

LEKTION 1.

THE TEST



Länk QR-kod: <https://www.heroofthetalk.se/fortest>

SYFTE - Syftet med kunskapstestet är att tag reda på hur mycket kunskap eleverna har om mobbning innan BE THE HERO (BTH) startar. Alla elever gör testet enskilt. Samma kunskapstest kommer att utföras sista dagen. Detta för att se hur mycket barnen faktiskt har lärt sig av BTH.

FÖRBEREDELSE

- Dator eller läsplatta att koppla upp till projektor
- Projektorn skall vara inställd på 16:9 format
- Kontrollera ljudnivån innan eleverna ser filmen
- Ljud (Aux, Bluetooth eller HDMI) för filmuppspelning
- Läsplatta eller mobil till samtliga elever som har WIFI

UTFÖRANDE

1. Eleverna skannar QR-koden och startar provet
2. När alla elever är klara med kunskapstestet startar du INTROFILMEN

INTROFILMEN



Introfilmen är ca 3 minuter och alla elever tittar tillsammans på projektorn.

SYFTE - Är informera om hur utbredd mobbning är och vad målet med utbildningen BE THE HERO och vad de kommer att lära sig.

UTFÖRANDE

1. Klicka på filmen och ta upp den i stor skärm.
2. Spela filmen
3. När filmen är klar går ni vidare till ADRIAN



OPERATION HERO – ADRIAN

Länken till QR-koden: <https://www.heroofthetalk.se/quizzes/adrian-operation-hero-uppdrag/>

SYFTE - Eleverna kommer se en film som innehåller uppdraget Adrian. Med hjälp av OPERATION HERO- korten kommer barnen hitta svar på frågorna som ställs om filmen som de just har sett. Genom att lösa uppdragen och hitta svar i korten får eleverna kunskap om mobbning.

FÖRBEREDELSE

- OPERATION HERO KORTEN 1-11 delas ut till varje grupp (Mobbningsätt och roller).
- Dela in klassen i olika grupper med 3-5 elever beroende
- En läsplatta per grupp

UTFÖRANDE

1. Dela upp grupper om fyra/fem elever/grupp
2. En läsplatta eller mobil per grupp
3. Dela ut Operation Hero korten 1-11
4. Starta Operation Hero Adrian-filmerna
5. I filmen skannar grupperna QR-koden och uppdraget startar

Filmerna förklarar alla instruktioner om hur OPERATION HERO går till. Eleverna behöver bara lyssna och koncentrera sig. En elev i varje grupp behöver ha en läsplatta eller mobil för att skanna QR-kod enligt filmens instruktioner.

OBS!

Inför Lektion 2 behöver man köpa 2 st Granny smith äpplen som är fina.

LEKTION 2.

ÄPPLET 1 & 2



För att chatta med äpplet klicka på någon av knapparna

Länk QR-kod: <https://www.bethehero.se/applet/>

SYFTE - Syftet med ÄPPLET är att få eleverna att förstå att ord kan skada inombords och att det inte syns på utsidan. Eleverna får vara snälla mot ena äpplet och elaka via ord eller nät-mobbning mot det andra äpplet. Man kan också skriva lappar till Äpplet. När läraren sedan skär äpplena itu märker eleverna att det ena äpplet inte mår så bra inombords, det är brunt och mosigt.

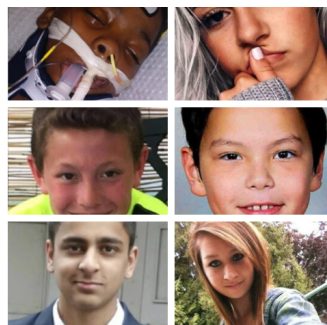
FÖRBEREDELSE

- Köp två (2) Granny Smith äpplen (Innan lektionen börjar slår du ena äpplet mot golvet så den blir mjuk på insidan utan att det syns på utsidan)
- En kniv för att skära äpplen
- Dator eller läsplatta att koppla upp till projektor
- Bildinställningen skall vara 16:9
- Ljud (Aux, Bluetooth eller HDMI) för filmuppspelning
- Kontrollera ljudet innan filmen visas för eleverna
- Läsplatta eller mobil (skanna QR-KODEN) till samtliga elever
- Wifi /internetuppkoppling till hela klassen

UTFÖRANDE

1. Ha 2 Granny Smith-äpplen som nästan är identiska
2. Innan lektionen börjar skall du slå ena äpplet mot golvet så den blir mjuk inuti utan att skadas på utsidan
3. Ställ äpplena på katedern framför dig
4. Förklara för eleverna att nu har man möjlighet att mobba det ena äpplet (det som du har gjort mjukt) och att man skall vara snäll mot det andra äpplet.
5. Eleverna mobba äpplet (om de vill) via ord, skriva lappar eller skanna QR-koden. Obs ingen får röra äpplena.
6. Mobbingen sker under 5 minuter. När mobbingen är klar startar du filmen på ÄPPLET 2
7. Efter att ni har sett filmen är det nu dags att skära det äpplet eleverna varit snälla mot i hälften (äpplet ser bra ut på insidan)
8. Sen skära man det mobbade och mjuka äpplet (brunt inombords) och frågar eleverna frågor som:
 - Kan man jämföra det bruna i äpplet med tankar och känslor?
 - Kan äpplet någonsin bli vitt igen?
 - Kommer det bruna alltid finnas kvar?
 - Om du visste att äpplet mådde så här dåligt inombords, hade du då velat vara elak mot äpplet?
 - Syns det att man mår dåligt utan på?

MOBBARNA



Länk QR-kod: <https://www.bethehero.se/mom/>

OBS VIKTIGT!

1. Gör aldrig denna övning innan helg!
2. Här är det viktigt att ni som utbildare fångar upp eleverna som tycker att filmen var jobbig och som behöver prata.
3. Ha alltid med personal från skolhälsan (kurator/skolsköterska)

SYFTE MOBBARNA - Detta är en empati- och fördomsövning där eleverna får förståelse över den allvarligaste konsekvensen av mobbing. Utifrån bilder på barn får eleverna gissa vem de tror är mobbare. Eleverna får sedan se en film som visar att alla dessa barn blivit mobbade. GISSA MOBBARNA får eleverna att förstå att vem som helst kan bli mobbad och att utseende eller intressen inte spelar någon roll.

UTFÖRANDE

1. Starta filmen. I filmen kommer en QR-kod upp som eleverna skall scanna för att komma till övningen. Filmen stannar när timern räknat ner till noll. När du säkerställt att alla är klara med röstningen trycker du på play igen.
2. Nu visas resultatet av de barn som eleverna har gissat mest på. När filmen stannar fråga du eleverna om varför de har gissat på dessa barn. Låt eleverna diskutera valen i ett 2-5 minuter. Tryck sedan på play och se vilka som fick minst röster. Diskutera fråga m de som fick minst röster. Starta sedan filmen igen.
3. När filmen är slut skall klassen svara på dessa frågor:
 - Hur kändes det att se den här filmen?
 - Vad har ni för tankar om mobbing?
 - Visste ni att mobbing var så här allvarligt?
 - Förklara att vem som helst kan bli mobbad, men ingen förtjänar att bli det.

Fortsättning LEKTION 2

RYKTET



Denna bonus-övning skall ni göra under tiden ryktet görs.

SYFTET- RYKTET skall ge eleverna en klarare bild av vad ett rykte egentligen är och hur ett rykte blir till. Övningen är lik viskleken men är mycket mer verklig. Eleverna får lyssna på ett rykte och berätta den vidare istället för att viska. Övningen visar hur lätt det är att något som sägs förvrängs, som kan leda till mobbning.

FÖRBEREDELSE RYKTET UTFÖRANDE

Tips: För att övningen skall gå smidigt och snabbt ställ klassen i ett led eller bestäm i förväg vilken turordning eleverna går ut för att lyssna på ryktet.

1. Tag fram RYKTESKORTET i HERO BOX och en läsplatta eller mobil
2. Elev 1 följer med dig ut från klassrummet för att lyssna på ryktet som spelas upp genom att scanna valfritt RYKTE (förslag börja med röd)
3. Elev 2 får sedan gå ut från klassrummet för att höra ryktet från elev 1
4. Elev 1 går in i klassrummet igen och ropar ut elev 3 som får höra ryktet av elev 2: "Jag hörde av Lisa (Elev 1) att....."
5. När alla elever fått höra ryktet får sista eleven presentera vad den hört inför hela klassen.
6. Efter att sista eleven har presenterat Ryktet, så berättar Elev 1 vad den hörde (ofta blir denna person påverkad, så de kommer inte ens ihåg vad de hört).
7. Spela nu upp ryktet och berätta syftet med övningen:

- Kan ett rykte leda till mobbning?
- Ska man tro på allt man hör?
- Är det en vän berättar alltid sant?
- Källkritik med 3 frågor:
- Är det sant? Är det snällt? Är det nödvändigt?

TIPS PÅ VARIANTER

Ofta har Ryktet redan efter 5-6 personer blivit helt annorlunda, därför väljer flera skolklasser har valt att dela upp eleverna i två grupper, så gör de två olika rykten.

VILKEN SUPERKRAFT ÄR DU MEST?



Samtidigt som Ryktet går, skall eleverna bekanta sig med sina egna superkrafter, genom att scanna QR-koden på skärmen så kommer dom till en rad olika påståenden för att få fram sin Superkraft.

TIPS!

Flera skolor har valt att skriva ut vilka Superkrafter som finns i klassen. Under övningen i lärarinstruktioner finns alla superhjältar som ni kan skriva ut och klistra upp i klassrummet. Detta för att eleverna skall tänka på sina Superkrafter varje dag.



LEKTION 4



OPERATION HERO – TEATERN

SYFTE - TEATERN är en rolig och lärorik övning där eleverna skall spela upp en teater om mobbning inför hela klassen.

Varje grupp får en QR- KOD (ligger i HERO BOX) som ligger i innehåller instruktioner om vilka OPERATION HERO kort som skall användas och vad teatern skall handla om.

När en grupp spelat upp sin teater skall nu de olika grupperna försöka hitta vilka OPERATION HERO kort som använts i teatern. För varje rätt svar får både den gruppen som gissat rätt och den gruppen som spelat upp teatern poäng.

FÖRBEREDELSE

- TEATER QR KOD KORT (Ett kort/grupp om 6-8 elever)
- OPERATION HERO KORTEN (Mobbningsätt & roller)
- Extra klassrum, korridor eller yta för respektive grupp att öva på sin teater
- Dator eller läsplatta att koppla upp till projektor
- Ljud (Aux, Bluetooth eller HDMI) för filmuppspelning
- En Läsplatta eller Mobil per grupp för att kunna skanna TEATER QR KOD KORT
- Wifi /internetuppkoppling till hela klassen

GENOMFÖRANDE TEATERN

1. Dela upp grupper om 6-8 elever
2. Se till att alla grupper har varsin läsplatta eller mobil
3. Dela ut Operation Hero korten 1-16 till varje grupp
4. Dela ut ett Teaterkort till varje grupp (Grön, Blå, Lila & Röd)
5. När grupperna scannar koden och skriver sitt lösenord kommer deras uppdrag upp. Koden står på kortet.
6. Grupperna har 20 minuter på sig att öva i korridoren eller annat klassrum.
7. Se till att gå runt och kika att grupperna kommit igång
8. Skapa en fri yta/scen längst fram i klassrummet för TEATERN
9. Möblera klassrummet så att grupperna kan sitta ihop och samtidigt kunna se teatern från sina platser
10. Du säger "3,2,1" eleverna skriker "Action" då startar teatern
11. När gruppen spelat klart kan dem få applåder, nu har de andra grupperna några minuter att lista ut vilka kort den uppträdande gruppen har använt. Lagen fyller i sina svar i sin ipad och skickar resultatet.
12. Scengruppen ska nu presentera vilka kort dem använt

Skulle en grupp tycka: "Men de var inte åskådare dem skrattade ju då är dem passiva mobbare".

- Då skall det laget få poäng för att dem varit Uppmärksamma.

LEKTION 5

OPERATION HERO – INTERACTIVE



SYFTE - Syftet med INTERACTIVE är att gruppen tillsammans skall diskutera eller argumentera fram svar på frågor som ställs i filmen som läraren spelar upp. Läraren klickar sig vidare när gruppen är överens för att visa det rätta svaret. Denna övning ger en klarare bild av vilka roller som finns i en mobbningsituation och hela klassen får dessutom diskutera tillsammans.

FÖRBEREDELSE

- Dela in grupperna om 3-5 beroende på klassens storlek
- OPERATION HERO KORTEN 1-16
- Dator eller läsplatta att koppla upp till projektor
- Bildinställning 16:9 på projektorn
- Ljud (Aux, Bluetooth eller HDMI) för filmuppspelning
- Kontrollera ljudnivå innan eleverna uppdraget startar

UTFÖRANDE

1. Klicka på INTERACTIVE- filmen för starta spelet
2. I filmen kommer instruktionerna om hur det funkar
3. När en fråga ställs i filmen räknas tiden ner till noll och när NU kommer upp på skärmen skall grupperna hålla upp de kort det tror är rätt
4. Efter eleverna visat sitt kort, diskuterar ni om svaret. När ni är klara trycker nu på playknappen under nästa uppdrag
5. När filmen är klar, kan ni reflektera om skillnaderna av de olika rollerna.

THE FINAL TEST & OM DIG

SLUTPROV - Detta Slutprov innehåller samma frågor som eleverna gjorde första lektionen. Här kan vi se hur mycket mer kunskap som eleverna samlat på sig om mobbning och utanförskap under BE THE HERO.

Länken hit är: <https://www.heroofthetalk.se/quizzes/slutprov-be-the-hero/>



OM DIG

Om dig är en enkät som handlar om elevernas egna erfarenheter gällande mobbning. De får även svara på frågor om framtiden och hur dessa nya kunskaper kommer att påverka dom. De kommer också få svara vad de tyckt om utbildningen och kunna ge förslag på förbättringar.

Vi har skickat denna statistik till samtliga skolor och vi förstår att skolorna sätter ett stort värde för att kunna följa BE THE HERO. Så finner ni detta intressant hör av er, så får ni ta del av era elevers erfarenheter och tankar.

Länken hit är: <https://www.heroofthetalk.se/skolen-kat-be-the-hero/>

OPERATION HERO – YOUR MISSION



Detta är vår avslutningsfilm, som skickar med budskapet om att alla kan vara med och förändra.

TIPS!

Flera skolor har skapat olika sätt att avsluta HERO. Ett sätt är att ställa alla elever i ring för att sedan köra vulkanen men istället avsluta man med HERO.