og fremmest fairplay og tolerance”.
 - Trinmål efter 7.klasse: Idrættens kultur: ”arbejde problemorienteret med idrætstemaer”
 - Biologi²
 - Slutmål: Miljø og sundhed: ”kende forskellige faktorer, der påvirker menneskets sundhed”
- Trinmål efter 8. klasse: Miljø og sundhed: give eksempler på aktuelle lokale og globale miljø- og sundhedsproblemer.

¹ <http://www.uvm.dk/service/Publikationer/Publikationer/Folkeskolen/2009/Faelles%20Maal%202009%20-%20Idraet.aspx>

² <http://www.uvm.dk/service/Publikationer/Publikationer/Folkeskolen/2009/Faelles%20Maal%202009%20-%20Biologi.aspx>

- Trinmål efter 9. klasse: Miljø og sundhed:
 - ”forklare fødens sammensætning, dens energiindhold og sundhedsmæssige betydning, herunder proteiner, kulhydrater og fedtstoffer” (fælles med fysik)
 - ”forklare den biologiske baggrund for sundhedsproblemer knyttet til livsstil og levevilkår”
 - ”vurdere aktuelle løsnings- og handlingsforslag vedrørende miljø- og sundhedsproblemer samt analysere tilhørende interessenmodsatninger”

- Faglig læsning
 - Dansk³
 - Slutmål efter 9. klasse: ”gøre rede for og anvende forskellige genrer, fremstillingsformer, fortælle teknikker og virkemidler”
 - Trinmål efter 6. klasse: Sprog, litteratur og kommunikation: ”bruge sproget til kommunikation, argumentation, problemløsning og formidling af viden”

- Demokratiske processer
 - Folkeskolelovens formålsparagraf⁴:
 - § 1 Stk. 2. Folkeskolen skal udvikle arbejdsmetoder og skabe rammer for oplevelse, fordybelse og virkelyst, så eleverne udvikler erkendelse og fantasi og får tillid til egne muligheder og baggrund for at tage stilling og handle. Stk. 3. Folkeskolen skal forberede eleverne til deltagelse, medansvar, rettigheder og

³ <http://www.uvm.dk/service/Publikationer/Publikationer/Folkeskolen/2009/Faelles%20Maal%202009%20-%20Dansk.aspx>

⁴ <http://www.uvm.dk/Uddannelse/Folkeskolen/Om%20folkeskolen/Fakta/Folkeskolens%20formaal.aspx>

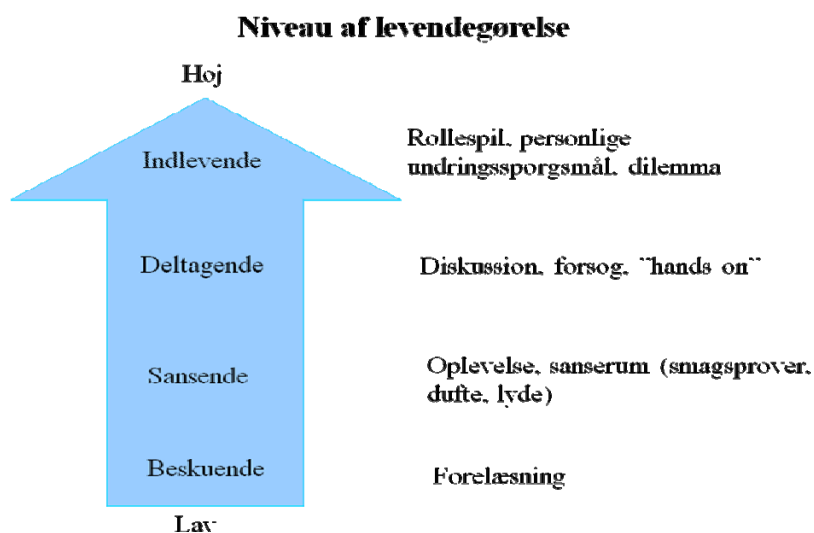
pligter i et samfund med frihed og folkestyre. Skolens virke skal derfor være præget af åndsfrihed, ligeværd og demokrati.

- Samfundsfag⁵
 - Formål: ”Undervisningen skal bidrage til, at eleverne kender og i praksis respekterer samfundets demokratiske spilleregler og grundværdier”.

Didaktiske overvejelser:

Rollespil.

Ved at bruge rollespil ønsker vi at øge elevens indlevelse og fantasi, hvilket vil gøre stoffet mere vedkommende for den enkelte. Indlevelsen gør, at temaerne bliver personligt bearbejdet. Ved at bruge en høj grad af levendegørelse (se modellen) kan eleverne hurtigt gå i gang med diskussionen, da denne ikke forudsætter så høj en grad af forhåndsviden om emnet ⁶



⁵ <http://www.uvm.dk/service/Publikationer/Publikationer/Folkeskolen/2009/Faelles%20Maal%202009%20-%20Samfundsfag.aspx>

⁶ "Den historiske fantasi – et almenmenneskeligt erkendelsesvilkår", Thomas Binderup 2010

For at kunne sætte sig ind i sin rolle, må eleven have læst artiklerne grundigt. Det kan være svært at give sin egen mening til kende, men når man kan ”stå bag” en anden person og spille en rolle, er det langt lettere. Samtidig kan eleven ved at reflektere over teksten danne sig sin egen holdning til stoffet efterhånden, som eleven spiller rollen og får givet udtryk for rollens holdninger.

Rollespillet giver eleven mulighed for at danne sin egen mening uden at sætte sig personligt i spil. Efterhånden som spillet skrider frem, vil eleven blive mere og mere bevidst om sin egen holdning, hvorefter han langsomt kan begynde at bruge sine egne ideer.

Nøgleord

Nøgleord er de vigtigste begreber i teksterne. De kan bruges på forskellige måder, bl.a. ved at læreren hænger nøgleordene op i klassen, før eleverne læser artiklerne. Når man har mødt ordene i teksterne, kan man tale om dem og i fællesskab give en definition af det enkelte ord. Man kan også, efter at have læst teksterne, sammen med eleverne finde nøgleordene og igen forklare deres betydning.

Nøgleordene fungerer som et fyrtårn gennem hele forløbet, både for elever og lærere, og de kan hjælpe alle med at holde styr på, om vi når omkring hovedpunkterne i teksten. Når eleverne er blevet bevidste om, hvilke nøgleord der arbejdes med, vil de også være mere opmærksomme på ordene og deres kontekst, når de møder dem i teksterne eller diskussionerne.

Slutteligt er det en god ide at bruge nøgleordene i evalueringen af hele forløbet, men herom senere.

Gruppearbejde

Arbejdet med ”Kend din kropspolitik” bør baseres på gruppearbejde, da eleverne så får mulighed for i små trygge grupper at formulere deres holdninger. I forløbet bliver eleven mere sikker på egne holdninger, som til sidst afprøves i et større forum under den afsluttende debat.

Arbejdet med temaerne:

Du kan som lærer selv vælge, hvorledes du vil bruge de tre temaer. Det er muligt at arbejde med et enkelt udvalgt tema, eller du kan arbejde med dem alle tre. Hvert tema kan bearbejdes efter følgende skabelon:

Nøgleordene præsenteres

Nøgleordene hænges op i klassen. Du kan vælge at tage en samtale om ordene, evt. høre hvad eleverne forstår ved dem. En anden mulighed er blot at lade ordene hænge som en appetitvækker uden yderligere kommentarer, så eleverne bliver nysgerrige og gerne vil vide mere. Igennem forløbet møder eleverne nøgleordene og bliver selv opmærksomme på deres betydning, eller de må i gang med at undersøge, hvad ordene betyder.

Efter hver lektion kan læreren spørge, om eleverne har mødt nogle af nøgleordene i teksten eller i aktiviteterne, og om de har fundet en definition af ordet.

Teksten behandles

Teksten læses alene eller i grupper. Under læsningen skal eleven være opmærksom på, om der dukker nye nøgleord op, hvilke argumenter forfatteren bruger i artiklen, og hvilke spørgsmål eleven kunne tænke sig at stille til forfatteren. Her kan arbejdsark 1 med fordel bruges, så eleven er opmærksom på de tre punkter.

Efter at teksten er læst, sidder eleverne sammen i grupper på 4. På arbejdsark 2 skrives nu mindst tre spørgsmål til forfatteren i elevens eget felt. Herefter diskuterer og udvælger gruppen tre spørgsmål, som skal stå i midten af papiret. Disse spørgsmål skal gruppen bruge i den efterfølgende debat.⁷

⁷ "Cooperative Learning", Spencer Kagan og Jette Stenlev

Lav aktiviteter til temaet.

Til hvert tema er der her forslag til aktiviteter, som kan øge forståelsen af de emner, der arbejdes med i teksten.

Debatten, rollespillet.

Rollespil kan spilles på utallige måder. Her er tre bud på, hvordan det kan gøres.

1) Alle elever arbejder med et eller alle lovforslag.

Inden debatten udvælges to eksperter, som spilles af eleverne. Rollerne er beskrevet på arbejdsark 3 og fortæller, hvilke personer der deltager, og hvilke holdninger de har. Hver elev skal nu spille den tildelte rolle, men må gerne – ud fra sin egen viden - digte videre på ekspertens argumenter. Hvis eleven har svært ved at fortsætte rollespillet, skal der være en klokke, som han kan ringe med, et tegn på at der er brug for hjælp eller en ”udskiftning”

De resterende elever/tilhørere skal ved hjælp af spørgsmålene på arbejdsark 2 deltage i debatten. De må naturligvis gerne finde på flere spørgsmål undervejs, men skal som minimum få svar på deres fælles spørgsmål.

2) Klassen deles i tre grupper

Den enkelte gruppe arbejder med ét lovforslag, som den går i dybden med. Debatten foregår i tre forskellige debatgrupper og omhandler nu blot ét lovforslag.

Denne metode kan benyttes, hvis man har en klasse med mange elever.

3) Makkerpar

Eleverne læser teksterne to og to og diskuterer lovforslaget. De skal fortsat spille rollen som enten for eller imod lovforslaget, men nu kun i en diskussion mellem de to.

Læreren fungerer som ordstyrer i debatten og holder den i gang med ledende, spørgende og provokerende spørgsmål til ekspertpanel og gæster.

Som afslutning på debatten holdes en afstemning om lovforslagene. Fx med stemmesedler eller med en afstemning fra elevernes mobiltelefoner.

Evaluering

Som afslutning på forløbet kan klassen lave et begrebsspil med nøgleordene. Alle de benyttede begreber skrives på små kort, som deles ud i klassen. Eleverne går rundt i klassen, og når man møder en klassekammerat, forklarer man hinanden, hvad ordet på ens eget kort betyder. Herefter byttes kort, og eleven går ud og finder en anden, som han nu skal forklare det nye ord.

Læreren kan deltage i denne aktivitet sammen med eleverne eller kan samle op efter endt aktivitet.

Aktiviteter til de enkelte temaer:

Herunder er der nogle ideer til, hvordan man kan arbejde med temaerne.

Kroppen på billedet

Billedmanipulation

Her kan der arbejdes med forskellige former for billedmanipulation. Fx med IT-billedbehandlingsprogrammer, men også billeder manipuleret med klippe-klistre metoden kan inddrages.

Kropsidealer

Lad eleverne medbringe et billede af en person, som de synes har en pæn krop, og diskuter hvad det er, der gør denne krop speciel. Sammenlign de medbragte billeder med billeder af ældre kropsidealer. Hvad er forskellen, og hvorfor er der forskel?

Se på ”Det gyldne Snit”. Hvilke talmæssige forhold skal passe sammen, for at vi synes en krop eller et ansigt er harmonisk eller smukt+

Nøgleord

- Levende bøjle
- Billedbehandling
- BMI
- Ideal
- Selvværd

Reklamer for slik, sodavand og snacks

Reklameanalyse

Hvordan laver man en god reklame? Hvad er reklamens virkemidler? Hvordan retter man en reklame mod en bestemt målgruppe? Eleverne kan selv lave en reklame for et produkt.

Energiindhold

Mange reklamer reklamerer for produkter, som vi godt ved er usunde, men hvad betyder det at noget er usundt? Her kan man undersøge energiindholdet i produkterne, og hvad det betyder for vores krop.

Blodsukker: Lad udvalgte elever møde i skole uden at have spist morgenmad. Mål deres blodsukker og lad dem herefter spise forskellige produkter: rugbrød, hvedebrød, honning osv. Mål herefter med korte intervaller, hvordan blodsukkeret stiger, og hvor lang tid der går, før det falder igen. Hvordan påvirker blodsukkeret kroppen i forhold til koncentration og arbejde?

Kalorieindholdet kan undersøges ved at læse varedeklARATIONER og undersøge fordelingen af fedt, kulhydrat og protein i en vare.

Forbrændingsløb er et løb, hvor eleverne, ved at løbe forskellige afstande kan få smagsprøver af bl.a. brød, slik, sodavand, mælk. Der udregnes, hvor langt eleven skal løbe for at forbrænde det energiindhold, der er i smagsprøven⁸

Nøgleord

- Energiindhold
- BMI
- Reklame
- Ytringsfrihed
- Product placement

⁸ <http://www.saetskolenibevaegelse.dk/oevvelser/naturteknik/energi-og-bevaegelse.aspx>

Idræt i skolen

Den gode idrætstime

Hvordan kan man lave en god idrætstime, som alle kan være med i? Lav en lektionsplan for den gode idrætstime. Herefter kan hele lektionen eller elementer af den gennemføres.

Sæt et hold

Lad eleverne sætte deres eget hold til en sportsgren. Prøv fx at lade dem beskrive, hvilke typer der er brug for på et fodboldhold. Kan det være en fordel, at der er forskel på en angriber og en forsvarer? Prøv at lade eleverne sætte hold til både kendte og ukendte sportsgrene.

Det inspirerende bevægelsesrum

Forestil dig et sted, hvor du bliver inspireret til at bevæge dig. Hvilke elementer skal der til, for at du vil bevæge dig? Kan man lave et område, som tager hensyn til mange forskellige typer? Tag fotos eller tegn en plan over et godt bevægelsesområde.

Nøgleord

- Endorfiner
- Fællesskab
- Forskellighed
- Selvbestemmelse
- Selvtillid
- Julemærkehjem

Det videre arbejde

Under forløbet kan det være godt at lade eleverne undre sig. Lav en postkasse, hvor de kan putte sedler med undringsspørgsmål i. Det kan være helt konkrete spørgsmål til emnet, men også etiske spørgsmål kan lægges i kassen.

Det gode ved undringsspørgsmål er, at det er elevernes egne spørgsmål, som er personlige og derfor vedkommende for eleven.

Spørgsmålene kan bruges som en fælles afslutning, men kan også gemmes og bruges i senere forløb.