

# Fræðsluáætlun gegn einelti 1. – 10. bekkur

---

## 1. bekkur:

- Litla lirfan ljóta – bók og mynd fyrir 1. bekk. Mynd og bók á bókasafni. Umræður.
- **Ýma tröllastelpan:** kennarar á yngsta stigi sem ekki hafa notað þessa bók geta notað hana í fyrsta bekk sem það vilja. Umræður.

## 2. bekkur:

- *Sagan af skessunni sem leiddist.* Lesin saga (myndir á glærum) umræður, samskipti, félagsfærni hvernig gengur okkur.

## 3. bekkur:

- *Má ég vera memm?* Lesin saga (myndir á glærum) umræður um samskipti, stríðni/hæðni. Ábyrgð.

## 4. bekkur:

- **Katla gamla** – mynd á nams.is og kennsluleiðbeiningar á nams.is. [http://vefir.nams.is/katla\\_gamla/katla\\_gamla\\_klb.pdf](http://vefir.nams.is/katla_gamla/katla_gamla_klb.pdf)

## 5. bekkur:

- **Upprisan og lífið (námsbók) bls. 52-56: Stutt saga: Að vera til friðs (umræðuspurningar á eftir).**

Strákur í 7. bekk verður fyrir því að buxur og nærbuxur eru teknar og faldar í búningsklefa í íþróttum. U.þ.b. 20 mínútur í lestur og umræður. Umræður og verkefni:

Þarna er hægt að grípa tækifærið og hafa nafnlaust verkefni.

Dæmi um spurningar:

1. Hefur þú orðið vitni af sambærilegu atviki í þínum bekk?
  2. Ef „já“. Hver lenti í þessu og hvað var gert?
  3. Er mikið um stríðni í bekknum?
  4. Finnst þér vera tekið á málum ef einhver stríðni er í gangi?
- **Eplin hans Peabodys (Madonna). Bók til á bókasafni. Eplin hans Peabodys (Madonna):** Bók til á bókasafni og myndasýning (PP inn á samgögnnum starfsfólk\_einelti\_baráttudagur). Saga um baktal og hvaða áhrif það getur haft. Það er

ekki hægt að taka til baka það sem sagt hefur verið. Um það hvað það getur verið erfitt / vonlaust að taka til baka það sem maður hefur sagt. Ca. einn 40 mín. tími í lestur og umræður.

## 6. bekkur:

- **Ensku rósirnar (Madonna): Bók til á bóksafninu.** ( Myndir í möppu á starfsfólk\_einelti\_baráttudagur) Fjallar um útilokun, stelpnahópur sem skilur eina stelpu útundan. Ca. einn 40 mín tími í lestur og umræður.

Umræður: Fjalla um mun á einelti hjá stelpum og stráku. Stelpur eru oft lúmskari en strákar. Rafrænt einelti að koma mikið inn á þessum árum. Facebook og snapchat gríðarlega áhrifamikið og það tekur ekki nema 1 sek að senda t.d. mynd eða upplýsingar um ákveðinn aðila.

Madonna: 1. Hvað gætu stelpurnar gert öðruvísi?

2. Er þetta algengt? Ræða það vel?

3. Hvað er öfund og hvað getur öfund leitt af sér?

## 7. bekkur:

- **Sýna myndband (Breskt):** Myndbandið sýnir þegar stelpa tekur myndir af sér og sendir kærastanum. Hann sendir vini sínum myndina og eftir það fer hún út um allt. Umræður: Hverjum er þetta að kenna? Hver ber ábyrgð? Hver er ábyrgð þess sem fær senda til sín mynd líka þessari?

Myndband: [http://www.youtube.com/watch?v=4ovR3FF\\_6us](http://www.youtube.com/watch?v=4ovR3FF_6us)

Ræða frétt: Gerðist á Akureyri. 13 ára stelpa tók nektarmynd af sjálfum sér og hún endaði á netinu. Umræður!!

Frétt: <http://www.pressan.is/Frettir/Lesafrett/nektarmynd-af-13-ara-stulku-i-dreifingu-a-akureyri-modir-bidur-tha-sem-fa-myndina-ad-eyda-henni?Pressandate=200904251%3B+or+1%3D%40%40version%2Fleggjumst-oll-a-eitt%2Fleggjumst-oll-a-eitt>

## 8. bekkur:

- **The Bully – umræður – athuga aldurstakmark og lengd.** (Bíómynd til Amtbókasafninu og á youtube.com)
  - Hvað þýðir "einelti?"
  - Lýstu því hvernig börnum líður seim lögð eru í einelti. Hvers vegna eru krakkar lagðir í einelti?
  - Treystir þú fullorðnum þegar á að ræða um einelti?

- Hefur þú fundist þú vera hræddur við að fara í skólann vegna þess að þú varst hræddur við einelti? Hvaða leiðir hefur þú reynt að breyta því?
- Hvað finnst þér foreldrar geta gert til að hjálpa stöðva einelti?
- Hefur þú eða vinir þínir strítt öðrum krökkum? Telur þú að það hafi verið einelti? Hvers vegna eða hvers vegna ekki?
- Hvað gerir þú oftast þegar þú sérð að einelti sé í gangi?
- Hefur þú séð nemanda verið lagt í einelti af öðrum krökkum?
- Hefur þú einhvern tíma reynt að hjálpa einhverjum sem er í einelti? Hvað gerðist? Hvað myndir þú gera ef það gerist aftur?

## 9. bekkur:

- **Hipp hipp hora** – (bíómynd til á Amtbókasafninu)

### Umræðupunktur út frá myndinni; Hip, hip hóra

- Auðvelt að eyðileggja orðsporið, afleiðingar þess að ljúga einhverju um aðra. Hvað það var auðvelt í myndinni að fá alla til að trúa því að aðalsöguhetjan svæfi hjá hverjum sem er.
- Félagsþrýstingur,
- Þegar verið var að taka myndirnar í partýinu og stríða henni í skólanum, af hverju gerði enginn neitt til að hjálpa?
- Ræðið um það hvernig vinkonur ..... brugðust við, hvernig þær tóku þátt í að tala illa um hana til að falla í kramið hjá hinum.
- Ræðið það sem umsjónarkennarinn sagði, er hægt að taka því sem hrósi þegar það er káfað eða klipið? Er þetta eitthvað sem er óþarfi að gera mikið mál úr?
- Stemmingin í partýinu, var gaman? Voru allir að skemmta sér vel? Margir voru að drekka mikið og aðalsöguhetjan var rænulaus af ofdrykkju, ýmislegt annað hefði getað gerst en að teknar væru myndir.
- Umræður

## 10. bekkur:

- **Disconnect – Bíómynd.** Hér eru sagðar þrjár aðskildar sögur sem tengjast ýmsum þráðum og enda sem ein heild.

### Umræður: Nr. 1, 2 og 3 skaðsemi rafrænts einelti:

- Einelti á netinu er örugglega orðið algengara heldur en hitt. Oft halda krakkar að þau séu rosalega sniðug en hugsa ekkert um afleiðingarnar.
- Fyrsta sagan er um lögfræðing sem áttar sig á því að sonur hans er orðinn fórnarlamb skelfilegs eineltis eftir að hafa opinberað sig á spjallrás. Um leið kynnumst við drengnum sem stendur fyrir eineltinu og föður hans sem er fyrrverandi lögreglumaður.

## Hugmyndir að öðrum verkefnum og umræðu um þessi mál

Ljós heimsins bls. 81-84: Nýi strákurinn (um fordóma gagnvart nýjum nemanda í bekk): Nýr strákur kemur í 6. bekk.

**Láttu mig í friði** – hópurinn snýst með þeim sem lendir í eineltinu. Aðeins eitt eintak til af þessari bók en kennarar geta e.t.v. látið hana ganga á milli þennan dag.

### Valur - bók

Bendum enn fremur á bókina **Hugsi** fyrir unglingastig – þar leynast ýmsar raunverulegar frásagnir.

Tungumálakennarar geta einnig notað sögur um einelti á ensku/dönsku.

### Hugmynd að verkefni sem sumir e.t.v. þekkja – getur verið mjög áhrifaríkt:

*Saga um einelti: Kennari í New York var að kenna bekknum um einelti og lét þau framkvæma smá æfingu. Hún fékk börnunum pappírshútt og sagði þeim að hnoða og kuðla og trampa svo á kuðlinu... og skemma eins og þau gætu, bara ekki að rífa niður. Svo lét hún börnin breiða úr pappírnum og prófa að slétta krumpurnar, en ekki síst, virða fyrir... sér hvernig þau hefðu skemmt pappírinn og gera sér grein fyrir hvað hann var orðinn óhrein. Síðan sagði kennarinn börnunum að biðja pappírinn afsökunar. Hversu mikið sem börnin báðu pappírinn afsökunar og reyndu að laga það sem þau hefðu krumpað og óhreinkað, þá hurfu skemmdirnar ekki. Kennarinn fékk börnin til að ræða og skilja að hvað sem þau reyndu eða vildu slétta og laga það sem þau hefðu gert við pappírinn, myndi aldrei lagast og búið væri að skemma pappírinn varanlega. Þetta væri einmitt það sem gerðist þegar einelti væri beitt gegn öðrum. Hversu oft sem gerandinn bæði fórnarlambið afsökunar, þá væru örin komin til að vera og fylgja fórnarlömbunum allt þeirra líf. Upplitið á börnunum í bekknum sagði kennurunum að hún hafði hitt í mark.*

**Önnur hugmynd varðandi blaðið:** kennari kynnir verkefni fyrir börnunum í bekknum þannig: „nú ætlum við að teikna saman mynd af barni sem við eigum öll saman“. Kennarinn byrjar að teikna myndina (t.d. höfuðið) sem þau ætla að teikna öll saman, blaðið látið ganga á milli nemendanna og allir eiga að teikna eitthvað inn á myndina. Síðan þegar myndin er tilbúin tekur kennarinn blaðið og krumpar ... heldur svo áfram eins og hin sagan.

### Disconnect – bíómynd

Disconnect er gríðarlega áhrifamikil mynd sem líður áhorfendum seint úr minni. Handritið þykir hreinasta snilld og kallar fram það besta í leikurunum sem fara allir með tölu á kostum í hlutverkum sínum. Utan um þetta heldur síðan leikstjórinn, Henry Alex Rubin, af miklu öryggi og færir okkur bíótöfra sem allt kvikmyndaáhugafólk ætti að upplifa.

Hér eru sagðar þrjár aðskildar sögur sem tengjast ýmsum þráðum og enda sem ein heild. Fyrsta sagan er um lögfræðing sem áttar sig á því að sonur hans er orðinn fórnarlamb

skelfilegs eineltis eftir að hafa opinberað sig á spjallrás. Um leið kynnumst við drengnum sem stendur fyrir eineltinu og föður hans sem er fyrrverandi lögreglumaður.

Önnur sagan er um ung hjón sem verða fyrir því að bankareikningar þeirra eru tæmdir. Þriðja sagan er síðan um blaðakonu sem gerir alvarleg mistök þegar hún reynir að skrifa sögu um ungan mann sem selur sig á netinu ...

Disconnect er fyrsta bíómynd leikstjórans Henrys Alex Rubin, en hann var tilnefndur til Óskarsverðlauna fyrir heimildarmyndina frábæru Murderball árið 2006. Myndin er einnig fyrsta bíómynd handritshöfundarins Andrews Stern og kæmi ekki á óvart ef handrit hans yrði tilnefnt til Óskarsverðlauna, svo og jafnvel myndin sjálf sem ein besta mynd ársins 2013.

Heilabrotinn fjallar um ungan 18 ára dreng sem fær geðrof. Í fyrstu tekur enginn eftir neinu en svo þegar foreldra hans átta sig fara þau með hann á geðdeild þar sem drengurinn þarf að treysta því að það sem foreldrar hans og lækurinn segja sé í raun satt. Að hann sé með ranghugmyndir. Sú mynd er aðeins 20 mínútur. Þar er Bergþór sem leikur sig sjálfan og hann hefur fengið flotta umfjöllum frá okkar bestu leikurum landsins en í Heilabrotum leikur hann á móti mörgum flottum íslenskum leikurum.

## **Bækur sem eru til á bókasafni Oddeyrarskóla og fjalla um stríðni og einelti**

Andersen, H.C: Ljóti andarunginn

Andrés Indriðason: Mundu mig, ég man þig

Arnheiður Borg: Valli á enga vini

Arnheiður Borg: Rut fer í nýjan skóla

Rut á afmæli

Rut og Gunnar

Rut og raddirnar tvær

Ármann Kr. Einarsson: Gegnum fjallið,

Birkeland, Thöger: Lassi í baráttu,

Chapouton, Anne-Marie: Júlíus

Eðvarð Ingólfsson: Hnefaréttur

Elfa Gísladóttir: Solla bolla og Támína

Friðrik Erlingsson: Litla lirfan ljóta

Litla lirfan ljóta (Myndband)

Guðrún Helgadóttir: Í afahúsi

Guðrún Helgadóttir: Bækurnar um Jón Odd og Jón Bjarna

Gunnhildur Hrólfsdóttir: Þið hefðuð átt að trúa mér

Hallfríður Ingimundardóttir: Pési og verndarenglarnir

Harpa Lúthersdóttir: Má ég vera memm?

Hartmann, Evert: Einn í stríði

Helga Ágústsdóttir: Ekki kjafta frá

Herdís Egilsdóttir: Vatnsberarnir

Iðunn Steinsdóttir: Mánudagur bara einu sinni í viku

Jacobson, Gun: Bróðir minn frá Afríku

Janson, Tove: Pípuhattur galdrakarlsins

Janus, Grete: Láki – skemmtilegu smábarnabækurnar 7

Janus, Grete: Stubbur – skemmtilegu smábarnabækurnar 4

Jón Sveinbjörn Jónsson: Pétur hittir Svart og Bjart

Karl Helgason: Í pokahorninu

Kirkegaard, Ole-Lund: Gúmmí Tarsan

Kirkegaard, Ole-Lund: Fúsi froskagleypir

Kristín Steinsdóttir Léttlestrarbækur: Trú, von, Kærleikur

Ugla sat á kvisti

Átti börn og misti

Eitt, tvö, þrjú

Og það varst þú

Kristín R. Thorlacius: Sunna þýðir sól

Kristín Helga Gunnarsdóttir: Mói hrekkjusvín

Lindgren, Astrid: Bróðir minn ljónshjarta

Ljone, Oddmundur: Villtur vegar

Guðrún Ásmundsdóttir: Lóma

Marinó L. Stefánsson: Dísa í Dunhaga

Nöslinger, Christine: Skólasögur af Frans

Ragnheiður Gestsdóttir: Leikur á borði

Ragnar Gíslason: Nornafár

Ragnar Gíslason: Tara

Ragnar A. Þorsteinsson: Röskir strákar og ráðsnjallir

Ragnheiður Jónsdóttir: Í Glaðheimum

Stefán Jónsson: Óli frá Skuld

Thor, Annika: Sannleikann eða áhættuna

Thomsen, Thorstein: Aldrei aftur nörd

Valgeir Skagfjörð: Saklausir sólardagar

Þorsteinn Marelsson: Milli vita

## **Bókalisti en er ekki í Oddeyrarskóla**

Sjóræninginn : skálduð ævisaga / Jón Gnarr. – 2. útg. - Reykjavík : Mál og menning , 2012. – 266 s.

Höfundur er borgarstjóri í Reykjavík. Framhald af bókinni Indíaninn sem út kom 2012.

Segir frá ungingarárum sínum og erfiðri lífsreynslu, einmanakennd, einangrun, ofbeldi.

ADHD, Einelti, Fordómar, Sorg, Unglingar

Láttu mig í friði / Kes Gray ; myndskreytt af Lee Wildish ; Margrét Gunnarsdóttir þýddi.

Lítill drengur er dapur og kvíðinn af því að á hverjum degi þarf hann að standa frammi fyrir mikilli ógn. Málið leysist þegar vinir hans þjappa sér í kringum hann og saman tekst þeim að vinna á einelti og ógn sem drengurinn óttast.

Einelti - Barna- og unglingsæfni, Kvíði

Einelti er ekkert grín [mynddiskur]. –

Ungmennaráð Miðborgar og Hlíða stóðu fyrir gerð þessarar fræðslumynda sem fjalla um einelti í grunn- og menntaskólum. Disknum var dreift í alla grunnskóla en myndirnar má einnig finna á YouTube undir „einelti er ekkert grín“ Reykjavík

Einelti, Ofbeldi

Saman í sátt : leiðir til að fást við einelti og samskiptavanda í skólum / Byggt á efni eftir Erling Roland og Grete Sørensen Vaaland ; Elín Einarsdóttir og Guðmundur Ingi Leifsson þýddu og staðfærðu. – Reykjavík : Námsgagnastofnunin, 2001, - 67 s. – Ritaskrá

Bókin er ætluð kennurum og öðru starfsfólki skóla. Fjallað er um einkenni og orsakir eineltis. Bent er á ráð til að koma í veg fyrir einelti og annan samskiptavanda og hvernig best sé að vinna úr slíkum málum.

Gegn einelti : handbók fyrir skóla / ritstjórar Sonia Sharp og Peter K. Smith ; þýðandi Ingibjörg Markúsdóttir. Reykjavík : Æskan, 2000, - 102 s. - Á frummáli: Tackling bullying in your school. – Heimildaskrá.

Bókin fjallar um leiðir til að vinna gegn einelti. Aðaláhersla er lögð á einelti í skólum. Rætt er um greiningu eineltis, forvarnir, viðbrögð og upprætingu.

Einelti : góð ráð til foreldra / [Þorlákur H. Helgason]. – Reykjavík : Heimili og skóli, 2009. - 14 s.: myndir

Smárit ætlað foreldrum og aðstandendum barna sem verða fyrir einelti. Höfundur er framkvæmdastjóri Olweusaráætlunarinnar á Íslandi. Einelti er skilgreint, ábyrgð ígrunduð, úrræði skoðuð og góð ráð gefin. Einnig aðgengilegt á rafrænu formi.

## **Vefsíður**

<http://www.gegneinelti.is/fraedsla/>

<http://www.velferdarraduneyti.is/frettir-vel/nr/33080>

<http://barn.is/adalsida/finna/adalsida - syna meira/?ew 0 a id=181202>

## **Myndir - myndbönd**

**Einelti – helvíti á jörð:** <http://skodun.is/einelti/einelti-helviti-a-jord-myndband/>

Myndband frá 2002.