

Ég er bara ég

*Kennsluleiðbeiningar með þemahefti
um jafnrétti
fyrir miðstig grunnskóla*



NÁMSGAGNASTOFNUN
07530

Ég er bara ég

Kennsluleiðbeiningar með þemahefti um jafnrétti fyrir
miðstig grunnskóla

© Ásdís Olsen og Lilja M. Jónsdóttir

Ritstjóri: Aldís Yngvadóttir

Hönnun og umbrot: Námsgagnastofnun

Öll réttindi áskilin

1. útgáfa 2000

Námsgagnastofnun, Reykjavík

Vefútgáfa

Efnið er gert með tilstyrk og fjárstuðningi Íslandsbanka-FBA, Hans Petersens,
Sjóvá-Almennra og Samtaka atvinnulífsins í kjölfar ráðstefnunnar „Konur og lýðræði“
sem haldin var í Reykjavík í september 1999.

Efnisyfirlit

I. Inngangur	4
II. Hvað og hvernig?	6
Viðfangsefni bókarinnar	
Yfirferð	
Kennsluleiðbeiningar	
Leiðarbók	
Aðstæður í skólastofunni	
Vinnutilhögun	
Fúkyrði – blótsyrði – fordómar	
Litróf tilfinninganna	
Námsmat	
III. Nánar og meira	8
Um reglur í umræðum	
Um skipulag í skólastofu	
Um leiðarbók	
Um bókagerð	
Um námsmat	
IV. Kennsluleiðbeiningar – 12 hlutar	10
1. Opnur 1 og 2 – Ég er bara ég	
2. Opna 3 – Nú er ég bara Gummi	
3. Opna 4 – Nú er ég bara Hrefna	
4. Opna 5 – Nú er ég bara Fjóla	
5. Opna 6 – Nú er ég bara Reynir	
6. Opna 7 – Nú er ég bara Egill	
7. Opna 8 – Nú er ég bara Magga	
8. Opna 9 – Nú er ég bara Aziz	
9. Opna 10 – Nú er ég bara Vigdís	
10. Opna 11 – Nú er ég bara Friðjón	
11. Opna 12 – Nú er ég bara Solla	
12. Sögulok – Nú er ég bara ég	
V. Hugmyndabanki	23
VI. Verkefni til útprentunar	24
VII. Heimildir	40

I. Inngangur

„Við erum nú metin á nýrri mælistiku:
Ekki aðeins eftir því hversu klár við erum,
eða eftir starfsþjálfun og sérfræðikunnáttu,
heldur einnig eftir því hversu vel okkur tekst
að vera við sjálf og hvernig við erum
hvert við annað.“

Daniel Goleman 1998.

Markmiðið með þessu þemahefti í lífsleikni er að nemendur verði meðvitaðir um gildi jafnréttis í víðasta skilningi þess orðs, geri sér grein fyrir hvernig tilfinningar hafa áhrif á hegðun og samskipti og skilji að fjölbreytileiki í mannlífi er eðlilegur og jafnframt æskilegur.

Þetta þemahefti byggir á teiknimyndasögu og fjallar um veru sem verður til á tilraunastofu í málningarverksmiðju. Veran er þeirrar náttúru að geta smeygt sér inn í fólk, í þessu tilviki nemendur í bekk á miðstigi grunnskólans, án þess að það verði hennar vart. Hún upplifir þá allt það sama og viðkomandi barn, hvort heldur sem það er eitt með hugsunum sínum eða í samskiptum við aðra. Á þann hátt eiga nemendur að geta sett sig í spor krakka sem eru ólíkir hvað varðar kyn, þjóðerni, trú, líkamlegt og andlegt atgervi, búsetu og efnahag. En um leið er reynt að varpa spaugilegu ljósi á atburðina til að forðast prédikunartón því myndin verður oft skarpari þegar kímni er notuð.

Rauði þráðurinn í þemaheftinu eru tilfinningar. Veran tengir tilfinningar sem hún upplifir sjálf eða inni í barni við liti, líklega vegna þess að hún varð til í málningarverksmiðju! Þetta gefur tækifæri til að fjalla um tilfinningar á afar fjölbreytilegan hátt. Um leið og nemendur skilja hversu fjölbreytilegar tilfinningar okkar eru, um leið og þeir átta sig á að þær eiga sér allar nafn, að þær eiga sér upphaf og endi og að sumar birtast sem líkamleg einkenni (svo sem sviti og verkir), þá ætti það að auka sjálfsþekkingu þeirra, gera þá umburðarlyndari og bæta um leið öll samskipti.

Krakkarnir í bekknum sem veran lendir hjá eru að öllum líkindum fjölskrúðugri hópur en gerist og gengur í grunnskólum á Íslandi. Þó má finna þar fulltrúa sem eru í öllum bekkjum en einnig hina sem ekki eru í öllum bekkjum. Eins og gefur að skilja eiga ekki allir nemendur fulltrúa í þessum bekk, því litrófið er nánast óendanlegt. En reynt er að varpa ljósi á nokkra í þeirri von að það hafi yfirfærslugildi þannig að bekkjarkennarinn, í samvinnu við nemendur sína, geti bætt fulltrúum í hópinn.

Í tengslum við þetta umfjöllunarefni er afar mikilvægt að ræða við nemendur, aftur og aftur, um það hversu margbreytileg við erum, að engir tveir eru eins og að það er einmitt þessi fjölbreytileiki sem gerir lífið svo áhugavert. Þá er einnig mikilvægt að benda nemendum á að einmitt vegna þess hversu ólík við erum þá bætum við hvert annað upp á margvíslegan hátt. Allir vita að við erum ekki jafngóð í öllu og getum ekki orðið það.

Samkvæmt kenningum Howards Gardners (1983) um fjölgreindina getum við öll náð einhverjum eða viðunandi árangri á öllum greindarsviðunum, en það getur krafist töluverðrar vinnu af viðkomandi. Gott dæmi um þetta er eftirfarandi saga:

Metnaðarfull stúlka í 6. bekk hafði miklar áhyggjur af getuleysi sínu í stærðfræði. Henni fannst hún ekkert skilja. Kennarinn óttaðist að þetta viðhorf myndi ná að festa svo rætur hjá henni að það yrði síðar að stærðfræðifælni sem yrði nánast ógjörningur að vinna bug á. Þessi stúlka spilaði fótbolta af mikilli ákefð og var að eigin sögn og annarra mjög fær á því sviði. Kennarinn, sem var búinn að reyna ýmislegt til að fá nemandann ofan af þessari skoðun á stærðfræðigetu sinni, ákvað að notfæra sér þessa þekkingu. Næst þegar hann ræddi þetta vandamál við stúlkuna spurði hann í hverju hún væri best í fótboltanum. Án þess að hika svaraði hún: „Að rekja boltann!“ – „Og hvers vegna ertu svona góð í því?“ spyr kennarinn. „Vegna þess að ég hef æft mig svo rosalega mikið,“ svaraði stúlkun og ákafinn lýsti af andliti hennar. „Einmitt, – og hefurðu gert það lengi?“ „Já, örugglega í mörg ár!“ svaraði hún að bragði. Kennarinn þegir augnablik og segir svo: „Heldurðu, að ef þú myndir æfa þig jafnmikið, eða næstum eins mikið í stærðfræði og þú gerir í fótboltanum, að þú gætir þá orðið betri í stærðfræði?“ Stúlkun velti þessu fyrir sér dágóða stund og sagði svo: „Ég hugsa það, – en stærðfræðin er ekki eins skemmtileg ...“ Hún þagnaði aftur og bætti svo við: „... en hún verður það auðvitað þegar ég er orðin betri í henni.“ Og sú varð raunin.

Um leið og nemendur skilja hvaða möguleikar eru fólgnir í þessu viðhorfi til greindar, að þeir geti aukið hana á öllum sviðum að ákveðnu marki nánast allt lífið með vinnu og þjálfun, þá ganga þeir á annan hátt að námi sínu. Það viðhorf, sem hefur verið ríkjandi, að greind sé fyrirfram ákveðin stærð sem maðurinn hafi nánast enga möguleika á að bæta sjálfur hvorki með viðhorfum sínum né gjörðum hefur hamlandi áhrif á námsgetu- og möguleika. „Ég get ekkert að þessu gert ég er bara svona heimsk(ur)“-viðhorfið þekkja kennarar því miður alltof vel.

Sjá nánar um hugmyndir Daníels Golemans á slóðinni

<http://eiconsortium.org/goleman.htm>

og um fjölgreindarkenningu Howards Gardners á slóðinni

<http://pzweb.harvard.edu/Pis/HG.htm>

II. Hvað og hvernig?

Viðfangsefni bókarinnar

- Hvað er venjulegt?
- Margbreytileiki mannlífsins
- Fjölbreytt greind
- Litróf tilfinninganna
- Að greina tilfinningar
- Fúkyrði – blótsyrði – fordómar
- Sjálfsskoðun

Yfirferð

Þemaheftið sem hér um ræðir skiptist í 12 opnur og er ein saga á hverri opnu. Gert er ráð fyrir að farið sé yfir eina sögu í einu. Vinna má með sögurnar í einni eða tveimur kennslustundum en í meðfylgjandi vinnutilhögun er gert ráð fyrir einni kennslustund fyrir hverja sögu sem skiptist á þessa leið:

(Leik)lestur sögunnar	15 mínútur
Umræður	10 mínútur
Leiðarbók	10 mínútur
Undirbúningur heimanáms	3 mínútur

Kennsluleiðbeiningar

Hverri sögu fylgja upplýsingar um viðfangsefnin, sérstöðu sögupersónunnar og tilfinningar hennar. Nokkur leiðarstef eru gegnumgangandi en hver saga kynnir nýtt málefni til umræðunnar. Umræðuefnum er fylgt úr hlaði með leiðarspurningum og upplýsingum sem draga fram aðalatriðin og auðvelda kennurum undirbúninginn. Þessu til viðbótar má finna verkefni og tillögur að annars konar vinnu í HUGMYNDABANKANUM.

Leiðarbók

Gert er ráð fyrir að nemendur haldi LEIÐARBÓK undir yfirskriftinni „Ég er bara ég“. Eftir hvern kafla fer fram uppgjör þar sem nemendur setja vangaveltur sínar á blað. Einnig er leiðarbókin notuð fyrir sögur, úrklippur og verkefni.

Aðstæður í skólastofunni

Skapa þarf notalegt andrúmsloft í bekknum. Börnin þurfa að finna að þau séu örugg og einlægni þarf að ríkja í hópnum á meðan á lestri sögunnar og umræðum stendur. Í því sambandi skiptir máli að setja REGLUR um umræðurnar Þá er einnig afar mikilvægt að huga að UPPRÖÐUN í skólastofunni.

Vinnutilhögun

- Leiklestur: Lagt er til að sögurnar séu lesnar upphátt í bekknum. Æskilegt er að nemendur leiklesi sögurnar og þá væri skemmtilegt að nota einhver tákni til að skilgreina hlutverkin. Veran er að sjálfsgöðu í aðalhlutverki enda er hún sögumaður. Hún gæti t.d. verið í litríku laki og setið við kertaljós. Solla kemur líka til skjalanna í hverri sögu. Hún gæti verið með eitthvert höfuðfat eða sólgleraugu. Sá eða sú sem veran fer inn í hverju sinni gæti verið með sama táknið, t.d. áberandi trefil.
- Hópverkefni: Hentugt er að skipta sögunum á milli nemenda þannig að tvö eða þrjú börn (eða fleiri eftir atvikum) tækju að sér flutning á hverri sögu.

Það skiptir máli að veigamestu hlutvekin, veran, Solla og nemandinn, „róteri“ á milli nemenda, þannig að helst allir í bekknum fái að spreyta sig á þeim.

- Sviðsetning: Í lokin er æskilegt að leiklesa allar sögurnar í heild sinni og þá mætti jafnvel setja þær á svið með búningum og öðru tilheyrandi.
- Leiðarspurningar: Með hverri sögu er að finna nokkrar spurningar sem kennarinn getur notað í umræðum um efni hennar ásamt fáeinum dæmum um svör. Það er afar líklegt að nemendur nefni önnur atriði en hér eru nefnd og er að sjálfsgöðu ekkert við það að athuga. Ef nemandi nefnir t.d. atriði sem virðist út í hött ætti kennarinn að spyrja hann hvers vegna hann nefni þetta því það getur verið að nemandinn skilji eða upplifi söguna á annan hátt en aðrir í bekknum.

Leggja ber ríka áherslu á það við nemendur að það er ekkert eitt rétt svar við spurningum í leiðarbók.

Fúkyrði – blótsyrði – fordómar

Í öllum sögunum er Solla látin hreyta ónotum í bekkjarfélaga sína. Þau eru ekki gefin heldur eru táknotuð í stað orða. Þegar farið er í fyrstu söguna getur kennarinn rætt við nemendur hvað sé líklegt að Solla segi og nemandinn sem leikles hana getur notað það, eða annað sem honum kemur í hug. Eftir að nemendur hafa kynnst Solla í fyrstu sögunni getur kennarinn skráð öll þau blótsyrði og niðrandi orð um fólk sem nemendur kunna. Hann getur t.d. spurt; Hvaða orð nota þeir sem vilja segja eitthvað mjög ljótt við einhvern og niðurlægja hann? Þannig gefst tilefni til að ræða blótsyrðin sem leggja má Solla í munn. Í því sambandi þarf að ræða við nemendur hvað orðin þýða í raun. Það þarf að greina þau og fá nemendur til að átta sig á að þau fela í sér fordóma og eru niðurlægjandi fyrir alla, bæði gerendur og þolendur. Oft eru þetta orð sem í daglegu tali eru heiti yfir sjúkdóma, segja til um kynhneigð eða eru neikvæð heiti á fötlunum, gáfnafori og líkamshlutum, einkum kynfærum.

Litróf tilfinninganna

Mikilvægt er að nemendur fjalli sameiginlega um tilfinningar. Liður í því getur verið að láta bekkinn búa til sameiginlegt litakort eða veggspjald með öllum þeim litum sem nefndir eru í sögunum. Þeir skrá síðan þar við, hvaða tilfinningar þeir halda að veran finni fyrir. Þannig fá þeir heiti yfir tilfinningar og geta velt fyrir sér hvort þeir kannist við slíkar tilfinningar og við hvaða aðstæður þeim líður þannig. Þá geta nemendur athugað hvort alltaf séu notaðir sömu litir fyrir sömu tilfinningar. Síðast en ekki síst eiga nemendur að útbúa sams konar litakort sem á við þá sjálfa og setja í leiðarbókina sína.

Námsmat

Mat á námi eins og lagt er til í þessum kennsluleiðbeiningum er jafnmikilvægt og mat á öðru námi sem fram fer í skólanum, þetta er líka „alvöru nám“ sem á að meta af fullri alvöru. NÁMSMAT í lífsleikni verður þó að vera með öðrum hætti en hefðbundnu prófi.

III. Nánar og meira

Um reglur í umræðum:

Í þeim tilgangi að stuðla að félagslegu öryggi og vellíðan ættu kennarinn og nemendur að setja sér reglur sameiginlega um það hvaða hátt þeir vilja hafa á því (ef slíkar reglur eru ekki þegar til). Í þessu sambandi skiptir máli að hvetja nemendur til að orða reglurnar jákvætt. Dæmi: Við hlustum á það sem aðrir segja, í stað þess að segja: Ekki grípa fram í fyrir öðrum. Ef nemendur orða reglu neikvætt mætti spyrja þá hvernig hægt væri að orða hana jákvætt. Listi yfir reglur í umræðum gæti verið á þennan veg:

- Við réttum upp hönd þegar við viljum segja eitthvað
- Við hlustum á það sem aðrir segja
- Við gagnrýnum hugmyndir, ekki fólk
- Við reynum að komast að sameiginlegri niðurstöðu
- Við reynum að taka saman meginatriðin hverju sinni

Um skipulag í skólastofu:

Í umræðum skiptir uppröðun í skólastofunni miklu máli. Nemendur verða að sjá hver framan í annan til að raunveruleg samskipti þeirra á milli eigi sér stað, því fas, svipbrigði og handahreyfingar ráða einnig miklu. Fyrir umræður í bekk hentar hring- eða skeifu-fyrirkomulag vel. Hringskipulag hentar best ef stefnt er að jafnræðislegum, óþvinguðum umræðum með þátttöku sem flestra. Uppröðun í skeifu, eða í U, hefur minna umstang í för með sér því nemendur hafa borðin fyrir framan sig og tekur þá minni tíma að snúa frá umræðunum og skipta yfir í önnur verkefni (Ingvar Sigurgeirsson 1996). Ef heimakrókur er í skólastofunni er hann kjörinn því auðvelt er að koma af stað umræðum þar. Vegna nálægðarinnar er notalegt að ræða málin þar.

Um leiðarbók:

Leiðarbók er nokkurs konar verkefnabók sem nemendur búa til sjálfir. Nemendur halda leiðarbók um nám sitt, sem má líta á sem ferð sem þeir fara í því skyni að kanna ókunnar slóðir, þ.e. að leita þekkingar og takast á við skapandi nám. Í hana skrá nemendur svör við spurningum sem kennari leggur fyrir og svör við eigin spurningum. Þeir skrá hugmyndir sínar um efnið, hugleiðingar og vangaveltur. Með því að hafa þennan hátt á er verið að hvetja nemendur til að takast á við krefjandi og skapandi ritun. Öll verkefni sem hér er lagt til að nemendur vinni, eða færslur eins og það er nefnt hér, má finna í hugmyndum að verkefnum með hverri sögu. Þegar nemendur svara beinum spurningum er mikilvægt að benda þeim á að láta spurninguna felast í svarinu, þannig að svarið geti staðið sjálfstætt. Dæmi: Hvaða námsgrein finnst þér erfiðust? Hvers vegna? – Námsgreinin sem mér finnst erfiðust er stærðfræði. Það er vegna þess að mér finnst ég skilja svo lítið í henni. Þá er tilvalið að láta nemendur semja formála að bókinni sinni svo og lokaorð. Í formála kemur t.d. fram í stuttu máli um hvað bókin fjallar og í lokaorðum gætu nemendur t.d. nefnt hvað þeim fannst áhugaverðast, hvað þeir lærðu nýtt og hvað/hvort þeir vildu læra eitthvað meira um efnið.

Ef þess er nokkur kostur er mikilvægt að leyfa nemendum að BÚA TIL leiðarbókina sjálfir; ákveða útlit, gerð og lögun bókarinnar, í samráði við kennara (sjá nánar um bókagerð á bls. 9). Reynslan sýnir að þegar nemendur búa sjálfir til bókina þá verður hún þeim dýr- mætari og þeir vanda vinnu sína meir en annars.

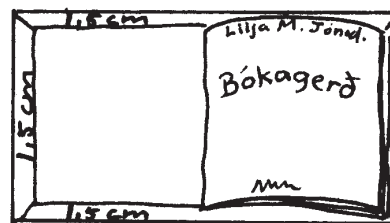
Um bókagerð:

Í bókagerðina þarf:

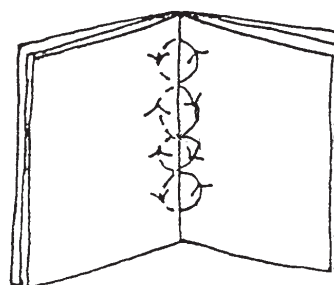
pappír í blöðin, spjöld í kápu, einhvers konar pappír utan á kápu, efni í kjöl, t.d. kjölband (þ.e. ef sérstakt efni er notað í hann), lím, t.d. í úðabrúsa, eða annað pappírs- lím, annað efni svo sem nálar, garn, skæri, reglustika, klemmur, býantar.

Bókin búin til:

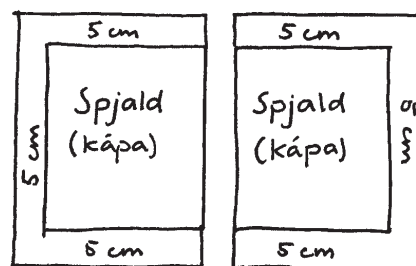
1. Blöðin í bókina eru brotin og skorin í æskilega stærð. Þau þurfa að vera um 1–1,5 sm minni en kápan allan hringinn eins og myndin sýnir.



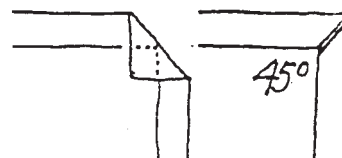
2. Bókin er saumuð þannig að merkt er fyrir saumum út frá miðjunni með 3–4 sm millibili og gatað með nál eða fínnum síl. Þráðurinn er mældur 2,5 sinnum lengd bókarinnar + efni í hnút. Byrjað að sauma í miðju að aftan og stungið upp og niður eins og myndin sýnir. Endað aftur í miðju að aftan og hnýtt.



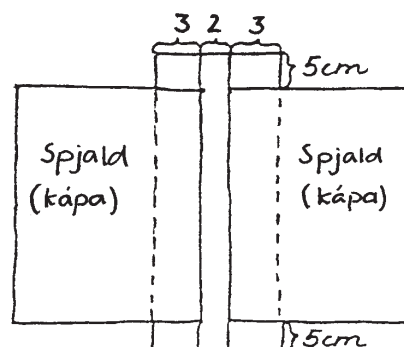
3. Pappír utan á spjöldin sniðinn 10 sm lengri og 5 sm breiðari en spjöldin. Hann er límborinn og límdur utan á spjöldin þannig að 5 sm standi út af á þrjá vegu en pappírinn á að nema við brúnina þar sem kjölurinn er. Hornin eru brotin eins og myndin sýnir.



4. Efni í kjöl er sniðið. Það þarf að vera 10 sm lengra en spjöldin og 7–8 sm breitt. Það fer eftir því hve bókin er þykk. Strikað er að innan 3+2+3 eða 3+1+3. Kjölurinn er límborinn og spjöldin límd á. Ef kjölband er notað (líkist einangrunarlímbandi) þarf ekki að límbæra.



5. Loks er bókin límd inn í kápuna. Fremsta síðan er límborin og límd við fremri kápuna. Gæta þarf að því að bókin nái vel inn að miðju. Sama gert með síðuna á aftari kápu. Að síðustu er bókin pressuð.



Um námsmat:


Umfjöllunarefni þessa þemaheftis eru mjög huglæg og er „því erfitt að meta þau á hefðbundinn hátt“ (Aðalnámskrá grunnskóla, lífsleikni 1999). En með SJÁLFSMATI geta kennari, nemandi og foreldrar hans fylgst með hvernig hann lítur á nám sitt og framlagi til þess. Hægt er að gefa umsögn um leiðarbók. Æskilegt er að kennari skoði og ræði vinnu í leiðarbók við hvern og einn.

Tillögur að sjálfsmati og mati á leiðarbók er að finna í kaflanum verkefni til útprintunar.

IV. Kennsluleiðbeiningar – 12 hlutar

VIÐFANGSEFNI SÖGUNNAR

Veran verður til og kynnir sig til sögunnar. Hún slær strax á þá strengi sem eiga eftir að hljóma í gegnum alla söguna og veltir því fyrir sér hvað sé venjulegt. Einnig lendir hún í þeirri niðurlægingu að vera sturtað niður í klósettið, en það er gulbrúna tilfinningin sem sögupersónur bókarinnar fá einnig að finna fyrir.

 Litir = Hvítur, gulbrúnn og bleikur.

3–5 mín. – Undirbúningur

Nemendurnir koma sér notalega fyrir sbr. „Aðstæður í skólastofunni“.
Leiklestur undirbúinn.

10–15 mín. – Lestur sögunnar

10 mín. – Umræða

1. HVERNIG VARÐ VERAN TIL?

- Eftirfarandi atriði gætu komið til tals:
- o Tilraunastofa í málningarverksmiðju
 - o Sjálfmálandi málning
 - o Líftæknilraunir
 - o Erfðaefni og litur

Hér fá nemendur tækifæri til að velta fyrir sér tilurð verunnar og virkja aðeins ímyndunaraflið. Æskilegt er að þeir fái trú á verunni þótt engar vísindalegar sannanir liggja fyrir um tilvist hennar. Þeir eiga eftir að gráta og hlæja með henni og finna hana inni í sér um ókomna framtíð.

2. HVAÐA TILFINNING GERIR VERUNA GULBRÚNA?

- o Niðurlæging ...

3. HVAÐA TILFINNING GERIR VERUNA BLEIKA?

- o Forvitni ...

4. HVAÐ ER VENJULEGT?

- Eftirfarandi atriði gætu komið til tals:
- o Er til eitthvað sem er venjulegt alltaf og allstaðar?
 - o Er það óvenjulegt sem við erum ekki vön?
 - o Er eitthvað sem er alltaf óvenjulegt?
 - o Viljum við helst vera venjuleg?

Vangaveltur verunnar um hvað sé venjulegt er eitt af meginstefjum bókarinnar. Veran er laus við allt gildismat og þekkir ekki fordóma vanans. Hún kann því að meta margbreytileika mannlífsins og litadýrðina sem því fylgir. Nemendum mun skiljast að hið óvenjulega er það sem er sjaldgæft hér og nú en hafi ekkert með gæði eða réttmæti að gera.

10 mín. – Leiðarbók

Kynning á leiðarbók og vinna hafin við gerð hennar.

VIÐFANGSEFNI SÖGUNNAR

Gummi á erfitt með stærðfræðina og telur sig vitlausan þess vegna. Hann er skemmtilegur og vinsæll af krökkunum.

Litirnir hans Gumma eru ljósgrænn, dökkblár og gulbrúnn.

10–15 mín. – Lestur sögunnar

10 mín. – Umræða

1. HVERNIG STRÁKUR ER GUMMI?

- o Skemmtilegur og fyndinn
- o Hræddur við stærðfræði
- o Skapmikill

2. ER GUMMI VENJULEGUR?

- o Hvað hefur áhrif á hvernig okkur gengur að læra? T.d. sjálfsagi, sjálfstraust, einbeiting, þrautseigja ...

Mikilvægt er að nemendur komist að því að allir hafi vitsmunalegar forsendur til að læra. Við getum verið misfljót eftir viðfangsefnum og þótt þau misskemmtileg.

3. HVAÐ ER SÉRKENNSLA?

- o Mikil athygli og aðstoð frá sérkennara
- o Tímabundin áhersla á erfið viðfangsefni, kannski öðrvísi kennsluaðferðir
- o Hvort er betra að leita sér aðstoðar eða klúðra náminu?

4. HVAÐA TILFINNINGAR GERA GUMMA DÖKKBLÁAN?

- o Reiði, óþolinmæði, minnimáttarkennd ...

5. HVAÐA TILFINNINGAR GERA GUMMA LJÓSGRÆNAN?

- o Gleði, sjálfsöryggi, vinátta ...

6. HVAÐA FÚKYRÐI NOTAR SOLLA UM GUMMA?

- o Vitleysingur, aumingi, heimskingi, fáviti ...

Hér er tilefni til að ræða fúkyrði sem orka tvímælis og merkja í daglegu tali fötlun, sjúkdóma, kynhneigð eða líkamsparta.

10 mín. – Leiðarbók

- Hvaða námsgrein finnst þér erfiðust? Hvers vegna?
- Hvaða námsgrein finnst þér auðveldust? Hvers vegna?
- Hvað lærðirðu nýtt í lífsleikni í dag?

3 mín. – Heimanám

- Í hvaða aðstæðum ertu sjálfsörugg(ur) og líður vel?
- Hvenær ertu helst reið og niðurlægð(ur)?

VIÐFANGSEFNI SÖGUNNAR

Hrefna talar öðruvísi en hinir krakkarnir og hún á það líka til að gleyma sér í eigin heimi. Hún hefur mjög fjörugt ímyndunarafli og á auðvelt með að spinna upp spennandi sögur.

Litirnir hennar Hrefnu eru dimmrauður, fjólublár og gulbrúnn. En ævintýrið sem hún býr sér til er líka fullt af litum og þar kemur regnbogasteinninn við sögu.

15 mín. – Lestur sögunnar

10 mín. – Umræða

1. HVERNIG STELPA ER HREFNA?

- o Fullorðinsleg og feimin
- o Hugmyndarík og frumleg
- o Utan við sig, á það til að gleyma sér

2. ER HREFNA VENJULEG?

- o Er algengt að fólk gleymi sér í dagdraumum? Er algengt að börn og unglingar tali eins og Hrefna? Er algengt að foreldrar grunnskólabarna séu hátt á sextugsaldri? Er eðlilegt að Hrefna skammist sín fyrir eitthvað af þessu?

Við skulum ræða hvort til sé „rétt“ málfar. Eiga þeir sem tala kjarnyrt mál eða beygja íslenskuna vitlaust að skammast sín og þegja?

3. ER ERFITT AÐ BYRJA Í NÝJUM SKÓLA EÐA NÝJUM BEKK?

- o Missa tengsl við gamla félagi? Kynnast nýjum sem maður veit ekki hvernig taka manni?

4. HVAÐA TILFINNINGAR GERA HREFNU DIMMRAUÐA?

- o Blygðun, skömm, minnimáttarkennd ...

5. HVAÐA TILFINNINGAR GERA HREFNU FJÓLUBLÁA?

- o (Sköpunar)gleði, öryggi, vellíðan ...

6. HVAÐA FÚKYRÐI NOTAR SOLLA UM HREFNU

- o Hálfviti, frík, auli, sveitalubbi ...

Hér er tilefni til að ræða fúkyrði sem orka tvímælis og merkja í daglegu tali starfsvettvang, búsetu, sjúkdóma eða líkamsparta.

10 mín. – Leiðarbók

- Hvernig líður þér í nýjum aðstæðum?
- Er eitthvað í fari þínu sem aðrir gera gys að?
- Hvernig bregstu við stríðni eða óþægindum?
- Hvað lærðirðu nýtt í lífsleikni í dag?

3 mín. – Heimanám

- Hvaða aðstæður láta þig finna til skammar og lítilsvirðingar?
- Við hvaða aðstæður ertu hugmyndarík(ur) og skapandi?

VIÐFANGSEFNI SÖGUNNAR

Fjóla er mjög dugleg að læra og gengur vel í öllum greinum. Hún er óframfærin og verður oft undir þegar keppt er um athyglina. Hún á þó til kjark þegar á þarf að halda.

♥ Litirnir hennar Fjólu eru blár, ljósgulur, grár og appelsínugulur.

15 mín. – Lestur sögunnar

10 mín. – Umræða

1. HVERNIG STELPA ER FJÓLA

- o Forvitin og fróð
- o Óframfærin og lítil í sér
- o Kjörkuð og áræðin (sú eina sem þorir að syngja)

2. ER FJÓLA VENJULEG?

- o Hvers vegna ætti einhver að skammast sín fyrir að vera duglegur að læra?

Hér má ræða mikilvægi þess að veita þeim einnig athygli sem ekki hafa sig mest í frammi. Einnig gildi þess að hafa kjark til að reyna á sig, til dæmis með því að koma fram fyrir hóp af fólki.

3. ER GOTT AÐ SIGRAST Á HÖMLUM SÍNUM?

- o Maður þarf stundum að reyna á sig til að ná sátt við sjálfan sig.

4. HVAÐA TILFINNINGAR GERA FJÓLU LJÓSGULA?

- o Feimni, minnimáttarkennd ...

5. HVAÐA TILFINNINGAR GERA FJÓLU APPELSÍNUGULA?

- o Stolt, gleði, sjálfsöryggi ...

6. HVAÐA FÚKYRÐI NOTAR SOLLA UM KRAKKA EINS OG FJÓLU?

- o Nörd, auli, proffi ...

Hér er tilefni til að ræða fúkyrði sem orka tvímælis og merkja í daglegu tali persónueinkenni, kynhneigð, líkamsparta eða annað.

10 mín. – Leiðarbók

- Hvenær sýndir þú síðast kjark? Hvernig leið þér?
- Finnst þér þú fá næga athygli í bekknum?
- Fyrir hvað færðu athygli í bekknum?
- Hvað lærðirðu nýtt í lífsleikni í dag?

3 mín. – Heimanám

- Hvaða aðstæður gera þig feimna/feiminn?
- Hvaða aðstæður gera þig stolta(n) og sjálfsörugga(n)?

VIÐFANGSEFNI SÖGUNNAR

Reynir hefur náð mikilli færni í fótbolta. Hann kemur úr óhefðbundinni fjölskyldu. Forráðamenn hans eru samkynhneigðar konur.

Litirnir hans Reynis eru ljósrauður, skærgrænn og gulbrúnn.

15 mín. – Lestur sögunnar

10 mín. – Umræða

1. HVERNIG STRÁKUR ER REYNIR

- o Sjálfsöruggur og einlægur
- o Góður í íþróttum
- o Úr óvenjulegri fjölskyldu

2. ER REYNIR VENJULEGUR?

- o Hefur Reynir þurft að æfa mikið til að verða svona góður í fótbolta? Er einhver góður í einhverju án þess að hafa lagt sig fram og æft sig lengi?
- o Hvað er gott heimili? Hvernig er venuleg fjölskylda? Er óvenjuleg fjölskylda verri?
- o Gerið lista yfir mismunandi fjölskyldugerðir og heimili. Afi eða amma, ráðskona, skiptinemi, mæðgur, hjón, barnlaus hjón, samkynhneigð hjón, stórfjölskyldu-búskapur ...

Hér er mikilvægt að ræða mismunandi aðstæður sem börn geta búið við heima hjá sér. Einnig að rætt sé af fordómaleysi um samkynhneigð og sambönd samkynhneigðra.

3. HVAÐ ER SAMKYNHNEIGÐ?

- o Þegar fólk fellir hug til einstaklinga af sama kyni og það er sjálft. Hommar, lesbíur.

4. HVAÐA TILFINNINGAR GERA REYNI LJÓSSRAUÐAN?

- o Stolt, velgengni, sigurgleði ...

5. HVAÐA TILFINNINGAR GERA REYNI SKÆRGRÆNAN?

- o (Sköpunar)gleði, kátína, væntumþykja, öryggi ...

6. HVAÐA FÚKYRÐI NOTAR SOLLA UM MÖMMU HANS REYNIS?

- o Lessa, öfug, kynvillingur ...

Hér er tilefni til að ræða fúkyrði sem orka tvímælis og merkja í daglegu tali sjúkdóma, kynhneigð, líkamsparta eða annað.

10 mín. – Leiðarbók

- Hvernig er fjölskyldan þín?
- Hvað finnst þér skemmtilegt að gera með fjölskyldu þinni?
- Hvað lærðirðu nýtt í lífsleikni í dag?

3 mín. – Heimanám

- Hvaða aðstæður gera þig stolta(n) og sigurglaða(n)?
- Hvaða aðstæður gera þig káta(n) og skapandi?

VIÐFANGSEFNI SÖGUNNAR

Egill er þungur á sér og á erfitt uppdráttar þegar íþróttir eru annars vegar. Hann er mjög flinkur að teikna.

 Líturinn hans Egils er grár.

15 mín. – Lestur sögunnar

10 mín. – Umræða

1. HVERNIG STRÁKUR ER EGILL?

- o Hefur listræna hæfileika
- o Feitur? Gengur illa í íþróttum
- o Grínast

2. ER EGILL VENJULEGUR?

- Eru íþróttir fyrir stráka eins og Egil?
- Ættu íþróttir að vera fyrir þá sem eru þungir á sér eða fyrir þá sem eru vel á sig komnir?
- Hvaða íþróttagreinar gætu hentað Agli?
- Af hverju heldur Egill að allir hlæi að sér?

Hér má vekja umræður um mismunandi vaxtarlag fólks og hvaða máli það skipti það sjálft og umhverfið. Einnig um hreyfingu og þátt hennar í þroska einstaklingsins.

3. HVAÐA TILFINNINGAR GERA EGIL GRÁAN?

- o Minnimáttarkennd, sektarkennd, leiði ...

4. HVAÐA FÚKYRÐI NOTAR SOLLA UM EGIL?

- o Feitabolla, fituklessa, fatsó, hlunkur, hlass ...

Hér er tilefni til að ræða fúkyrði sem orka tvímælis og merkja í daglegu tali holdarfar, sjúkdóma, kynhneigð eða líkamsparta.

10 mín. – Leiðarbók

- Hefurðu stundum áhyggjur af því hvernig þú lítur út? Hvers vegna?
- Hvaða hæfileika hefur þú sem fáir vita um?
- Hvað lærðirðu nýtt í lífsleikni í dag?

3 mín. – Heimanám

- Við hvaða aðstæður upplifir þú skömm og niðurlægingu?
- Getur þú eitthvað sem kennarinn þinn getur ekki?

VIÐFANGSEFNI SÖGUNNAR

■ Magga er líkamlega bráðþroska og hefur áhyggjur vegna þess. Hún er í góðu sambandi við mömmu sína og getur trúað henni fyrir áhyggjum sínum.

♥ Litirnir hennar Möggu eru rósrauður, skærgulur, dökkblár og eiturgreinn.

15 mín. – Lestur sögunnar

10 mín. – Umræða

1. HVERNIG STELPA ER MAGGA?

- o Glæðvæð, jákvæð og vinsæl
- o Bráðþroska, tilfinningarík og sveiflukenn
- o Óörugg og viðkvæm

2. ER MAGGA VENJULEG?

- o Magga er að verða kynþroska frekar ung
- o Hvað er að því að taka út þroska fyrr en flestir aðrir? Er erfitt að vera fyrstur eða síðastur?
- o Hvernig væri að halda uppá fyrstu blæðingar eða byrjun á mútum?

■ Mikilvægt er að ræða kynþroskann á jákvæðan hátt, að kynþroskinn sé ræddur sem spennandi fyrirbæri sem beri að fagna. Einnig er ástæða til að ræða að ekkert sé óeðlilegt við að skera sig úr því fólk taki þroska sinn út misfljótt og mishratt.

3. HVAÐA TILFINNINGAR GERA MÖGGU RÓSRAUÐA?

- o Ánægja, sátt, vinátta ...

4. HVAÐA TILFINNINGAR GERA MÖGGU SKÆRGULA?

- o Óöryggi, spennan, kvíði ...

5. HVAÐA FÚKYRÐI NOTAR SOLLA UM MÖGGU?

- o Kerling, megabeib, gella, ljóska, feitabolla ...

■ Hér er tilefni til að ræða fúkyrði sem orka tvímælis og merkja í daglegu tali útlitseinkenni, sjúkdóma, kynhneigð eða líkamsparta.

10 mín. – Leiðarbók

- Hefurðu áhyggjur af þínum eigin þroska eða einhverju öðru sem er að gerast í líkama þínum?
- Hverjum getur þú trúað fyrir því hvernig þér líður?
- Hvað lærðirðu nýtt í lífsleikni í dag?

3 mín. – Heimanám

- Við hvaða aðstæður ert þú ánægð/ur og sátt/ur við sjálfa/n þig?
- Hvaða aðstæður gera þig spennanta(n) og kvíðna/kvíðinn?

VIÐFANGSEFNI SÖGUNNAR

Aziz er nýbúi sem enn hefur ekki náð fullum tókum á íslensku. Honum finnst margt skrýtið á Íslandi og bekkjarfélögunum finnst líka ýmislegt skrýtið í fari hans.

♥ Litirnir hans Aziz eru bleikur, grár og dökkrauður.

15 mín. – Lestur sögunnar

10 mín. – Umræða

1. HVERNIG STRÁKUR ER AZIZ?

- o Jákvæður, félagslyndur, forvitinn, fróðleiksfús
- o Trúaður, stoltur af uppruna sínum
- o Polinmóður, umburðarlyndur

2. ER AZIZ VENJULEGUR?

- o Hvernig ætli það sé að tala tungumál sem aðeins örfáir í kringum mann skilja? Eða að þurfa að læra flókið mál eins og íslensku og vita að lengi framan af gerir maður margar vitleysur sem fólk hlær að?

Þessi kafli vekur umræður um afstöðu okkar til útlendinga sem flytja hingað til lands. Það er mikilvægt að við áttum okkur á því að trúarbrögð heims eru misjöfn og ekkert þeirra er „réttara“ en hin. Og svo trúa ekki allir á guð.

3. HVAÐA TRÚARBRÖGÐ ÞEKKIÐ ÞIÐ?

- o Kristni, Gyðingdómur, Búddismi, Islam, Hindú, Ásatrú ...

4. HVAÐA TILFINNINGAR GERA AZIZ BLEIKAN?

- o Forvitni, fróðleiksfýsn ...

5. HVAÐA TILFINNINGAR GERA AZIZ DÖKKRAUÐAN?

- o Skilningsleysi, skömm ...

6. HVAÐA FÚKYRÐI NOTAR SOLLA UM AZIZ?

- o Útlendingshálfviti, vitleysingur, aumingi, trúvillingur ...

Hér er tilefni til að ræða fúkyrði sem orka tvímælis og merkja í daglegu tali þjóðerni, trú, sjúkdóma, kynhneigð eða líkamsparta.

10 mín. – Leiðarbók

- Kannast þú við aðstæður þar sem var hlegið að þér?
- Lýstu aðstæðum þar sem þú skarst þig úr því sem gerðist.
- Hvernig heldurðu að þér liði í Tyrklandi ef þú flyttir þangað?
- Hvað lærðirðu nýtt í lífsleikni í dag?

3 mín. – Heimanám

- Við hvaða aðstæður ert þú forvitin(n) og fróðleiksfús?
- Við hvaða aðstæður upplifir þú skilningsleysi?

VIÐFANGSEFNI SÖGUNNAR

Vigdís er mikið líkamlega fötluð og bundin hjólastól. Hún er góð námsmanneskja, hjálpsöm og dugleg.

Litirnir hennar Vigdísar eru rauður, gulur, fagurgrænn, brúnn og appelsínugulur.

15 mín. – Lestur sögunnar

10 mín. – Umræða

1. HVERNIG STELPA ER VIGDÍS?

- o Hjálpsöm, vinsæl, dugleg
- o Góð námsmanneskja, félagslynd og jákvæð
- o Hefur ánægju af tónlist

2. ER VIGDÍS VENJULEG?

- o Hvernig ætli það sé að geta ekki hreyft líkamann?

Fötlun getur verið bæði andleg og líkamleg. Það er mikilvægt að við dæmum ekki fatlaðan einstakling óhæfan á sviðum sem koma fötlun hans ekkert við. Allir eiga rétt á að njóta lífsins og hæfileika sinna, og við megum heldur ekki fara á mis við hæfileika fólks bara vegna þess að það er öðruvísi en við.

3. HVAÐA TILFINNINGAR GERA VIGDÍSI BRÚNA?

- o Niðurlæging, vanvirðing, sært stolt ...

4. HVAÐA TILFINNINGAR GERA VIGDÍSI FAGURGRÆNA?

- o Hljá, stolt, vinátta ...

5. HVAÐA FÚKYRÐI NOTAR SOLLA UM VIGDÍSI?

- o Aumingi, hjólatík, krypplingur, bæklingur ...

Hér er tilefni til að ræða fúkyrði sem orka tvímælis og merkja í daglegu tali fötlun, sjúkdóma, kynhneigð eða líkamsparta.

10 mín – Leiðarbók

- Hvaða hæfileika vildir þú síst missa? Hvers vegna?
- Hvernig gengur manneskju í hjólastól að komast um skólann þinn?
- Hvað lærðirðu nýtt í lífsleikni í dag?

3 mín. – Heimanám

- Við hvaða aðstæður er stolt þitt sært?
- Við hvaða aðstæður upplifir þú hlýju og stolt?

VIÐFANGSEFNI SÖGUNNAR

Friðjón er mjög flinkur í ýmsum leikjum. Gallinn er bara sá að flestir líta á þessa leiki sem stelpuleiki. Friðjón hefur þungar áhyggjur af þessu sjálfur.

Litirnir hans Friðjóns eru dökkblár, ljósgrænn, gulbrúnn og fjólublár.

15 mín. – Lestur sögunnar

10 mín. – Umræða

1. HVERNIG STRÁKUR ER FRIÐJÓN?

- o Fjörugur og lífsglaður
- o Hugmyndaríkur og uppfinningasamur
- o Óöruggur og viðkvæmur

2. ER FRIÐJÓN VENJULEGUR?

- o Hvað eða hver ákveður hvaða leikir eru fyrir hvort kynið?
- o Sumir leikir geta skaðað fólk. Hvaða leikir eru það?

Nú ræðum við hvað það er sem mótar hegðun stráka og stelpna, hvað þykir strákalegt og hvað stelpulegt. Rétt er að koma inn á hlut foreldra, félaga, kennara, fjölmiðla, bíómynda, auglýsinga og benda nemendum á hvaða fyrirmyndum sé haldið að þeim.

3. HVAÐA TILFINNINGAR GERA FRIÐJÓN DÖKKBLÁAN?

- o Skömm, blygðun, óöryggi ...

4. HVAÐA TILFINNINGAR GERA FRIÐJÓN LJÓSGRÆNAN?

- o Ró, leikgleði, sköpunargleði, sátt ...

5. HVAÐA FÚKYRÐI NOTAR SOLLA UM FRIÐJÓN?

- o Hommi, stelpustrákur, pempía, stelpa ...

Hér er tilefni til að ræða fúkyrði sem orka tvímælis og merkja í daglegu tali kyn, sjúkdóma, kynhneigð eða líkamsparta.

10 mín. – Leiðarbók

- Hvað hefur þú hætt við að gera eða falið vegna hræðslu við hvað öðrum fyndist?
- Hvaða fyrirmyndir átt þú þér?
- Hvað lærðirðu nýtt í lífsleikni í dag?

3 mín. – Heimanám

- Við hvaða aðstæður upplifir þú skömm og blygðun?
- Við hvaða aðstæður upplifir þú leikgleði og sköpunargleði?

VIÐFANGSEFNI SÖGUNNAR

Solla á enga vini. Hún lætur eins og hún þurfi ekki á neinum að halda. Hún er orðljót og stríðin. Pabbi hennar er alkóhólisti. Mamma hennar er neikvæð og talar illa um flesta í kringum sig. Solla býr við mikið óöryggi, tvöfalt siðgæði og jafnvel ofbeldi heima hjá sér.

Litirnir hennar Sollu eru aðallega gulbrúnn, en þó glittir í eldrautt, ísblátt, skærgult og eiturgænt.

15 mín. – Lestur sögunnar

10 mín. – Umræða

1. HVERNIG STELPA ER SOLLA?

- o Neikvæð, orðljót og miskunnarlaus
- o Óvinsæl
- o Líður illa, óörugg

2. ER SOLLA VENJULEG?

- o Þeir sem vilja særa aðra hafa yfirleitt verið særðir sjálfir.

Við ræðum hvað það er sem mótar afstöðu okkar til sjálfra okkar og umhverfisins, hvernig afstaða okkar endurspeglar áhrifin sem við verðum fyrir í daglegu lífi. Einnig hvernig framkoma okkar við aðra segir meira um okkur sjálf en þá sem við viljum gera lítið úr.

3. HVAÐ ER ALKÓHÓLISMI?

- Misnotkun vímuefna til að slaka á, skemmta sér eða nálgast tilfinningar sínar.
- Óstjórnleg löngun í áfengi eða önnur fíkniefni.
- Löngunin í vímu verður oft yfirsterkari allri skynsemi og veldur gjarnan mikilli vanlíðan og tilfinningalegu tjóni hjá alkahólistanum og aðstandendum hans.

4. HVAÐA TILFINNINGAR GERA SOLLU ÍSBLÁA?

- o Vonbrigði, vonleysi

5. HVAÐA TILFINNINGAR GERA SOLLU ELDRAUÐA?

- o Reiði, ásökun, fyrirlitning

6. HVAÐA FÚKYRÐI NOTAR MAMMA SOLLU UM FÓLK?

- o Samsafn af fúkyrðum sem við höfum áður heyrt Solla nota.

Hér er tilefni til að ræða hvar Solla hafi lært fúkyrðin sem lýsa fordómum hennar gegn flestu fólki sem hún hittir.

10 mín. – Leiðarbók

- Er alkahólismi í þinni fjölskyldu?
- Hvað hugsar þú þegar þú heyrir fullorðið fólk tala illa um annað fólk?
- Hvað lærðirðu nýtt í lífsleikni í dag?
- Við hvaða aðstæður upplifir þú vonbrigði og vonleysi?
- Við hvaða aðstæður verður þú reið(ur)?
- Finnst þér þú oft vera gulbrún(n) að innan?

3 mín. – Heimanám

- Sjálfsmat – sbr. blað á bls. 37
Nemendur fylla út blaðið

VIÐFANGSEFNI

Veran er að kveðja og hvetur um leið nemendur til að opna augu sín fyrir mismunandi fólki og líðan þess. Hún bendir jafnframt á að fjölbreytileiki nemendanna í bekknum hennar sé ekki tæmandi og eflaust séu öðrvísi krakkar til.

5 mín. – Lestur

10 mín. – Umræða

- 1. VAR VERAN Í VENJULEGUM BEKK?**
- 2. HVAÐA ER VENJULEGUR BEKKUR?**
- 3. VILJÐ ÞIÐ AÐ AÐRIR SKILJI HVERNIG YKKUR LÍÐUR?**
- 4. HVERS VEGNA ER GOTT AÐ SKILJA HVERNIG ÖÐRUM LÍÐUR?**

20 mín. – Leiðarbók

- Tveggja manna trúnaðarspjall – Tveir og tveir nemendur ræða saman um vangaveltur sínar í leiðarbók og ræða sína upplifun af viðfangsefninu.
- Um leið skoðar kennari og ræðir leiðarbókina með hverjum um sig og er það liður í mati kennara á henni.

3 mín. – Heimanám

Undirbúningur fyrir leiklestur á allri sögunni í næsta tíma.

V. Hugmyndabanki

1. Tveggja manna trúnaðartal

Æskilegt væri að gera nemendum kleift að bera saman hugleiðingar sínar. Þá færu tveir og tveir nemendur afsíðis með leiðarbækurnar. Þannig gætu nemendur fengið þjálfun í að hlusta á aðra og tala um eigin tilfinningar.

2. Tilfinningalistinn

Gera lista yfir allar tilfinningar sem koma fyrir í sögunni og nemendum dettur í hug. ... kvíði, eftirvænting, vonbrigði, væntumþykja, öryggi, hræðsla, reiði, gleði, hatur, sorg, samúð, ást, vonleysi, niðurlæging, hamingja, meðaumkun ...

3. Að greina eigin tilfinningar (sjá verkefni til útprentunar)

Nemendur fylgjast með sjálfum sér í einn dag og skrá hjá sér tilfinningasveiflurnar.

4. Litróf tilfinninganna

- Gera litakort með öllum tilfinningaskalanum eins og hann birtist okkur í sögunum.
- Eru alltaf sömu litir fyrir sömu tilfinningar?
- Nemendurnir gera litakort með sínum eigin tilfinningum, eftir að hafa greint tilfinningar sínar (sbr. verkefni til útprentunar: „Að greina eigin tilfinningar.“)

5. Hvað er venjulegt?

- Veran er að leita að því sem er venjulegt.
- Hvað er venjulegt?
- Er einhver venjulegur?
- Vildir þú vera venjuleg(ur)?
- Er eitthvað venjulegt við allar aðstæður frá sjónarhóli allra, alltaf og allstaðar?

6. Styrkleikar mínir (sjá verkefni til útprentunar)

Nemendur skoða styrkleika sína – átta sig á hæfileikum sínum og áhugasviðum.

- Í hverju er ég góð(ur)?
- Hvað kann ég mjög vel?
- Hvað get ég gert betur en flestir?
- Hvað finnst mér skemmtilegt að gera?
- Hverju hef ég mestan áhuga á?

7. Fleiri fulltrúar í litríka bekkinn

Nemendur búa til nýjar persónur í litríka bekkinn með öllum hugsanlegum hæfileikum, veikleikum og tilfinningum.

8. Veran í mér

Nemendur velta fyrir sér hvað veran fyndi í þeim. Þeir semja einn kafla um sig þar sem veran finnur litina þeirra, styrkleika og sérkenni.

9. Fúkyrði

Bekkurinn gerir lista yfir öll fúkyrði sem koma fram og velta því svo fyrir sér hver þeirra eru nothæf og fela ekki í sér fordóma eða niðurlægingu.

VI. Verkefni til útprentunar

Að greina eigin tilfinningar

Nafn: _____

Dags.: _____

Fylgstu með sjálfri/sjálfum þér í einn dag og skráðu hjá þér tilfinningasveiflurnar.

Hvaða liti fannstu?				
Hvernig brástu við?				
Hvers vegna?				
Hvar og hvernær?				
Hvaða tilfinningu fannstu?				
	1	2	3	4

Styrkleikar mínir

Nafn: _____

Dags.: _____

Skoðu styrkleika þína – áttaðu þig á hæfileikum þínum og áhugasviðum.

Í hverju er ég góð(ur)?

Hvað kann ég mjög vel?

Hvað get ég gert betur en flestir?

Hvað finnst mér skemmtilegt að gera?

Hverju hef ég mestan áhuga á?

Heimanám – Spurningar til ljósritunar og dreifingar



Opna 3: Nú er ég bara Gummi

Í hvaða aðstæðum ertu sjálfsörugg(ur) og líður vel?
Hvenær ertu helst reið(ur) og niðurlægð(ur)?



Opna 3: Nú er ég bara Gummi

Í hvaða aðstæðum ertu sjálfsörugg(ur) og líður vel?
Hvenær ertu helst reið(ur) og niðurlægð(ur)?



Opna 3: Nú er ég bara Gummi

Í hvaða aðstæðum ertu sjálfsörugg(ur) og líður vel?
Hvenær ertu helst reið(ur) og niðurlægð(ur)?



Opna 3: Nú er ég bara Gummi

Í hvaða aðstæðum ertu sjálfsörugg(ur) og líður vel?
Hvenær ertu helst reið(ur) og niðurlægð(ur)?



Opna 3: Nú er ég bara Gummi

Í hvaða aðstæðum ertu sjálfsörugg(ur) og líður vel?
Hvenær ertu helst reið(ur) og niðurlægð(ur)?



Opna 3: Nú er ég bara Gummi

Í hvaða aðstæðum ertu sjálfsörugg(ur) og líður vel?
Hvenær ertu helst reið(ur) og niðurlægð(ur)?



Opna 3: Nú er ég bara Gummi

Í hvaða aðstæðum ertu sjálfsörugg(ur) og líður vel?
Hvenær ertu helst reið(ur) og niðurlægð(ur)?



Opna 3: Nú er ég bara Gummi

Í hvaða aðstæðum ertu sjálfsörugg(ur) og líður vel?
Hvenær ertu helst reið(ur) og niðurlægð(ur)?



Heimanám – Spurningar til ljósritunar og dreifingar



Opna 4: Nú er ég bara Hrefna

Í hvaða aðstæðum finnur þú til skammar og lítilsvirðingar?
Við hvaða aðstæður ertu hugmyndarík(ur) og skapandi?



Opna 4: Nú er ég bara Hrefna

Í hvaða aðstæðum finnur þú til skammar og lítilsvirðingar?
Við hvaða aðstæður ertu hugmyndarík(ur) og skapandi?



Opna 4: Nú er ég bara Hrefna

Í hvaða aðstæðum finnur þú til skammar og lítilsvirðingar?
Við hvaða aðstæður ertu hugmyndarík(ur) og skapandi?



Opna 4: Nú er ég bara Hrefna

Í hvaða aðstæðum finnur þú til skammar og lítilsvirðingar?
Við hvaða aðstæður ertu hugmyndarík(ur) og skapandi?



Opna 4: Nú er ég bara Hrefna

Í hvaða aðstæðum finnur þú til skammar og lítilsvirðingar?
Við hvaða aðstæður ertu hugmyndarík(ur) og skapandi?



Opna 4: Nú er ég bara Hrefna

Í hvaða aðstæðum finnur þú til skammar og lítilsvirðingar?
Við hvaða aðstæður ertu hugmyndarík(ur) og skapandi?



Opna 4: Nú er ég bara Hrefna

Í hvaða aðstæðum finnur þú til skammar og lítilsvirðingar?
Við hvaða aðstæður ertu hugmyndarík(ur) og skapandi?



Opna 4: Nú er ég bara Hrefna

Í hvaða aðstæðum finnur þú til skammar og lítilsvirðingar?
Við hvaða aðstæður ertu hugmyndarík(ur) og skapandi?



Heimanám – Spurningar til ljósritunar og dreifingar



Opna 5: Nú er ég bara Fjóla

Við hvaða aðstæður ertu feimin(n)?

Við hvaða aðstæður ertu stolt(ur) og sjálfsörugg(ur)?



Opna 5: Nú er ég bara Fjóla

Við hvaða aðstæður ertu feimin(n)?

Við hvaða aðstæður ertu stolt(ur) og sjálfsörugg(ur)?



Opna 5: Nú er ég bara Fjóla

Við hvaða aðstæður ertu feimin(n)?

Við hvaða aðstæður ertu stolt(ur) og sjálfsörugg(ur)?



Opna 5: Nú er ég bara Fjóla

Við hvaða aðstæður ertu feimin(n)?

Við hvaða aðstæður ertu stolt(ur) og sjálfsörugg(ur)?



Opna 5: Nú er ég bara Fjóla

Við hvaða aðstæður ertu feimin(n)?

Við hvaða aðstæður ertu stolt(ur) og sjálfsörugg(ur)?



Opna 5: Nú er ég bara Fjóla

Við hvaða aðstæður ertu feimin(n)?

Við hvaða aðstæður ertu stolt(ur) og sjálfsörugg(ur)?



Opna 5: Nú er ég bara Fjóla

Við hvaða aðstæður ertu feimin(n)?

Við hvaða aðstæður ertu stolt(ur) og sjálfsörugg(ur)?



Opna 5: Nú er ég bara Fjóla

Við hvaða aðstæður ertu feimin(n)?

Við hvaða aðstæður ertu stolt(ur) og sjálfsörugg(ur)?



Heimanám – Spurningar til ljósritunar og dreifingar



Opna 6: Nú er ég bara Reynir

Við hvaða aðstæður verður þú stolt(ur) og sigurglöð/glaður?

Við hvaða aðstæður verður þú kát(ur) og skapandi?



Opna 6: Nú er ég bara Reynir

Við hvaða aðstæður verður þú stolt(ur) og sigurglöð/glaður?

Við hvaða aðstæður verður þú kát(ur) og skapandi?



Opna 6: Nú er ég bara Reynir

Við hvaða aðstæður verður þú stolt(ur) og sigurglöð/glaður?

Við hvaða aðstæður verður þú kát(ur) og skapandi?



Opna 6: Nú er ég bara Reynir

Við hvaða aðstæður verður þú stolt(ur) og sigurglöð/glaður?

Við hvaða aðstæður verður þú kát(ur) og skapandi?



Opna 6: Nú er ég bara Reynir

Við hvaða aðstæður verður þú stolt(ur) og sigurglöð/glaður?

Við hvaða aðstæður verður þú kát(ur) og skapandi?



Opna 6: Nú er ég bara Reynir

Við hvaða aðstæður verður þú stolt(ur) og sigurglöð/glaður?

Við hvaða aðstæður verður þú kát(ur) og skapandi?



Opna 6: Nú er ég bara Reynir

Við hvaða aðstæður verður þú stolt(ur) og sigurglöð/glaður?

Við hvaða aðstæður verður þú kát(ur) og skapandi?



Opna 6: Nú er ég bara Reynir

Við hvaða aðstæður verður þú stolt(ur) og sigurglöð/glaður?

Við hvaða aðstæður verður þú kát(ur) og skapandi?



Heimanám – Spurningar til ljósritunar og dreifingar



Opna 7: Nú er ég bara Egill

Við hvaða aðstæður upplifir þú skömm og niðurlægingu?
Getur þú eitthvað sem kennarinn þinn getur ekki?



Opna 7: Nú er ég bara Egill

Við hvaða aðstæður upplifir þú skömm og niðurlægingu?
Getur þú eitthvað sem kennarinn þinn getur ekki?



Opna 7: Nú er ég bara Egill

Við hvaða aðstæður upplifir þú skömm og niðurlægingu?
Getur þú eitthvað sem kennarinn þinn getur ekki?



Opna 7: Nú er ég bara Egill

Við hvaða aðstæður upplifir þú skömm og niðurlægingu?
Getur þú eitthvað sem kennarinn þinn getur ekki?



Opna 7: Nú er ég bara Egill

Við hvaða aðstæður upplifir þú skömm og niðurlægingu?
Getur þú eitthvað sem kennarinn þinn getur ekki?



Opna 7: Nú er ég bara Egill

Við hvaða aðstæður upplifir þú skömm og niðurlægingu?
Getur þú eitthvað sem kennarinn þinn getur ekki?



Opna 7: Nú er ég bara Egill

Við hvaða aðstæður upplifir þú skömm og niðurlægingu?
Getur þú eitthvað sem kennarinn þinn getur ekki?



Opna 7: Nú er ég bara Egill

Við hvaða aðstæður upplifir þú skömm og niðurlægingu?
Getur þú eitthvað sem kennarinn þinn getur ekki?



Heimanám – Spurningar til ljósritunar og dreifingar



Opna 8: Nú er ég bara Magga

Við hvaða aðstæður ert þú ánægð(ur) og sátt(ur) við sjálfa(n) þig?
Hvaða aðstæður gera þig spennta(n) og kvíðna/kvíðinn?



Opna 8: Nú er ég bara Magga

Við hvaða aðstæður ert þú ánægð(ur) og sátt(ur) við sjálfa(n) þig?
Hvaða aðstæður gera þig spennta(n) og kvíðna/kvíðinn?



Opna 8: Nú er ég bara Magga

Við hvaða aðstæður ert þú ánægð(ur) og sátt(ur) við sjálfa(n) þig?
Hvaða aðstæður gera þig spennta(n) og kvíðna/kvíðinn?



Opna 8: Nú er ég bara Magga

Við hvaða aðstæður ert þú ánægð(ur) og sátt(ur) við sjálfa(n) þig?
Hvaða aðstæður gera þig spennta(n) og kvíðna/kvíðinn?



Opna 8: Nú er ég bara Magga

Við hvaða aðstæður ert þú ánægð(ur) og sátt(ur) við sjálfa(n) þig?
Hvaða aðstæður gera þig spennta(n) og kvíðna/kvíðinn?



Opna 8: Nú er ég bara Magga

Við hvaða aðstæður ert þú ánægð(ur) og sátt(ur) við sjálfa(n) þig?
Hvaða aðstæður gera þig spennta(n) og kvíðna/kvíðinn?



Opna 8: Nú er ég bara Magga

Við hvaða aðstæður ert þú ánægð(ur) og sátt(ur) við sjálfa(n) þig?
Hvaða aðstæður gera þig spennta(n) og kvíðna/kvíðinn?



Opna 8: Nú er ég bara Magga

Við hvaða aðstæður ert þú ánægð(ur) og sátt(ur) við sjálfa(n) þig?
Hvaða aðstæður gera þig spennta(n) og kvíðna/kvíðinn?



Heimanám – Spurningar til ljósritunar og dreifingar



Opna 9: Nú er ég bara Aziz

Við hvaða aðstæður ert þú forvitin(n) og fróðleiksfús?

Við hvaða aðstæður upplifir þú skilningsleysi?



Opna 9: Nú er ég bara Aziz

Við hvaða aðstæður ert þú forvitin(n) og fróðleiksfús?

Við hvaða aðstæður upplifir þú skilningsleysi?



Opna 9: Nú er ég bara Aziz

Við hvaða aðstæður ert þú forvitin(n) og fróðleiksfús?

Við hvaða aðstæður upplifir þú skilningsleysi?



Opna 9: Nú er ég bara Aziz

Við hvaða aðstæður ert þú forvitin(n) og fróðleiksfús?

Við hvaða aðstæður upplifir þú skilningsleysi?



Opna 9: Nú er ég bara Aziz

Við hvaða aðstæður ert þú forvitin(n) og fróðleiksfús?

Við hvaða aðstæður upplifir þú skilningsleysi?



Opna 9: Nú er ég bara Aziz

Við hvaða aðstæður ert þú forvitin(n) og fróðleiksfús?

Við hvaða aðstæður upplifir þú skilningsleysi?



Opna 9: Nú er ég bara Aziz

Við hvaða aðstæður ert þú forvitin(n) og fróðleiksfús?

Við hvaða aðstæður upplifir þú skilningsleysi?



Opna 9: Nú er ég bara Aziz

Við hvaða aðstæður ert þú forvitin(n) og fróðleiksfús?

Við hvaða aðstæður upplifir þú skilningsleysi?



Heimanám – Spurningar til ljósritunar og dreifingar



Opna 10: Nú er ég bara Vigdís

Við hvaða aðstæður er stolt þitt sært?

Við hvaða aðstæður upplifir þú hlýju og stolt?



Opna 10: Nú er ég bara Vigdís

Við hvaða aðstæður er stolt þitt sært?

Við hvaða aðstæður upplifir þú hlýju og stolt?



Opna 10: Nú er ég bara Vigdís

Við hvaða aðstæður er stolt þitt sært?

Við hvaða aðstæður upplifir þú hlýju og stolt?



Opna 10: Nú er ég bara Vigdís

Við hvaða aðstæður er stolt þitt sært?

Við hvaða aðstæður upplifir þú hlýju og stolt?



Opna 10: Nú er ég bara Vigdís

Við hvaða aðstæður er stolt þitt sært?

Við hvaða aðstæður upplifir þú hlýju og stolt?



Opna 10: Nú er ég bara Vigdís

Við hvaða aðstæður er stolt þitt sært?

Við hvaða aðstæður upplifir þú hlýju og stolt?



Opna 10: Nú er ég bara Vigdís

Við hvaða aðstæður er stolt þitt sært?

Við hvaða aðstæður upplifir þú hlýju og stolt?



Opna 10: Nú er ég bara Vigdís

Við hvaða aðstæður er stolt þitt sært?

Við hvaða aðstæður upplifir þú hlýju og stolt?



Heimanám – Spurningar til ljósritunar og dreifingar



Opna 11: Nú er ég bara Friðjón

Við hvaða aðstæður upplifir þú skömm og blygðun?

Við hvaða aðstæður upplifir þú leikgleði og sköpunargleði?



Opna 11: Nú er ég bara Friðjón

Við hvaða aðstæður upplifir þú skömm og blygðun?

Við hvaða aðstæður upplifir þú leikgleði og sköpunargleði?



Opna 11: Nú er ég bara Friðjón

Við hvaða aðstæður upplifir þú skömm og blygðun?

Við hvaða aðstæður upplifir þú leikgleði og sköpunargleði?



Opna 11: Nú er ég bara Friðjón

Við hvaða aðstæður upplifir þú skömm og blygðun?

Við hvaða aðstæður upplifir þú leikgleði og sköpunargleði?



Opna 11: Nú er ég bara Friðjón

Við hvaða aðstæður upplifir þú skömm og blygðun?

Við hvaða aðstæður upplifir þú leikgleði og sköpunargleði?



Opna 11: Nú er ég bara Friðjón

Við hvaða aðstæður upplifir þú skömm og blygðun?

Við hvaða aðstæður upplifir þú leikgleði og sköpunargleði?



Opna 11: Nú er ég bara Friðjón

Við hvaða aðstæður upplifir þú skömm og blygðun?

Við hvaða aðstæður upplifir þú leikgleði og sköpunargleði?



Opna 11: Nú er ég bara Friðjón

Við hvaða aðstæður upplifir þú skömm og blygðun?

Við hvaða aðstæður upplifir þú leikgleði og sköpunargleði?



Heimanám – Spurningar til ljósritunar og dreifingar



Opna 12: Nú er ég bara Solla

Við hvaða aðstæður upplifir þú vonbrigði og vonleysi?
Við hvaða aðstæður verðu þú reið(ur)?
Finnst þér þú oft vera gulbrún(n) að innan?



Opna 12: Nú er ég bara Solla

Við hvaða aðstæður upplifir þú vonbrigði og vonleysi?
Við hvaða aðstæður verðu þú reið(ur)?
Finnst þér þú oft vera gulbrún(n) að innan?



Opna 12: Nú er ég bara Solla

Við hvaða aðstæður upplifir þú vonbrigði og vonleysi?
Við hvaða aðstæður verðu þú reið(ur)?
Finnst þér þú oft vera gulbrún(n) að innan?



Opna 12: Nú er ég bara Solla

Við hvaða aðstæður upplifir þú vonbrigði og vonleysi?
Við hvaða aðstæður verðu þú reið(ur)?
Finnst þér þú oft vera gulbrún(n) að innan?



Opna 12: Nú er ég bara Solla

Við hvaða aðstæður upplifir þú vonbrigði og vonleysi?
Við hvaða aðstæður verðu þú reið(ur)?
Finnst þér þú oft vera gulbrún(n) að innan?



Opna 12: Nú er ég bara Solla

Við hvaða aðstæður upplifir þú vonbrigði og vonleysi?
Við hvaða aðstæður verðu þú reið(ur)?
Finnst þér þú oft vera gulbrún(n) að innan?



Opna 12: Nú er ég bara Solla

Við hvaða aðstæður upplifir þú vonbrigði og vonleysi?
Við hvaða aðstæður verðu þú reið(ur)?
Finnst þér þú oft vera gulbrún(n) að innan?



Opna 12: Nú er ég bara Solla

Við hvaða aðstæður upplifir þú vonbrigði og vonleysi?
Við hvaða aðstæður verðu þú reið(ur)?
Finnst þér þú oft vera gulbrún(n) að innan?



Sjálfsmat – Ég er bara ég

Nafn: _____

Dags.: _____

	alltaf	oftast	stundum	aldrei	ekki viss
Ég hef gaman af að glíma við ný viðfangsefni	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ég reyni að leggja eitthvað til málanna í umræðum	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ég hlusta vel á það sem aðrir hafa fram að færa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ég er til í að ræða hugmyndir annarra	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ég hef stjórn á skapi mínu þó ég sé ekki sammála	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ég get tekið gagnrýni án þess að fara í fýlu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ég get gagnrýnt aðra á sanngjarnan hátt (eða eins og ég vil að aðrir gagnrýni mig)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ég verð reið(ur) ef einhver gagnrýnir mig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ég reyni að taka tillit til annarra	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ég gerði eins vel og ég gat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Það mikilvægasta sem ég lagði af mörkum í þessu verkefni var

Mat á leiðarbók

Nafn: _____

Dags.: _____

Hafið eftirfarandi í huga þegar þið metið bókina	Athugasemdir Hvað tókst vel? – Hvað mætti laga?	
	Jafningi	Sjálf(ur)
Formáli	Foreldri / fullorðinn heima	Kennari
Efni leiðarbókarinnar (eru öll verkefni sem lögð voru fyrir? Felast spurningarnar í svörum? Er textinn læsilegur, skapandi, áhugaverður?)		
Lokaorð		
Útlit/frágangur bókarinnar (hönnun kápu, myndskreyting, uppsetning og útlit verkefna).		

Mat á verkefni

Nafn: _____

Dags.: _____

Hugsaðu um alla vinnuna í sambandi við efnið *Ég er bara ég*, og reyndu að svara eins og þér finnst:

1. Það besta/skemmtilegasta við þetta verkefni var _____
Hvers vegna? _____

2. Það versta/leiðinlegasta við þetta verkefni var _____
Hvers vegna? _____

3. Hvað finnst þér þú læra nýtt í þessu verkefni? _____

4. Hvaða saga fannst þér áhugaverðust? _____
Hvers vegna? _____

5. Hvaða persónu kunnir þú best við? _____
Hvers vegna? _____

6. Hvaða tilfinningar fannst þér erfiðast að upplifa? _____
Hvers vegna? _____

7. Hefðir þú viljað breyta einhverju? _____
Hvers vegna? _____

8. Hvað fannst þér áhugaverðast í þessari vinnu (þú getur nefnt fleiri en eitt atriði)?

9. Annað sem þú vilt segja um þetta verkefni? _____

VII. Heimildir

- Gardner, H. 1983 *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. New York. Basic Books.
- Goleman, D. 1998. *Working With Emotional Intelligence*. Bantam Books.
- Ingvar Sigurgeirsson. 1996b. *Listin að spyrja: Handbók fyrir kennara*. Reykjavík: Rannsóknarstofnun Kennaraháskóla Íslands.
- Ingvar Sigurgeirsson. 1999. *Litróf kennsluaðferðanna: Handbók fyrir kennara og kennaraefni*. Reykjavík: Æskan.
- Lilja M. Jónsdóttir. 1996. *Skapandi skólastarf: Handbók fyrir kennara og kennaranema um skipulagningu þemanáms*. Reykjavík: Námsgagnastofnun.
- Lilja M. Jónsdóttir. 2000-01. *Í fullorðinna tölu – kennarabók*. Reykjavík: Námsgagnastofnun.

Fleiri bækur á íslensku um kennslufræðileg efni

- Anna Jeppesen. 1994. *Mál og túlkun: Handbók kennara*. Reykjavík: Námsgagnastofnun.