

A cartoon illustration of a classroom scene. A teacher with a blue tie is on the left, smiling. A student with a red dress is sitting at a desk, also smiling. Another student with a green shirt is on the right, pointing at a whiteboard. The whiteboard has a simple line drawing on it. The scene is framed by a white, cloud-like shape against a dark blue background.

# Den Næste Generation

**Læreplan for  
fællesskab og trivsel**

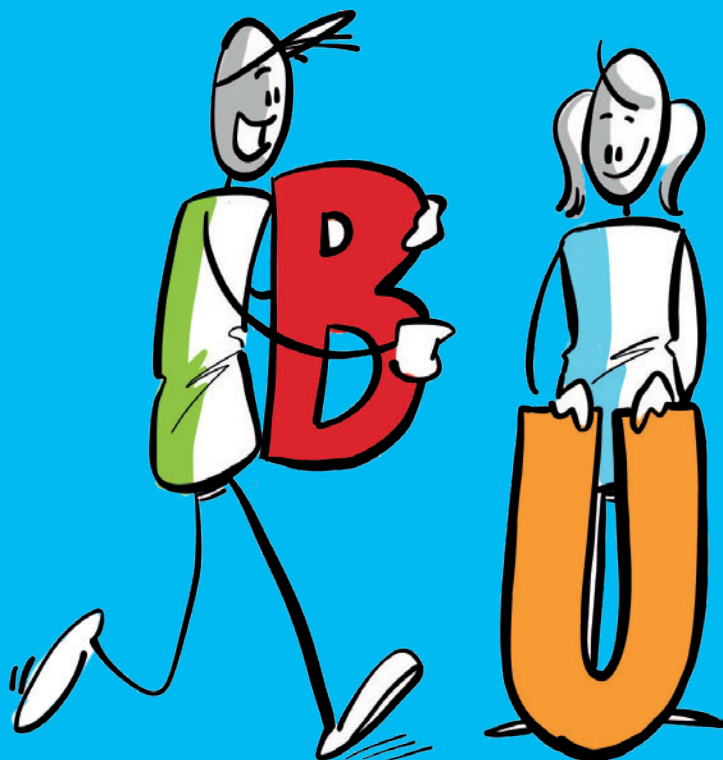


Albertslund Kommune

# Indhold

	Side
Formål med undervisningen	3
Planer for undervisning 0.-10. klasse	9
0. klasse / Fællesskab i fokus	10
1. klasse / Skab en god digital adfærd	12
2. klasse / Det gode klassefællesskab	14
3. klasse / Hvor kommer vi fra?	16
4. klasse / Adfærd og tryghed i det digitale univers	18
5. klasse / Førstehjælp til konflikter	20
6. klasse / Mit sociale kompas – hvem er jeg, og hvem er vi sammen?	22
7. klasse / Sundhedseksperimentarium	24
8. klasse / Mit sociale kompas – forventningspres og misforståelser	26
9. klasse / Seksuel sundhed	28
10. klasse / Ung i samfundet	30
Kontaktoplysninger	Bagside

# Formål med undervisningen



**I Albertslund Kommune ønsker vi at skabe de bedst mulige betingelser for, at børn og unge får en god og tryk opvækst. Vi har en vision om, at børn og unge får mulighed for og rammerne til at nå deres fulde potentiale – uanset baggrund og levevilkår. Nærværende læreplan tager afsæt i Albertslund Kommunes *Børne- og ungepolitik* og *Skolestrategi Folkeskole i fællesskab 2022-2026*, som begge beror på værdier som trivsel, anerkendelse, inklusion og fællesskab, kreativitet, tryghed, demokrati, inddragelse og medborgerskab.**

Fra forskningen ved vi, at børn og unges mentale sundhed og trivsel skabes i de arenaer, hvor de færdes – herunder skolen. Social udvikling og faglig indlæring går hånd i hånd med mental sundhed. *Den Næste Generation – Læreplan for fællesskab og trivsel* tager udgangspunkt i ambitionen om at skabe gode forudsætninger for sunde og trygge fællesskaber, der fremmer trivslen blandt børn og unge i Albertslund Kommune. Dette sker i samspil med Albertslund Kommunes arbejde for systematisk brug af *Relationsdannende og -genoprettende praksis (RGP)*, der beskrives nærmere på næste side.

Læreplanen *Den Næste Generation* er udarbejdet i et samarbejde mellem Skoleområdet, enheden Sundhed & Udvikling, Sundhedsplejen og Den Kriminalpræventive Enhed. Planen har særligt fokus på at styrke muligheden for, at børn og unge indgår i *positive og sunde fællesskaber* samt at mindske risikoadfærd blandt kommunens børn og unge. Den er en videreudvikling af læreplanen *Den Robuste Generation*, som udkom i 2016.

Positive og sunde fællesskaber udgør en beskyttende faktor for børn og unges mentale sundhed og trivsel. Fællesskaber styrker elevernes følelse af at høre til, fremmer skoletrivsel og mindsker fravær, styrker den faglige indlæring og er på den lange bane en beskyttende faktor for deres mentale sundhed. Det er derfor vigtigt at have fokus på, at skolen og den enkelte klasse er et rart sted at være. Mental sundhed og trivsel er noget, vi skaber sammen.



*ABC for mental sundhed* er en evidensbaseret ramme, som adresserer måder til fremme af mental sundhed og trivsel. *ABC for mental sundhed* handler om at gøre noget aktivt og meningsfuldt i fællesskab med andre. I nærværende læreplan integreres principperne bag *ABC for mental sundhed*. Læs mere om *ABC for mental sundhed* på [www.abcmamentalsundhed.dk/](http://www.abcmamentalsundhed.dk/)

*Risikoadfærd* kan beskrives som en adfærd, der umiddelbart eller på længere sigt kan medføre skader på en selv eller på andre. Det relaterer sig f.eks. til brugen af narkotika, udførelsen af kriminalitet, aggressiv trafikadfærd, usikker sex eller trusler mod andre. Forskning har de senere år påvist, at når mennesker har en risikoadfærd, så skyldes det ikke blot manglende viden, sociale problemer, dårlig opdragelse eller aggressiv personlighed. Risikoadfærd er i høj grad et socialt fænomen:

*”Mennesker er tilbøjelige til at tilsidesætte deres personlige viden, værdier og holdninger, hvis de føler, at disse afviger fra dem, andre mennesker omkring dem har. Den enkelte person forsøger ofte at leve op til de forventninger, den enkelte føler rettet mod sig fra andre, der betyder noget for ham eller hende for på denne måde at opnå anerkendelse, respekt, kærlighed og tryghed”. ([www.socialpejling.dk](http://www.socialpejling.dk))*

Skolen er en oplagt arena for fremme af positive og sunde fællesskaber samt mindske risikoadfærd blandt børn og unge. Det Kriminalpræventive Råd fastslår, at:

*”Skolen spiller en central rolle i de unges identitetsudvikling, og risikoen for at begå kriminalitet [og anden risikoadfærd] øges væsentligt de steder, hvor elever ikke er glade for at gå i skole. Derfor er det en god ide at sætte bredt ind for at udvikle skolens sociale fællesskab. Det er godt for alle og gavner også den gruppe, der er truet i deres udvikling”. ([www.dkr.dk](http://www.dkr.dk))*

I læreplanen *Den Næste Generation* arbejdes der målrettet med at styrke positive fællesskaber og mindske risikoadfærd. Gennem de forskellige forløb bliver eleverne klædt på til at mærke (og stå fast på) egne følelsesmæssige grænser og i stand til at pejle omgivelsernes forventninger og sociale normer.

I Albertslund Kommunes skoler, SFO'er og klubber arbejdes der desuden systematisk med Relationsdannende- og Genoprettende Praksis (RGP) /([www.albertslund.dk/media/cummsdg1/rgp-brochure-juni-2022.pdf](http://www.albertslund.dk/media/cummsdg1/rgp-brochure-juni-2022.pdf)). RGP-arbejdet opbygger trivsel og sammenhængskraft for at sikre konstruktiv håndtering af konflikter. Vi arbejder for, at børn og unge i Albertslund vokser op med oplevelsen af, at følelser er noget, der respekteres og tales om, samt at konflikter giver afsæt til et endnu stærkere og gensidigt forpligtende fællesskab. Denne tilgang tager afsæt i de værdier og visioner, som gælder for byen, og er derfor helt grundlæggende for den måde, vi ønsker, at *Den Næste Generation* skal vokse op i vores by.



## Hvordan gennemføres læreplanen?

*Den Næste Generation – Læreplan for fællesskab og trivsel* er obligatorisk at gennemføre i Albertslund Kommunes folkeskoler.

Læreplanen er delt op i forløb på hvert enkelt klassetrin fra 0.–10. klasse. Under hvert forløb er der en kort forklaring af formålet samt en beskrivelse af selve aktiviteten. Derudover beskrives ressourcetrækket for at gennemføre forløbet. Undervisningen varetages – alt efter klassetrin – af enten klasseteamet eller øvrige ressourcepersoner på eller uden for skolen, eksempelvis Sundhedsplejen. Undervisningen på de enkelte forløb kan placeres i de timeløse fag, men hvert forløb har en beskrivelse af udvalgte læringsmål som eksempler på, hvordan dele af målsætningen for den fagfaglige undervisning kan opfyldes gennem arbejdet med *Den Næste Generation*. Til sidst er der forslag til, hvordan forældre kan inddrages i forløbet.

Emner og tematikker, som berøres i læreplanens forløb, kan med fordel inddrages løbende i den almene undervisning, hvor mange af forløbene vil finde naturligt indpas. Det kan være en fordel at informere SFO og klub om, at der gennemføres et forløb fra læreplanen. På den måde bliver det muligt for pædagogerne at følge op på et forløb eller sideløbende have fokus på udvalgte tematikker, når elevernes skoledag slutter, og de er i SFO og klub.

De lokale SSP-lærere og ledelsen på de enkelte skoler er i fællesskab ansvarlige for praktisk hjælp til at koordinere gennemførelsen.

## Behov for mere?

*Den Næste Generation – Læreplan for fællesskab og trivsel* er et obligatorisk minimum. Den skal ikke stå i vejen for, at der gøres mere, eller at særlige klassebehov adresseres derudover.

Ved behov for sparring i forhold til særligt, målrettede indsatser er I meget velkomne til at kontakte

- Den Kriminalpræventive Enhed
- Sundhedsplejen
- Sundhed & Udvikling.

Vi kan hjælpe med at navigere i viden og udbud af sundhedsfremmende og forebyggende tiltag, så muligheden for positive effekter øges, og risikoen for kontraproduktive effekter – hvor det, man gerne ville forebygge i stedet ender med at blive fremmet – mindskes.

I nogle tilfælde er der behov for mere end det, man som skole og fritidsinstitution kan tilbyde og vejlede i. På næste side er samlet en række tilbud, der kan afhjælpe mistrivsel og fremme trivsel hos børn og unge.





## **Headspace – nogen at tale med**

Målgruppe	12-25 år
Kontakt	Headspace Albertslund, Vognporten 3, 2620 Albertslund
Telefon	Ring på 25 97 29 24 eller SMS 1403 (husk at starte din besked med hs albertslund)
Åbningstider	Tirsdage og onsdage kl. 13-18
Se mere på	<a href="http://headspace.dk/albertslund/">headspace.dk/albertslund/</a>

## **Dit Rum**

Målgruppe	0-15 år
Kontakt	Bakken 1, 2600 Glostrup
Telefon	Ring eller SMS på 24 23 03 00
E-mail	<a href="mailto:ditrum@glostrup.dk">ditrum@glostrup.dk</a> eller <a href="mailto:sikker.ditrum@glostrup.dk">sikker.ditrum@glostrup.dk</a>
Åbningstider	Mandag-torsdag
Se mere på	<a href="http://ditrum.dk">ditrum.dk</a>

## **Børnetelefonen**

Målgruppe	Alle børn og unge
Kontakt	Trekronergade 26, 2500 Valby
Telefon	Ring eller SMS på 116111
Åbningstider	Alle dage hele døgnet
Se mere på	<a href="http://bornetelefonen.dk/">bornetelefonen.dk/</a>

Derudover findes en lang række nationale og regionale tilbud, der kan være en hjælp. Nedenstående link er en direkte vej til en oversigt over disse tilbud.

[www.bornetelefonen.dk/henvisning](http://www.bornetelefonen.dk/henvisning)





# Planer for undervisning 0.-10. klasse



# O. Klasse

## **Forklaring**

Børn trives bedre og føler tryghed, når der er høj social kapital i klassefællesskabet. Børn har brug for stærke, sunde og sociale relationer og fællesskaber. Relationer og fællesskaber skaber tryghed og øger indlæringen hos børnene. De voksne omkring børnene har en vigtig rolle i at organisere og gennemføre forløb og aktiviteter, der understøtter ovenstående og styrker udviklingen.

Vi arbejder med tilgangen *Fri for mobberi*, hvor der er fokus på de fire værdier:

- Tolerance – at kunne acceptere og se forskelligheder som en styrke og behandle hinanden ligeværdigt.
- Respekt – at acceptere og tage hensyn til alle børn i gruppen, at være en god kammerat over for alle og rumme andres væremåder.
- Omsorg – at udvise interesse, medfølelse, bekymring og hjælpsomhed over for andre.
- Mod – at turde sige fra og markere egne grænser, at være modig og en god kammerat, der reagerer på uretfærdighed.

# Fællesskab i fokus

## Aktivitet

Aktiviteten tager afsæt i *Fri For Mobberi*-konceptet, der er udviklet af Mary Fonden og Red Barnet. Aktiviteten er bundet op på en fysisk *Fri For Mobberi*-kuffert med tilhørende materiale. Materialet består af faghæfte, faglige kort og dilemmakort, der kan anvendes i dialog med eleverne. Derudover er der et aktivitetshæfte med beskrivelser af lege og klasseaktiviteter, der fremmer det sociale fællesskab samt andet materiale som f.eks. en krammebamse. Der er også aktiviteter med fokus på god digital adfærd. Alle aktiviteter gennemføres ud fra de beskrivelser, som er vedlagt i kufferten.

Der kan suppleres med aktiviteter og materiale fra hjemmesiden [www.friformobberi.dk](http://www.friformobberi.dk). Her er det også muligt at tilkøbe supplerende materiale i webshoppen.

## Ressourcetræk

Forløbet gennemføres af årgangens klasselærere. Der er mulighed for sparring med skolens DNG-ansvarlige.

Årgangens undervisere bruger 1 lektion om måneden til at gennemføre forløbet.

Aktiviteten aftales på et teammøde enten løbende eller for et år ad gangen.

Hver skole har indkøbt 1 stk. *Fri for mobberi*-kuffert, som er til rådighed.

## Læringsmål

Ved at gennemføre dette forløb, kan eleverne blandt andet opnå følgende kompetencer:

### Kommunikationskompetence

Eleverne kan kommunikere med opmærksomhed på sprog og relationer i nære hverdagsituationer.

### Sprogbevidsthed

Eleverne kan iagttage, at sprog bruges forskelligt afhængig af situationen. Eleven har viden om træk ved sprog i forskellige sammenhænge.

## Forældredel

I forbindelse med et forældremøde, hvor lærerteamet præsenterer forløbet *Fri for mobberi*, kan der planlægges en mindre dialogaktivitet, hvor dilemmakort inddrages. Planlæg evt. denne aktivitet sammen med klassens kontaktpædage.

# 1.

# KLASSE

## **Forklaring**

Der er mange moralske aspekter, der følger med dét at færdes på internettet, de sociale medier samt at have adgang til at tage billeder m.m. Derfor er det vigtigt, at børn lærer at færdes bedst muligt på de digitale platforme.

I 1. klasse udleveres digitale devices til børnene, som de skal lære at håndtere på en ordentlig og god måde.

# Skab en god digital adfærd

## Aktivitet

Aktiviteten tager afsæt i Red Barnets forløb *Venner på nettet*. Formålet med forløbet er at lære de yngste elever basale regler for god omgangstone på nettet.

Link: [www.redbarnet.dk/skole/sikker-paa-nettet/venner-paa-nettet](http://www.redbarnet.dk/skole/sikker-paa-nettet/venner-paa-nettet)  
Alle aktiviteter skal laves.

Der er afsat 2 lektioner til forløbet, men det kan med fordel strække sig over en længere periode. Derudover kan der inddrages flere aktiviteter fra [skoleborn.dk/foraeldrefiduser/](http://skoleborn.dk/foraeldrefiduser/)

## Ressourcetræk

Årgangens undervisere skal bruge minimum 2 lektioner til gennemførsel af forløbet.

## Læringsmål

Ved at gennemføre dette forløb, kan eleverne blandt andet opnå følgende kompetencer:

### Kommunikation

Eleverne kan kommunikere med opmærksomhed på sprog og relationer i nære hverdagssituationer.

### It-kommunikation

Eleverne kan anvende it til hverdagskommunikation. Eleven har viden om digital kommunikation i skrift, billede og lyd.

## Forældredel

Det er vigtigt, at forældrene er en del af og har viden om deres børns digitale adfærd. Derfor skal forældrene også introduceres til brug af et digitalt device med særligt fokus på at kunne indgå i dialog med deres børn om god og tryk digital adfærd. Dette kan med fordel gøres på et forældremøde, hvor forældrene også kan aftale fælles retningslinjer for børnenes mobiladfærd.

Du kan finde inspiration til forløb og aktiviteter på nettet. Derudover bør der også på forældremødet gennemføres mindst én aktivitet fra [www.medieraadet.dk/medieraadet/digitaldannelse/indskoling](http://www.medieraadet.dk/medieraadet/digitaldannelse/indskoling)

# 2. Klasse

## **Forklaring**

Fællesskaber i klassen har betydning for elevernes sundhed, trivsel og indlæring. Fællesskaber styrker elevernes følelse af at høre til, fremmer skoletrivsel og mindsker fravær, styrker den faglige indlæring og er på den lange bane en beskyttende faktor for ens mentale sundhed.

Det er derfor vigtigt at have fokus på, at klassen er et rart sted at være. Det gode klassefællesskab handler om at være en god ven og klassekammerat. Det gode klassefællesskab bør være et fokusområde på alle klassetrin, hvorfor man med fordel løbende kan arbejde med at styrke klassens fællesskab.

I arbejdet med at styrke klassefællesskabet, har eleverne med jævne mellemrum brug for, at lave fællesskabsøvelser og derigennem reflektere over egen og fællesskabets rolle.

*ABC for mental sundhed* er en evidensbaseret ramme til fremme af mental sundhed og trivsel. *ABC for mental sundhed* handler om at gøre noget aktivt og meningsfuldt i fællesskab med andre:

- A (Act): Gør noget aktivt
- B (Belong): Gør noget sammen
- C (Commit): Gør noget meningsfuldt

# Det gode klassefællesskab

På 2. klassetrin vil eleverne blive præsenteret for principperne i *ABC for mental sundhed*, som er med til at styrke og fremme det gode klassefællesskab – dette lægger grunden for klassens sociale kapital. Læs mere om principperne i *ABC for mental sundhed* på [www.abcmentalsundhed.dk/](http://www.abcmentalsundhed.dk/)

## Aktivitet

Der gennemføres en eller flere fællesskabsfremmende aktiviteter og øvelser, som tager afsæt i *ABC for mental sundhed*. Aktiviteterne varierer fra dialog, bevægelse, kreativitet og noget visuelt.

Eksempler på aktiviteter kan være, at der laves cirkler i klassen om

- Hvad gør dig glad?
- Hvordan føles det at være glad?
- Hvornår er du mest glad?

Derudover kan aktiviteter være at

- synge en sang sammen
- lege en fællesskabsleg
- tegne et fællesskab, som de er en del af
- give et kompliment til en klassekammerat
- lave en nip-napper med spørgsmål, der berører fællesskaber og meget mere.

Til arbejdet med det gode klassefællesskab kan anvendes metoder og redskaber fra RGP; særligt cirkler.

## Ressourcetræk

Forløbet afvikles af sundhedsplejersken i samarbejde med en lærer, der er tilknyttet klassen. Sundhedsplejen tilbyder undervisningen i november, og undervisningen varer 2 lektioner. Sundhedsplejen kontakter lærerteamet i september/oktober og aftaler tid for undervisning. Klasselæreren skriver det i ugeplanen, og Sundhedsplejen informerer forældrene via Aula, når undervisningen er afsluttet.

## Læringsmål

Ved at gennemføre dette forløb, kan eleverne blandt andet opnå følgende kompetencer:

### Kommunikation

Eleverne kan kommunikere med opmærksomhed på sprog og relationer i nære hverdagsituationer med fokus på dialog. Eleverne kan veksle mellem at lytte og ytre sig. Eleverne kan bruge talesprog i samtale og samarbejde.

Under *krop og drama* kan eleverne deltage i rollelege og rollespil.

## Forældredel

Klasselæreren sørger for, at relevant information kommer på ugeplanen i Aula, så forældrene er orienteret. Efter forløbet skriver sundhedsplejersken en kort opfølgning til forældrene på Aula.

En velfungerende forældregruppe er med til at fremme den gode klassetrivsel. Klasselæreren orienterer løbende (ca. 4 gange om året) forældrene om, hvordan trivlsen i klassen er. Klasselæreren kan på et forældremøde inddrage forældrene i et cirkelforløb (RGP), hvor man udveksler perspektiver på, hvad der kendetegner det gode klassefællesskab for den enkelte. Klasselæreren kan få vejledning til dette fra skolens RGP-træner.

# 3. Klasse

## **Forklaring**

I 3. klasse arbejder vi med stamtræer, da identitet og relationer til de gruppefællesskaber, man er en del af, er med til at forme børnene. Det er derfor vigtigt, at der laves nogle målrettede forløb i skolen, som kan hjælpe børnene til at kende de muligheder, som positive gruppefællesskaber indebærer. For at kunne åbne sig over for omverdenen er det vigtigt, at man kender til sit eget ophav.

At arbejde med stamtræer kan være med til at forebygge mobning, idet elever og lærere lærer hinanden bedre at kende og kan skabe relationer på tværs af klassen. Derved får både elever og lærere en bedre forståelse for hinandens baggrunde. Det har en god effekt, at klassens lærere/pædagoger deltager på lige fod med børnene og selv laver stamtræer på baggrund af deres egne ophav.



# Hvor kommer vi fra?

## Aktivitet

Lærerne giver eleverne en spørgeseddel til stamtræer med hjem inden forløbet gennemføres – kontakt din DNG-ansvarlige for at få spørgeseddel. Forældrene hjælper eleverne med at svare, så eleverne har en viden om deres familiebaggrund. Spørgesedlen udfyldes og kommer retur til skolen.

Elever og lærere deler familiehistorier i en RGP-cirkel i klassen.

Elever og lærere bruger 2 lektioner på at udarbejde stamtræerne. Stamtræerne laves af forskellige kreative materialer, som lærerne har stillet til rådighed i lokalet.

Når stamtræerne er færdige, hænges de op på en række i klasselokalet. De globale rødder ender i et fælles verdenskort – kontakt din DNG-ansvarlige for at se et eksempel på dette. Her går der tråde fra hvert stamtræ ud til verdenskortet.

Kommer der nye elever til klassen, opfordres de til at fremstille deres eget stamtræ, så de på den måde også bliver inkluderet i klassens fællesskab.

## Ressourcetræk

Årgangens undervisere skal gennemføre forløbet med stamtræer:

1. Forberedelse af klassen og hjemmeopgaven (ca. 15 minutter)
2. Opsamling på familiehistorier som cirkel i klassen: 'Fortæl om noget nyt, du har lært om din familie' (både lærere og elever, ca. 30 minutter)
3. Stamtræerne laves (2 lektioner)
4. Stamtræerne præsenteres for klassen og hænges derefter op med tråde til et verdenskort (2 lektioner)

I alt 5 lektioner. Forløbet kan eventuelt laves i en flexuge. Forløbet kan passe ind i mange fag, eksempelvis historie, dansk, kristendomskundskab og håndværk/design.

Spørg gerne den DNG-ansvarlige for yderligere info.

## Læringsmål

Ved at gennemføre dette forløb, kan eleverne blandt andet opnå følgende kompetencer:

### Kommunikation

Eleverne kan kommunikere med opmærksomhed på sprog og relationer i nære hverdagssituationer.

### Sprogbevidsthed

Eleverne kan iagttagge, at sprog bruges forskelligt afhængig af situationen. Eleverne har viden om træk ved sprog i forskellige sammenhænge.

## Forældredel

Eleverne får en spørgeseddel til stamtræer med hjem inden forløbet gennemføres. Forældrene hjælper eleverne med at udfylde sedlen, så eleverne har viden om deres familier, inden stamtræerne udarbejdes i skolen.

Eleverne kan – eventuelt sammen med deres forældre – præsentere stamtræerne for de øvrige familier i klassen. Forløbet kan derfor med fordel gennemføres op til et planlagt forældremøde eller et skolearrangement for forældre og børn.

# 4.

# KLASSE

## **Forklaring**

Forskning peger på, at klassefællesskaber ofte udfordres omkring 4. klasses trin. Derfor er det vigtigt, at der arbejdes aktivt med klassen, dets fællesskaber og mistrivsel. Især adfærd i det digitale univers fylder meget for eleverne. Eleverne er født ind i en digitaliseret verden, hvor omkring 7 ud af 10 børn får deres første mobil, før de er fyldt 10 år.

Børn og unges samvær med deres venner undergår en udvikling fra fysisk samvær til i højere grad at være baseret på virtuel kontakt via digitale/socialt medier. Børn og unges færden på de sociale medier kan medvirke til at skabe positive fællesskaber, binde grupper sammen uden fysisk tilstedeværelse og give børn en følelse af alternativ samhørighed. Desværre kan de sociale medier også bruges til mobning og til at holde andre udenfor. Derfor skal børn lære om de muligheder og udfordringer, som internettet og de sociale medier indebærer, og lære at navigere i det digitale univers, så det bliver trygt for både børnene og deres forældre.

# Adfærd og tryghed i det digitale univers

## Aktivitet

Aktiviteten er fra hæftet Digital dannelse og trivsel [www.albertslund.dk/media/1713443/inspiration-digital-trivsel-pjece-a5.pdf](http://www.albertslund.dk/media/1713443/inspiration-digital-trivsel-pjece-a5.pdf).

Inddel eleverne i små grupper. Eleverne skal drøfte nedenstående spørgsmål med hinanden og derefter lave en top fem over, hvad der er god stil på internettet:

- Hvad er digitale fællesskaber?
- Er det i orden at lægge billeder og film af andre ud på internettet uden at spørge om lov? Hvorfor? Hvorfor ikke?
- Hvad vil det sige at have en digital profil?
- Hvilke konsekvenser kan der være forbundet med at færdes på internettet?
- Hvad skal man være særlig opmærksom på, hvis man chatter med folk, man ikke kender?
- Hvad er digitale fodspor?
- Hvordan kommunikerer man pænt og ordentligt på sociale medier?
- Hvordan sørger man for, at alle bliver en del af det digitale fællesskab?
- Hvordan håndterer man hårde kommentarer?

Der samles op i plenum, hvorefter der udarbejdes en samlet top fem over god stil på internettet. Listen hænges op i klassen.

Hvis der er ønske om at arbejde mere med digital adfærd, findes der et 4-lektioners undervisningsforløb omkring digitale krænkelser på følgende link: [deSHAME 2 – Bare en Joke?](#) | Red Barnet skole

## Ressourcetræk

Årgangens undervisere skal bruge mindst 2 lektioner til gennemførelse samt gerne 2 timer til opfølgning senere på året. Skolens DNG-ansvarlige står til rådighed med gode råd og sparring omkring forløbet med teamet.

## Læringsmål

Ved at gennemføre dette forløb, kan eleverne blandt andet opnå følgende kompetencer:

### Dialog

Eleverne kan indgå i dialog i mindre grupper, kan lytte aktivt til andre og følge op med spørgsmål og respons.

### It og kommunikation

Eleverne kan begå sig i et virtuelt univers og forholde sig bevidst til konsekvenser af sin færden på internettet.

## Forældredel

Forældrene er en vigtig del af den digitale dannelse. Derfor kan det digitale univers med fordel være et emne på et forældremøde, ligesom forældre og elever kan arbejde sammen om digitale hjemmeopgaver. Derudover kan det på forældremødet drøftes, om der kan laves kommunikationsgrupper for både klassen og forældrene, hvor alle er med til at give et godt eksempel på god digital adfærd. Dette kan eksempelvis være på HangOut, Whatsapp eller Snapchat.

Der kan findes inspiration til forskellige aktiviteter på følgende links:

- [www.medieraadet.dk/medieraadet/digitaldannelse/mellemtrin](http://www.medieraadet.dk/medieraadet/digitaldannelse/mellemtrin)
- [www.medieraadet.dk/medieraadet/digitaldannelse/der-er-saa-meget-foraeldre-ikke-forstaar](http://www.medieraadet.dk/medieraadet/digitaldannelse/der-er-saa-meget-foraeldre-ikke-forstaar)
- [www.medieraadet.dk/medieraadet/spil/computerspil-og-konflikter-i-familien](http://www.medieraadet.dk/medieraadet/spil/computerspil-og-konflikter-i-familien)
- [redbarnet.dk/foraeldre/somedigmig](http://redbarnet.dk/foraeldre/somedigmig)
- [redbarnet.dk/foraeldre/somedigmig/foraeldremoede](http://redbarnet.dk/foraeldre/somedigmig/foraeldremoede)
- [redbarnet.dk/foraeldre/somemorfar](http://redbarnet.dk/foraeldre/somemorfar)

# 5.

# KLASSE

## **Forklaring**

I 5. klasse lærer vi om relationer og forståelse for og håndtering af konflikter. Eleverne får et grundkursus i Relationsdannende- og Genoprettende Praxis (RGP), hvor fokus er på at få forståelse for, hvordan mennesker indgår i fællesskaber, hvordan konflikter opstår, og hvad man kan gøre for at hjælpe nogen, der er i en konflikt.

Dette er en del af Albertslund Kommunes systematiske arbejde med RGP, hvor formålet er at opbygge sammenhængskraft samt håndtere konflikt og spændinger ved at reparere skade og opbygge relationer. Hyppige konfliktoplevelser, der ikke håndteres konstruktivt, er en typisk keredel af en eksklusionsspiral for udsatte børn og unge og kan medvirke til forringet selvværd og øget risikoadfærd, herunder kriminalitet. Derfor er det en keredel af Albertslund Kommunes trivsels-, forebyggelses- og antimobbeindsats at arbejde med RGP.

# Førstehjælp til konflikter

Efter gennemført undervisning får eleverne et diplom – et ”konfliktkørekort”. Bagefter kan de vælge at være med i ”RGP-hjælperne”; en turnusordning, hvor eleverne hjælper skolens mindste elever med konfliktsituationer i spisefrikvarteret (som en slags skolepatrolje).

## Aktivitet

Eleverne gennemfører et RGP-undervisningsforløb med fokus på relationer samt forståelse og håndtering af konflikter. De lærer om følelser i konfliktsituationer og afprøver cirkler og rollespil med genoprettende spørgsmål.

## Ressourcetræk

Skolens RGP-trænere skal gennemføre RGP-undervisningen i løbet af 2 x 2 lektioner. Undervisningen gennemføres tidligst muligt på skoleåret og senest inden efterårsferien, således at de elever, der ønsker det, er hurtigt klar til at være med i ”RGP-hjælperne”. Lærerne aftaler tidspunkt med skolens RGP-trænere. Klassens lærere deltager selv i forløbet.

## Læringsmål

Ved at gennemføre dette forløb, kan eleverne blandt andet opnå følgende kompetencer:

### Sproglig bevidsthed

Eleverne kan iagttage en kommunikationssituation.

### Planlægning

Eleverne kan tilrettelægge processer til fremstilling af faglige produkter, alene og i samarbejde med andre.

### Præsentation og evaluering

Eleverne kan fremlægge sit produkt for andre.

## Forældredel

På det førstkomende forældremøde kan klassens elever kort undervise forældrene i, hvad RGP går ud på. Undervisningen kan enten ske via elevoplæg eller ved at have lavet små film på forhånd i elevgrupper.

Skolens RGP-trænere deltager i forældremødet og hjælper eleverne med forberedelse.

# 6. Klasse

## **Forklaring**

Der kan ofte opstå sociale overdrivelser og misforståelser, når det kommer til børns forestillinger om hinandens adfærd. Dette kan eksempelvis være forestillingen om deres kammeraters eller ældre børns risikoadfærd (se introduktionsafsnittet), som skubber til børnenes grænser og kan medføre, at de er mere tilbøjelige til selv at opsøge adfærden. Det kan også være en generel forestilling om, at ens venner er mere sociale, end man selv er, hvilket kan forstærke negative følelser hos børnene selv.

Ved at sætte fokus på de sociale overdrivelser kan man nedbringe børnenes forestillinger om hinandens adfærd til et mere realistisk niveau. Dette kan medvirke til, at færre børn og unge opsøger en unødvendig risikoadfærd, føler sig ensomme mv.

Til at arbejde med flertalsmisforståelser og sociale overdrivelser bruges metoden *Social pejling*. Metoden forebygger tidlig og generel risikoadfærd ved at korrigere de misforståelser, som børn og unge kan have om omgivelsernes adfærd og

# Mit sociale kompas

## - hvem er jeg, og hvem er vi sammen?

forventninger til dem. Indsatsen omfatter et forløb i skolen, hvor klassen arbejder med sociale misforståelser omkring børn og unges forskellige syn på forventning og adfærd. Kerneelementet i metoden er at konfrontere børnene med de faktiske og oplevede normer omkring trivsel og risikoadfærd, som hersker i klassen. Hensigten er at korrigere de sociale misforståelser omkring klassens og andre børns/unges adfærd og samtidig ruste eleverne til at forstå, hvorfor og hvordan disse sociale misforståelser opstår.

### Aktivitet

Forløbet vil være et 2-lektioners forløb med metoden *Social pejling*. En eller flere repræsentanter fra klassens lærerteam skal være til stede i klassen og kan have flere opgaver op til dagen, f.eks. at koordinere gennemførelsen, orientere forældrene m.m.

Selve forløbet faciliteres af udvalgte ressourcepersoner på skolen (se *Ressourcetræk*). Dem, der faciliterer forløbet, vil være trænet i social pejling og har ansvaret for at sikre, at klassens lærere har de nødvendige informationer op til undervisningen.

Hvis der ønskes at arbejde videre med dette, kan der laves RGP-cirkler med klassen, hvor resultaterne drøftes. Derudover kan aktiviteten i sociale overdrivelser tages op på et teammøde for at understøtte det arbejde, der er blevet lagt.

### Ressourcetræk

Skolerne udvælger lærere, der får et 2-timers kursus i gennemførelse af aktiviteten. Dette kan være skolens SSP-lærere, andre lokale ressourcepersoner eller årgangens lærere. Selve aktiviteten tager 2 lektioner à 45 minutter at gennemføre. Klassens lærer(e) deltager også på dagen, hvor der kan være mindre forefaldende opgaver, men det er de faciliterende aktører, der varetager selve dagens program og undervisning. Ved selv at deltage, får klassens lærere et bedre udgangspunkt for at kunne følge op på resultaterne sammen med eleverne – eksempelvis i RGP-cirkler.

### Læringsmål

Ved at gennemføre dette forløb, kan eleverne blandt andet opnå følgende kompetencer:

#### Statistik og sandsynlighed

Eleverne har viden om grafisk fremstilling af data.

#### Kommunikation

Eleverne kan kommunikere med bevidsthed om sprogets funktion i overskuelige formelle og sociale situationer.

#### Forældredel

Sociale overdrivelser ses også blandt voksne og forældre. Derfor skal forældrene inviteres til et forældremøde, hvor de introduceres for teorien bag social pejling. Her vil de blive præsenteret for resultaterne omkring social overdrivelse, risikoadfærd og trivsel blandt klassens elever.

# 7. Klasse

## **Forklaring**

*Sundhedseksperimentariet* er en mobil sundhedsbod med poster, som tilbyder et bredt udvalg af aktiviteter, opgaver og viden omkring det brede sundhedsbegreb. Det brede sundhedsbegreb berører elementer af såvel den fysiske, psykiske og sociale sundhed.

*Sundhedseksperimentariet* er med til at øge elevernes bevidsthed omkring forskellige faktorer, der har betydning for deres sundhed. Eleverne får indsigt i områder som kroppens funktioner og formåen, alkohol, tobak, rusmidler, mental sundhed og trivsel, seksuel sundhed, koncentration og hjerne.



# Sundhedseksperimentarium

## Aktivitet

Der opstilles 6 fysiske poster i et fællesrum, et større område på skolen eller i lokaler hos Sundhedsplejen. Eleverne får fælles introduktion i klassen og starter derefter på de forskellige poster. Eleverne kommer igennem alle 6 poster.

Til arbejdet får hver elev udleveret sit personlige arbejdshæfte. Eleverne arbejder sammen i grupper à 2-4 elever. Nogle aktiviteter udføres alene og andre sammen med den gruppe, som eleven følges med.

## Ressourcetræk

Forløbet afvikles af 2 sundhedsplejersker i samarbejde med en lærer, der er tilknyttet klassen. Forløbet varer 2 lektioner, og Sundhedsplejen bistår med fysiske materialer, som indgår i forløbet.

Sundhedsplejen tilbyder undervisningen i april/maj.

Sundhedsplejen kontakter lærerteamet i januar/februar og reserverer tid til undervisning. Sundhedsplejen informerer forældrene på Aula, når undervisningen er afsluttet.

## Læringsmål

Ved at gennemføre dette forløb, kan eleverne blandt andet opnå følgende kompetencer:

### Krop og sundhed

Eleverne kan undersøge sundhedsmæssige sammenhænge mellem krop, kost og motion, herunder med digitale redskaber.

Eleverne kan med modeller forklare kroppens forsvarsmekanismer.

## Forældredel

For at styrke forældreinvolveringen omkring dette forløb, informerer sundhedsplejerskerne klassens forældre om afvikling af forløbet på Aula.

Det er også muligt for eleverne at tage arbejdshæftet med hjem, så det kan danne afsæt for dialog mellem barn og forældre.

Når der afvikles forældremøde i slutningen af 7. klasse, bør der laves fælles klasseaftaler for fester og alkohol. Planlæg eventuelt et besøg fra Kræftens Bekæmpelse og kampagnen *Fuld af Liv*. Læs mere her på [www.fuldafliv.dk](http://www.fuldafliv.dk) og [www.omalkohol.dk](http://www.omalkohol.dk)

En opgave for forældre og barn kan være at tage en snak om, hvilke alkoholregler, der gælder derhjemme. Find viden og inspiration til samtalen med barnet på [www.alkoholdning.dk](http://www.alkoholdning.dk)

# 8. Klasse

## **Forklaring**

Dette forløb er en opfølgning på forløbet i 6. klasse. Metoden er den samme, men i 8. klasse er der fokus på nogle andre emner – eksempelvis alkohol. Der kan ofte opstå sociale overdrivelser og misforståelser, når det kommer til børns og unges forestillinger om hinandens adfærd. Dette kan eksempelvis være forestillingen om deres kammeraters brug af rusmidler eller tyggetobak/snus, som skubber til børn og unges grænser og kan medføre, at de selv opsøger adfærd. Der kan også være en generel forestilling om, at ens venner er mere sociale, end man selv er, hvilket kan forstærke negative følelser hos børn og unge. Ved at sætte fokus på de sociale overdrivelser kan man, nedbringe elevernes forestillinger om hinandens adfærd til et mere realistisk niveau. Dette kan medvirke, at færre børn og unge opsøger en unødvendig risikoadfærd, føler sig ensomme mv.

Til at arbejde med flertalsmisforståelser og sociale overdrivelser bruges metoden Social pejling. Læs mere om metoden under 6. klasse.

# Mit sociale kompas - forventningspres og misforståelser

## Aktivitet

Forløbet vil være et 4 lektioners forløb i sociale overdrivelser. En eller flere repræsentanter fra klassens lærerteam skal være til stede i klassen og kan have flere opgaver op til dagen, f.eks. at koordinere gennemførelsen, orientere forældrene m.m.

Selve forløbet faciliteres af udvalgte ressourcepersoner på skolen (se *Ressourcetræk*). Dem, der faciliterer forløbet, vil være trænet i social pejling og har ansvaret for at sikre, at klassens lærere har de nødvendige informationer op til undervisningen.

Efter pejlingen skal eleverne i grupper lave en kort, filmet TED-talk omhandlende emnerne rusmidler, seksualitet, ensomhed og kriminalitet - alle emner, der kan være præget af store sociale overdrivelser. Filmene udarbejdes på baggrund af data fra ungeprofilundersøgelsen og anden valid data. Målgruppe for disse TED-talks er elevernes forældre, og videoerne vil blive fremvist til forældrene på et forældremøde. Hvis man ønsker at arbejde videre med dette, kan der laves RGP-cirkler med klassen, hvor

resultaterne drøftes. Derudover kan aktiviteten i sociale overdrivelser tages op på et teammøde, for at understøtte det arbejde, der er blevet lagt.

## Ressourcetræk

Der vil være aktører på hver skole, der gennemfører aktiviteten. Dette kan være skolens SSP-lærere, andre lokale ressourcepersoner eller årgangens lærere. Skolerne udvælger lærere, der får et 2-timers kursus i gennemførelse af aktiviteten. Selve Social pejling-aktiviteten tager 2 lektioner à 45 minutter at gennemføre. Klassens lærer(e) deltager også på dagen, hvor der kan være mindre forefaldende opgaver, men det er de faciliterende aktører, der varetager selve dagens program og undervisning. Ved selv at deltage får klassens lærere et bedre udgangspunkt for at kunne følge op på resultaterne sammen med eleverne – eksempelvis i RGP-cirkler.

Klassens lærerteam skal derudover påregne opfølgende aktiviteter på 1-2 moduler til udarbejdelsen af TED-talk-videoerne, som klassens elever skal lave, når Social pejling-forløbet er gennemført.

## Læringsmål

Ved at gennemføre dette forløb, kan eleverne blandt andet opnå følgende kompetencer:

### It og kommunikation

Eleverne kan vælge digitale teknologier i forhold til situationen. Eleverne har viden om digitale teknologiers kommunikationsmuligheder.

### Statistik og sandsynlighed

Eleverne kan undersøge sammenhænge i omverdenen med datasæt. Eleverne har viden om stikprøveundersøgelser og virkemidler i præsentation af data.

## Forældredel

Sociale overdrivelser ses også hos voksne og forældre. Derfor skal forældrene inviteres til et forældremøde, hvor de introduceres for teorien bag social pejling. Her vil de blive præsenteret for resultaterne omkring sociale overdrivelser, risikoadfærd og trivsel, der er blandt klassens elever. Derudover vil elevernes TED-talk-videoer blive fremvist for forældre af klassens lærere.

# 9. Klasse

## **Forklaring**

Unge skal klædes ordentligt på og have viden om seksualitet og kønsidentitet. De skal lære om sig selv, egne grænser og flertalsmisforståelser vedr. seksuel debut og seksualitet.

Seksualundervisning er en del af skolens obligatoriske og tværfaglige emnefag, der undervises i på alle klassetrin fra 0.-9. klasse.

Forløbet i 9. klasse berører tematikker som kroppen, pubertet og seksuel sundhed, herunder prævention og forebyggelse af kønssygdomme. Dialog med engagerede voksne bidrager til oplysning og med- og modspil i forhold til de mange dilemmaer, der knytter sig til seksualundervisningens emner.

Sundhedsplejen har en normkritisk tilgang til seksualundervisningen for at den enkelte elev kan føle sig imødekommet på seksuel orientering og kønsidentitet. Dermed skal undervisningen bidrage til at fremme elevernes trivsel, sætte fokus på mangfoldighed og plads til forskellighed blandt andet ift. køn, krop og seksualitet.

# Seksuel sundhed

## Aktivitet

Sundhedsplejen har udviklet et koncept for seksualundervisningen, der har til hensigt at give alle elever i 9. klasse det samme udgangspunkt for viden om seksuel sundhed samt understøtte dem i at være parate til at passe på sig selv, når de bliver seksuelt aktive.

Undervisningen er tilrettelagt ud fra en kombination af undervisning med udgangspunkt i materiale fra *Sex og Samfund* suppleret med sundhedsfaglig viden og erfaring. Hvert år inkluderes årets emne fra *Sex og Samfund*.

Forløbet vil være en blanding af vidensformidling om seksualitet, seksuel sundhed, viden om køn- og kønsdele, film og dilemmaer og andet. Eleverne skal arbejde med alle tematikker, således at deres refleksion fremmes og giver dem mulighed for at debattere i plenum.

Undervisningen foregår klassevis og med afsæt i den enkelte klasse og elevernes parathed.

## Ressourcetræk

Undervisningen planlægges til 2 lektioner pr. klasse og udbydes i uge 5 eller 6. Sundhedsplejen kontakter lærerteamet i oktober og reserverer tid til undervisning. Undervisningen koordineres mellem Sundhedsplejen og klassens lærere.

Undervisningen udbydes af et team bestående af 4 sundhedsplejersker, der er ansvarlige for koordination, tilrettelæggelse og undervisning. Ved behov kan der være opfølgning med den enkelte klasselærer, hele klassen eller individuel opfølgning med elever. Klasselæreren er til stede under hele undervisningen.

## Læringsmål

Ved at gennemføre dette forløb, kan eleverne blandt andet opnå folkeskolelovens kompetencemål for seksualundervisningen i 9. klasse:

### Seksuel sundhed

Eleverne kan fremme egne og andres sundhed og trivsel med udgangspunkt i demokrati og rettigheder.

### Krop, køn og seksualitet

Eleverne kan vurdere normer og rettigheder for krop, køn og seksualitet i et samfundsmæssigt perspektiv.

### Forældredel

Forud for forløbet orienterer klasselæreren forældrene via Aula. Der kan også være emner fra undervisningen, som med fordel kan drøftes på et efterfølgende forældremøde.

# 10. Klasse

## **Forklaring**

Hvordan færdes unge i fællesskaber, og hvordan møder de unge forskellige mennesker i forskellige fællesskaber? I dette forløb tager vi udgangspunkt i elevernes egen måde at håndtere udfordringer på ved hjælp af rollespil, diskussioner og evalueringer.

Det vigtige er, at fordomme eller forudindtagne holdninger om andre kan føre til misforståelser. Med dette forløb får eleverne mulighed for at se tingene fra andre perspektiver. Forløbet er baseret på en række cases, som er funderet i eksempler fra virkelige oplevelser i Albertslund, men hvor navne og steder er ændret.

# Ung i samfundet

## Aktivitet

De fagprofessionelle hjælper klassen med at vælge og gennemføre 2 af forløbets 4 cases. Kontakt den ansvarlige får at få de forskellige cases. Scenariet for første rollespil læses op, hvorefter rollerne i den enkelte case fordeles og rollespillet udføres. Efter en pause (eller eventuelt en anden dag) gennemføres det andet rollespil på samme måde. Når rollespillet/rollespillene er gennemført, laves en fælles opsamling i klassen. Det er vigtigt at få samlet op, da emnerne kan være sårbare for nogle elever. Det kan eksempelvis være en RGP-cirkel, hvor man taler om, hvordan det har været at være med i dag, og om der er noget, der har gjort særligt indtryk.

Der arbejdes med følgende cases:

- Grubbers påvirkning ude i samfundet (utryghed ved Kanalens Kvarter).
- Ensomhed
- Ludomani
- Misbrug/forbrug.

Rollespillet kan eventuelt tilpasses ved at gøre emnerne mere relevante for den aktuelle klasse. Det kan f.eks. være ved rollespillet om misbrug/forbrug, hvor klassen/læreren kan være med til at forme hvilket rusmiddel, der tages udgangspunkt i.

Efter endt forløb kan klassen udarbejde en brochure eller lignende, hvor eleverne laver en guide til hinanden og deres forældre om, hvor man kan søge hjælp i relation til de emner, der behandles i de fire cases.

## Ressourcetræk

Forløbet anbefales gennemført på 4 (eventuelt 2 x 2) lektioner, hvor man vil kunne nå to rollespil.

## Læringsmål

Ved at gennemføre dette forløb, kan eleverne blandt andet opnå følgende kompetencer:

### Kommunikation

Eleverne kan analysere samtaler og deltage aktivt, åbent og analytisk i dialog. Eleverne beskriver ligheder og forskelligheder ud fra familiebaggrund, interesser og dét, vi kan lide.

### Sociale og kulturelle forhold

Eleverne kan tage stilling til og handle i forhold til sociale og kulturelle sammenhænge og problemstillinger. Eleverne beskriver menneskers ligheder og forskelligheder med udgangspunkt i udseende, også selvom de er forskellige fra eleverne selv.

## Forældreled

Produktet med elevernes guide til, hvor man kan søge hjælp, formidles til forældrene. Dette kan gøres som et forældrebreve, på et forældremøde eller ved andre lejligheder.

# Kontaktoplysninger

## Den Kriminalpræventive Enhed

Tlf.: 24 99 68 88

E-mail: [kriminalpraeventive.enhed@albertslund.dk](mailto:kriminalpraeventive.enhed@albertslund.dk)

Adresse: Den Kriminalpræventive Enhed, Nordmarks Allé 1, 2620 Albertslund

## Sundhed & Udvikling

Tlf.: 21 37 81 98

E-mail: [sundhedogudvikling@albertslund.dk](mailto:sundhedogudvikling@albertslund.dk)

Adresse: Sundhedshuset Albertslund, Skolegangen 1, 2620 Albertslund

## Sundhedsplejen

Tlf.: 43 60 66 70

E-mail: [sundhedsplejen@albertslund.dk](mailto:sundhedsplejen@albertslund.dk)

## Øvrige ressourcepersoner:

Anne-Sofie Flintrup

Herstedøster Skole

[anne8n02@akskole.dk](mailto:anne8n02@akskole.dk)

Necati Kayhan

Egelundskolen

[neca0002@akskole.dk](mailto:neca0002@akskole.dk)

