



## Lærerark / SSF

### Livsstil og rygning

5.-6. klassetrin

#### Læringsmål for opgaven

Eleverne bliver bevidste om deres egen og klassens livsstil og lærer, at deres livsstil har betydning for deres liv og sundhed.

#### Kort om opgaven

Eleverne skal spille Livsstilsbingo, hvor de skal finde klassekammerater, som de har noget bestemt til fælles med. Med udgangspunkt i elevernes nye viden om deres egen og klassens livsstil, diskuteres en række spørgsmål om livsstil, herunder rygning.

*Vejledende tid: 1 lektion á 45 minutter.*

#### Til læreren

Livsstil er et bredt begreb der bliver brugt i mange sammenhænge. Livsstil kan eksempelvis forklares som det, der er med til at udtrykke og signalere en persons individuelle identitet i form af adfærd (det vi gør) og præferencer (det vi vælger frem for noget andet). Afhængig af klassens niveau kan levevilkår inddrages så eleverne får en forståelse af, at et menneskes livsstil er underlagt de levevilkår, som det vokser op under.

#### Forberedelse

Print elevark (bingoplade) til hver elev.

#### Sådan gør du

##### Lektion 1

1. Livsstilsbingo
  - a. Introducer eleverne til øvelserne og spillet.
  - b. Uddel en bingoplade til alle elever i klassen.
  - c. Eleverne skal gå rundt i klassen og vifte med arket (med bingopladen) – det markerer, at man er ledig. Eleverne finder på den måde sammen to og to. Elev A stiller spørgsmål og elev B svarer. Elev B skriver under på elev A's spørgeark, hvis de kan finde noget, som de har til fælles. Bagefter er det elev B's tur til at spørge elev A om et spørgsmål. Elev A skriver under på elev B's spørgeark, hvis de har det til fælles. Man må max spørge en elev tre gange, om noget man har til fælles. Hvis man ikke kan finde noget fælles, går man videre. Elev A og B takker og siger



farvel, vifter med arket, finder en ny makker og proceduren starter forfra.

- d. Bingospillet kan enten afsluttes når der er "bingo", når eleverne ikke kan finde flere match, eller afbrydes efter et bestemt antal minutter.

## 2. Dialog om livsstil

- a. Lad eleverne reflektere og diskutere følgende spørgsmål, enten i plenum eller i grupper.

1. Hvordan vil du beskrive din egen livsstil?
2. Er der en særlig livsstil i jeres klasse?
3. Er der forskel på mænd og kvinders livsstil?
4. Vælger man helt selv sin livsstil?
5. Er der forskel på dine forældres livsstil og din egen livsstil?
6. Hvad forstår I ved 'en sund livsstil'?
7. Hvad forstår I ved en 'usund livsstil'?
8. Vælger nogle en bestemt livsstil for at ligne andre?
9. Er det en livsstil at ryge?
10. Kan en bestemt livsstil (fx rygning) få betydning for dit liv på sigt?

## Forslag til opfølgning og evaluering

### Forslag til tegn på læring

- Eleven deltager i Livsstilsbingo og udfylder pladen
- Eleven reflektere og deltager i dialog om livsstil

### Forslag til opfølgning

- Læreren lytter til elevernes refleksioner efter endt bingospil
- Læreren vurderer, om eleverne reflektere og kommer med relevante svar på spørgsmålene – med særligt fokus på spørgsmål 9 og 10.

## Forslag til færdigheds- og vidensmål for SSF efter 6. klassetrin

<p><b>Fag</b> SSF</p> <p><b>Kompetenceområde</b> Sundhed og trivsel</p> <p><b>Videns- og færdighedsområde</b> Livsstil</p>	<p><b>Færdigheds mål</b> Eleven kan analysere normer og idealer for sundhed</p> <p><b>Vidensmål</b> Eleven har viden om normer og idealer for sundhed</p>
--	---



## Elevark

### Livsstil og rygning



#### Det lærer du

Du lærer, hvad der kendetegner din og klassens livsstil, og at din livsstil har betydning for dit liv og din sundhed nu og på sigt.

#### Kort om opgaven

Du skal spille Livsstilsbingo, hvor du skal finde klassekammerater, som du har noget bestemt til fælles med. Bagefter skal du diskutere en række spørgsmål om livsstil, herunder også rygning.

#### Sådan gør du

##### Trin 1 (Livsstilsbingo)

Du skal bruge bingopladen på næste side. Din lærer fortæller dig, hvordan spillet foregår.

##### Trin 2 (i grupper/fælles)

Snak om følgende spørgsmål:

1. Hvordan vil du beskrive din egen livsstil?
2. Er der en særlig livsstil i jeres klasse?
3. Er der forskel på mænd og kvinders livsstil?
4. Vælger man helt selv sin livsstil?
5. Er der forskel på dine forældres livsstil og din egen livsstil?
6. Hvad forstår I ved 'en sund livsstil'?
7. Hvad forstår I ved en 'usund livsstil'?
8. Vælger nogle en bestemt livsstil for at ligne andre?
9. Er det en livsstil at ryge?
10. Kan en bestemt livsstil (fx rygning) få betydning for dit liv på sigt?



## Livsstilsbingo (bingoplade)

Lad dine klassekammerater skrive deres navne i kasserne, når du får et svar der er det sammen som dit.

Har den samme mobil som mig	Har været på ferie samme sted som mig	Har samme yndlingsprogram i TV som mig
Bor i samme by som mig	Har den samme type skoletaske som mig	Kan lide den samme musik som mig
Bruger samme transportmiddel til skole som mig	Går til det samme i fritiden som mig	Har samme yndlingsmad som mig
Har samme frisure som mig	Kan lidt at lave det samme i fritiden som mig	Har den samme holdning til rygning som mig
Har det samme yndlingsfag i skolen som mig	Har spist det samme til morgenmad i dag som mig	Har læst den samme bog som mig
Ønsker / ønskede sig det samme i julegave som mig	Kan lide at lave det samme i frikvarteret som mig	Har samme farve jakke som mig