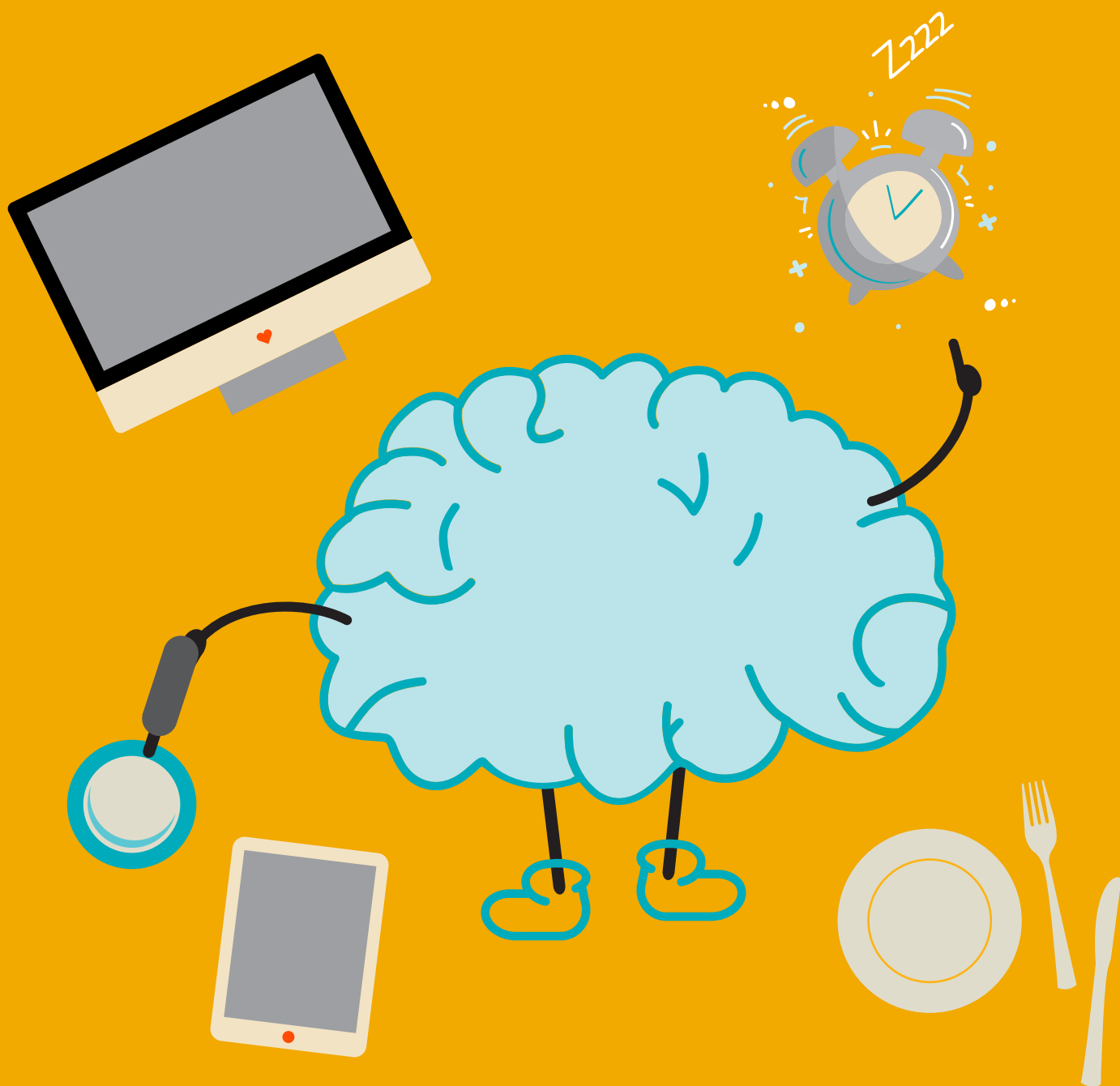


SUNDE SKÆRMVANER

Lærervejledning - Natur/teknologi

4.-6. KLASSE



Red Barnet

**JUST
HUMAN**

Støttet af

**NORDEA
FONDEN**

OM FORLØBET

I Sunde Skærmvaners natur/teknologiforløb undersøger eleverne deres egne søvn-, bevægelses- og skærmvaner. Forløbet tager udgangspunkt i menneskers behovs- og belønningssystem og kobler fagfaglige begreber med teknologiforståelse og digital dannelse.

Gennem fælles samtaler, refleksioner og undersøgende aktiviteter arbejder eleverne med, hvordan digitale teknologier både kan understøtte og forstyrre deres behov, belønninger og trivsel.

Eleverne finder forløbets opgaver i elevkompendiet, som vi anbefaler, at I printer, så opgaverne kan løses analogt. Nogle opgaver laves individuelt, mens andre løses i grupper. Forløbet kan med fordel gennemføres samtidig med Sunde Skærmvaners dansk- og/eller matematikforløb, hvis I ønsker et tværfagligt fokus.

Niveau

4.-6. klasse (dog bedst egnet til 4. og 5.)

Varighed

6 lektioner

Tema

Søvn-, bevægelses- og skærmvaner

Didaktik og fagfaglige begreber

Undersøgelser

Menneskers livsbetingelser og levevilkår

Samspil mellem menneske, natur og teknologi

Teknologi og ressourcer

Teknologiske problemstillinger

Faglig læsning og ordkendskab

VEJLEDNING



DEL 1

FORMÅL

Eleverne får et fælles udgangspunkt og sprog, der klæder alle på til at deltage i forløbet. Samtidig kobles emnet til elevernes egen virkelighed og gøres på den måde relevant.

FORLØB

Aktivitet:

Tæl sammen

Bed eleverne om at stille sig i en cirkel. I skal nu tælle op til klassens samlede elevantal uden at tale, pege eller give andre tegn undervejs. Eleverne skal på skift sige et tal, men må ikke aftale, hvem der siger hvilket tal i rækken. Øvelsen stopper, når alle har sagt et tal. Hvis flere siger et tal samtidig, skal I starte forfra.

Tal bagefter om, hvordan det føltes, da det lykkedes – og spørg eleverne, om de kender følelsen fra andre sammenhænge.

Skriv undervejs elevernes bud på tavlen og brug elevernes bud som afsæt for de videre snakke om behovs- og belønningssystemet.

Hjernestarter:

Tænk, tal, del

Sæt gang refleksionerne om, hvad menneskelige behov er for en størrelse, med hjernestarteren "Tænk, tal, del", som står på slidet.

Skriv undervejs elevernes bud på tavlen og brug elevernes bud som afsæt for de videre snakke om behovs- og belønningssystemet.

Hvad er et behov?

Et behov er noget, der er vigtigt for vores fysiske eller psykiske trivsel. Hvis et behov ikke bliver opfyldt over længere tid, kan det føre til mistrivsel eller nedsat livskvalitet.

Når vi mennesker får opfyldt et behov, aktiveres forskellige regulerings- og belønningssystemer i hjernen. Signalstoffer som for eksempel dopamin spiller en vigtig rolle i forhold til blandt andet motivation og belønning, mens andre biologiske systemer også bidrager til oplevelsen af glæde og nydelse. Det vil sige, at når vi får opfyldt vores behov, kan det føre til følelse af tilfredshed, velvære, glæde og motivation og kan give os lyst til at fortsætte med det, vi laver.

fortsættes...

Med de digitale teknologier, er der opstået nye behov, som kan påvirke menneskers fundamentale behov. Det sker for eksempel, når teknologier tager vores tid, forstyrrer vores koncentration og søvn, eller når fastholdelsesmekanismer får mennesker til at glemme og udsætte fundamentale behov som at spise, sove og at gå på toilettet.

Hver dag er børn og voksne i kontakt med digitale og sociale teknologier, og mange af dem har indbyggede fastholdelsesmekanismer, som taler til menneskers behovs- og belønningssystem. For eksempel notifikationer, streaks, loot boxes, præmier/belønninger, likes, automatisk start af næste video og så videre. Det er noget, der udløser dopamin, og derfor er det svært for os at slukke og lægge digitale teknologier fra os. Man kan næsten sige, at vi bliver afhængige.

Introduktion:

Villes døgn



Elevkompendium

Lyt sammen til lydfortællingen "Villes døgn", som kan afspilles fra slidet. Bed eleverne om at følge med i teksten undervejs. Teksten findes i elevkompendiet under opgave 1. Her skal de markere steder, hvor de opdager et menneskeligt behov.

Bagefter skal eleverne arbejde videre med deres fund i grupper.

Aktivitet:

Villes behov



Elevkompendium

Opdel eleverne i grupper og lad dem arbejde videre med deres fund fra lydfortællingen. Her skal de kategorisere de forskellige behov, de har fundet – for eksempel: behovet for mad, søvn eller social kontakt.

Vi anbefaler, at du forklarer begrebet "kategorier". Sig for eksempel, at det handler om at inddele behovene i nogle grupper.

Opsamling:

Villes behov

Saml op på gruppearbejdet i plenum og spørg gerne:

- Hvilke kategorier har I lavet? Er det de samme på tværs af grupper, eller er de forskellige?
- Kan I genkende de behov, som Ville har? Har I også andre behov end dem, I fandt i Villes fortælling?
- Har I selv prøvet at udsætte eller glemme et behov, ligesom Ville gør det?



DEL 2

FORMÅL

Eleverne får et større kendskab til digitale teknologiers fastholdelsesmekanismer og kan forholde sig kritisk til dem. De får samtidig styrket deres handlekompetencer.

FORLØB

Aktivitet:

Ros til klassen

Eleverne skal nu følge fire instrukser, du giver dem. Instrukserne står også på de fire følgende slides. Efter hver instruks skal du rose eleverne – først virkelig meget, så mindre og mindre.

Det er vigtigt, at alle elever deltager i aktiviteten, som kan være med til at styrke trivsel og fællesskab i klassen.

- **Første runde:**

Bed alle elever om at rejse sig og sætte sig på pladsen til højre for dem.
Skamros dem, når de har klaret opgaven.

- **Anden runde:**

Bed alle elever om at rejse sig og sætte sig på deres oprindelige plads.
Ros eleverne, når de har klaret opgaven.

- **Tredje runde:**

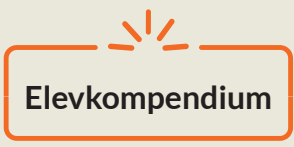
Bed alle elever om at smile til de to klassekammerater, der sidder ved siden af dem. Altså at smile både til klassekammeraten på højre og venstre side.
Anerkend kort eleverne, når de har klaret opgaven.

- **Fjerde runde:**

Bed alle elever om at få øjenkontakt og smile til tre klassekammerater, der ikke sidder ved siden af dem.
Giv en minimal ros til eleverne.

Opsamling:

Ros til klassen



Elevkompendium

Lad eleverne tale sammen i par om, hvordan de oplevede øvelsen og det at få ros. Spørgsmålene står i elevkompendiets opgave 3, hvor eleverne også skal skrive deres svar ind.

Afrund med en fælles dialog i klassen. Du kan oplagt inddrage nogle af de pointer om menneskers behovs- og belønningssystem, som I har talt om tidligere i forløbet.

Aktivitet:
Min digitale hverdag**Elevkompendium**

Nu skal eleverne på opdagelse i deres egne digitale liv. Bed dem om at åbne opgave 4 i elevkompendiet og sætte kryds ud for aktiviteter, hvor de får belønninger.

Bagefter skal de give aktiviteterne en score på en skala fra 1-10:

- 1 = Laveste belønning/glæde ved aktiviteten
- 10 = Højeste belønning/glæde ved aktiviteten

Pointér overfor eleverne, at der ikke er rigtige eller forkerte svar i øvelsen, og at det er helt op til dem selv, hvad de oplever som høj eller lav belønning.

Opsamling:
Min digitale hverdag

Saml op på øvelsen i plenum. Du kan med fordel trække tråde tilbage til jeres afklaring af behov og belønninger fra indledningen af forløbet.

Aktivitet:
Jeg får en belønning når...**Elevkompendium**

Bed eleverne om at udvælge en situation fra deres eget digitale liv. Det skal være en situation, hvor de har oplevet belønning. De skal tegne situationen ind i elevkompendiets opgave 5. De kan vælge en situation fra computeren, deres telefon eller fra en tablet.

Bagefter fortæller eleverne, hvad de har tegnet, til deres sidemakker – her skal de også forklare, hvorfor de har valgt netop den situation.

Lav til sidst en fælles opsamling i plenum.



DEL 3

FORMÅL

Eleverne skal koble egne behov til en række belønninger. Det kan styrke deres handlekompetencer i forhold til at få øje på eventuelle afhængigheder af belønninger.

FORLØB

Aktivitet:

Behov og belønninger



Elevkompendium


Eleverne skal nu hver især løse opgave 6, hvor de finder to lister med forskellige behov og belønninger. De skal forbinde hvert behov med en belønning ved at tegne streger imellem de to.

Hvis eleverne oplever, at der mangler bestemte behov og/eller belønninger på listerne i kompendiet, kan de selv tilføje flere.

Bagefter skal de tale med sidemakkeren om, hvorfor de har forbundet behov og belønninger, som de har gjort.

Opsamling:

Fælles plakat



Skabelon til print

Afslut øvelsen med at lave en fælles plakat over de behov og belønninger, der er i klassen. Du kan med fordel printe skabelonen fra forløbet ud i A3 og udfylde den.

Hæng til sidst jeres plakat op i klassen.

**DEL 4****FORMÅL**

Eleverne spejler egne behov med andres og får derigennem blik for, at behov ikke kun er individuelle, men også kollektive på tværs af de fællesskaber, de er en del af.

FORLØB**Aktivitet:**

Hvilke behov er der i dit hjem?

**Elevkompendium****Hjemmearbejde**

Brug slidet til at forberede eleverne på at løse opgave 7 derhjemme. De skal bruge interviewguiden i kompendiet til at interviewe en eller flere fra deres familier.

Hvis de synes, det er svært at skrive svarene ned, kan de med fordel lave en lydoptagelse af deres interviews.

Opsamling:
Hvilke behov er der i dit hjem?

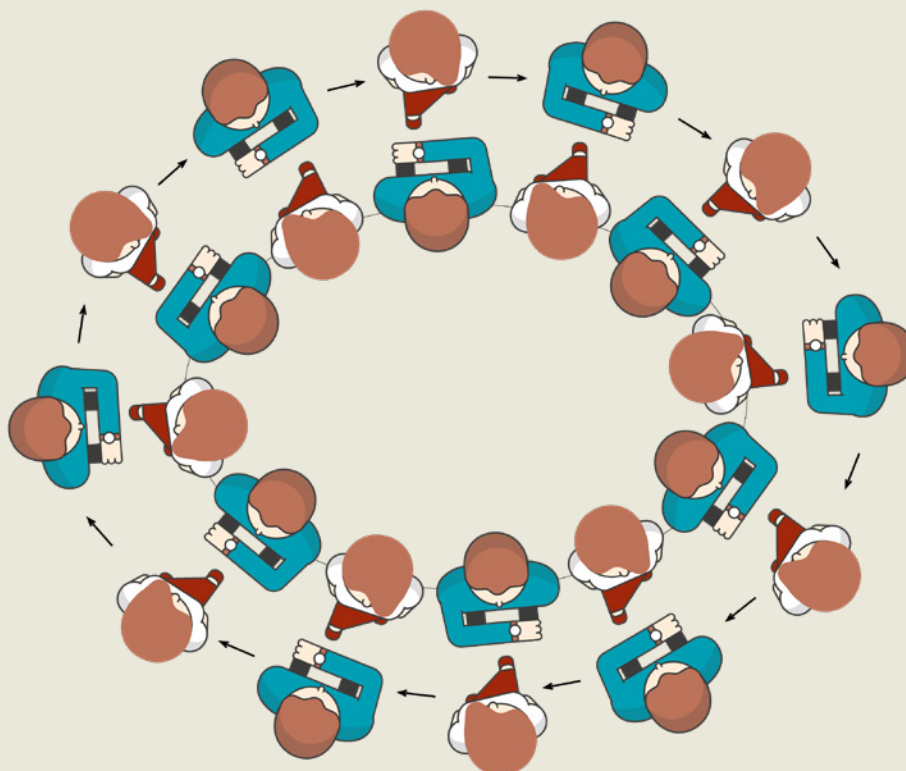
Elevkompendium

Lav en fælles opsamling på hjemmearbejdet. Opdel eleverne i to lige store grupper og bed dem stille sig i en dobbeltcirkel, hvor halvdelen stiller sig inderst med ansigtet udad, og den anden halvdel stiller sig rundt om dem med ansigtet indad, så eleverne i de to cirkler kigger på hinanden. Opstillingen er vist på billedet i slidet.

- **Runde 1:**
Eleverne skal medbringe deres kompendier og skal nu tale med den klassekammerat, de står overfor, om deres interview. De kan tale ud fra de spørgsmål, der står på slidet.
- **Runde 2:**
Efter fire minutter skal den yderste cirkel træde et skridt mod højre, så eleverne deler deres interviews med en ny klassekammerat.

Gentag øvelsen i det omfang, du vurderer meningsfuldt, og afslut med en fælles opsamling.

Elever, der ikke har lavet interviewet derhjemme, kan lytte i første runde og dele pointer fra denne snak med en anden klassekammerat i runde to.



Aktivitet:**Vores behov i fremtiden**

Del post-its ud til alle elever og bed dem skrive, hvad der er vigtigt for, at de kan have det godt i klassen. Når de hver især har skrevet på deres post-its, skal de hænge dem op på tavlen.

Opsamling:**Vores behov i fremtiden**

Nu skal I lave en plakat med et sæt fælles klasseregler. I kan bruge skabelonen, som du med fordel kan printe i A3.

Kig sammen på elevernes post-its og lav klasseregler, der hjælper alle elever til at have det godt i klassen.

Behovene kan for eksempel lyde:

- At I er sikre på, at alle siger hej til hinanden om morgenen, når I kommer i skole.
- At alle kan være med i en leg eller et spil i frikvarteret.
- At I ikke råber ad hinanden, når I er sammen – hverken fysisk, eller når I gamer.
- At I ikke sender snaps efter klokken otte om aftenen, så alle kan lægge telefonerne væk med ro i maven.

Skriv behovene på plakaten og hæng den op i lokalet til sidst. Du kan med fordel tage et billede af plakaten og sende til forældrene, så de i hjemmene kan snakke om, hvad elevernes fælles behov siger om deres menneskelige behov.