

LÆRERVEJLEDNING

KROPPENS REJSE, 3.-4. KLASSE

1

Kontakt plejehjemmet

Se guide på side 2

2

Gennemfør undervisningsforløb

Se lektionsplan

PÅ SKOLEN

BESØG PÅ
PLEJEHJEM

PÅ SKOLEN

3

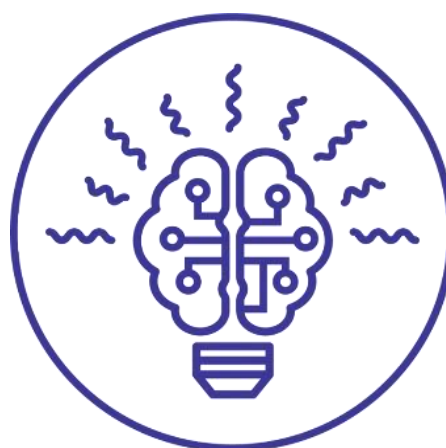
**Send afslutningsmail til plejehjemmet med
kopi til kontakt@aabenvirksomhed.dk**

INDHOLD

Guide til samtalen med plejehjemmet	2
Baggrundsmaterialer	3
Fælles Mål og Synlige Mål	5
Arbejds miljø, overenskomster, forsikringer og lignende	7
Hvad er Åben Virksomhed?	8

Materialet er udviklet af:

Elizabeth Gray, underviser i natur/teknologi og
DA Åben Virksomhed



Guide til samtalen med plejehjemmet

1. Undersøg forløbets længde, og find et ønsket tidsrum for besøg på plejehjemmet.
2. Kontakt plejehjemmets kontaktperson, og koordiner forventninger til forløbet, herunder:
 - Aftal en dato for besøget.
 - Hvor mange elever deltager?
 - Hvornår og hvor mødes I?
 - Hvem tager imod jer, når I kommer?
 - Er der specielle krav til hygiejne og afstand, og er der regler, som eleverne bør kende til?
 - Aftal gerne en rollefordeling under besøget, f.eks. at det er repræsentanten fra plejehjemmet, der som hovedregel fører ordet, men at du som lærer supplerer og agerer som medlærer.
 - Bekræft programmet, eller aftal ændringer (se herunder ”Lektioner på virksomheden”). Tal om, hvad der kan lade sig gøre på besøget, og hvor mange beboere plejehjemmet forventer, der kan deltage. Det kan ændre sig på dagen, da de ældres tilstand kan være svingende. Lav antallet af grupper, så de passer til det antal af beboere, der kan deltage, men vær forberedt på, at der kan ske ændringer.
3. Aftal eventuelt en opfølgning tættere på besøgsdatoen.

Baggrundsmaterialer

Forløbet ”Kroppens rejse” handler om kroppens udvikling, med fokus på hvad der sker med kroppen, når man bliver ældre, og hvilke faktorer der kan påvirke kroppen gennem livet.

Klassen skal på besøg på et plejehjem for at få en forståelse for, hvordan man hjælper samfundets ældste borgere, og hvad man laver som SOSU-uddannet (SOSU er forkortelsen for Social- og Sundhed og man kan enten arbejde som sassinstant eller hjælper). På besøget aktiveres elevernes viden om kroppen for at forstå, hvilke behov de ældre har for hjælp og hvorfor.

Eleverne skal interviewe plejehjemets beboere, og tilbage i klassen skal de lave et aktivitetsprogram, hvor de bruger deres viden om kroppen, svarene fra de interviews de har lavet, samt indtryk og oplevelser fra besøget. Elevernes aktivitetsprogrammer sendes til plejehjemmet, så både eleverne og plejehjemmet får en autentisk oplevelse af, at de får noget ud af besøget.

Links til inspiration i undervisningen

Fakta om kroppens opbygning:

- <https://www.dr.dk/skole/kroppens-opbygning>

Fakta fra Globalis – Forventet levealder:

- <https://www.globalis.dk/Statistik/Levealder?country=218>

Ideer til bevægelse og aktiviteter til ældre:

- <https://fagligsenior.dk/2020/03/23/10-nemme-oevelser-paa-video-saadan-holder-du-dig-i-gang/>
- <https://www.youtube.com/watch?v=ix6IvI9sFhU>

Fakta om aldring og sundhed:

- [Ældres sundhed, fysisk aktivitet - Lægehåndbogen på sundhed.dk](#)

Artikel om mange af de faktorer, der påvirker aldring, og hvilke følger aldring har: Hvorfor ældes vi:

- [Hvorfor ældes vi? \(videnskab.dk\)](#)

Om balance:


- [God balance hele livet \(netdokter.dk\)](#)
- [Fire enkle øvelser til træning af din balance \(netdokter.dk\)](#)

Lærerrark: Svar på Tip en 13ér

	Svarark	Rigtigt	Forkert
1.	Kroppen stopper med at ændre sig, når man fylder 50 år.		Kroppen ændrer sig gennem hele livet. Først vokser den, og når den er fuldt udviklet, begynder den at ældes, fordi nogle celler ikke længere deler sig.
2.	Skelettet kan reparere sig selv.	Knogler er levende og kan hele, hvis de brækker. De heler langsommere jo ældre man bliver.	
3.	Sanserne bliver dårligere med alderen.	Ja, det sker for de fleste. Derfor er der mange ældre mennesker, som har brug for høreapparat og briller. Lugte-, føle- og smagssanserne har man endnu ikke fundet en måde at forstærke.	
4.	Balancen sidder i spiserøret.		Nej. Balancen er en kombination af balanceorgan i øret, syn og bevægelsesapparatet. Ofte bliver disse forringet med alderen, og man kan derfor have brug for at støtte sig til noget, når man går.
5.	Bevægelse er vigtigt for kroppen gennem hele livet.	Ja. Kroppen har brug for bevægelse gennem hele livet. Det holder skelet, musklerne og organer stærke.	
6.	Fællesskab er vigtigt for en god alderdom.	Ja. Fællesskab og social kontakt er vigtigt gennem hele livet, fordi det træner vores hjerner og kan gøre os glade.	
7.	Tånegle stopper med at vokse når man er gammel.		Neglene på et menneske vokser hele livet. Dog vokser de langsommere med alderen.
8.	Levealderen for et menneske i Danmark er ca. 55 år.		Den gennemsnitlige levealder på et menneske i Danmark er: 79,3 år for mænd og 83,2 år for kvinder. I dyreverden bliver hunner også ældre end hanner.
9.	Søvn er vigtigt for menneskekroppen.	Søvn er meget vigtigt for kroppen. Hjernen gemmer informationer fra dagen, og immunforsvaret genopbygges.	
10.	Hørelsen er det første, der stopper med at virke, når man bliver gammel.		Det er forskelligt fra person til person. Nogle mennesker hører godt hele livet, og andre mister høresansen tidligt. Man kan passe på sin høresans ved at undgå larm og unødigt høje lyde.
11.	Når man er gammel, stopper ens celler med at dele sig.	Kroppen er opbygget af celler, der hele tiden deler sig. Når cellen holder op med at dele sig, dør den, og så opstår der tegn på alderdom.	
12.	Din krop bliver ikke gammel, hvis du kun spiser grøntsager.		Alle mennesker bliver gamle. Ved at spise sundt og passe godt på din krop, vil kroppens aldring vises langsommere, end hvis man ikke passer godt på kroppen. Det er ikke alle, der kan leve sundt. Tal med eleverne om hvorfor?
13.	Du mister din hukommelse, når du bliver gammel.		Det er ikke alle, som mister hukommelsen, når de bliver gamle. Når man ældes, stiger sandsynligheden for at få en sygdom i hjernen, men man bliver ikke dement eller får alzheimers, bare fordi man bliver ældre.

Fælles Mål og Synlige Mål

Natur/teknologi efter 4. klasse:

Kompetenceområder og kompetencemål	Færdigheds-/vidensområder og mål 	
Modellering Eleven kan anvende modeller med stigende abstraktionsgrad.	Mennesket	
	Eleven kan med modeller fortælle om menneskers og dyrs indre og ydre opbygning.	Eleven har viden om menneskers og dyrs indre og ydre opbygning.
Perspektivering Eleven kan relatere natur og teknologi til andre kontekster	Mennesket	
	Eleven kan sammenligne egne levevilkår med andres.	Eleven har viden om levevilkår forskellige steder i verden.
	Eleven kan diskutere årsager til sund og usund livsstil.	Eleven har viden om sundhedsfremmende faktorer.
Kommunikation Eleven kan beskrive enkle FAG-problemstillinger	Ordkendskab	
	Eleven kan mundtligt og skriftligt anvende enkle fagord og begreber.	Eleven har viden om enkle fagord og begreber.

Synlige mål

Når forløbet er gennemført, kan jeg

- beskrive, hvad der sker med menneskets krop gennem livet
- tale om, hvorfor man bliver gammel
- tegne og tale om menneskets ydre og indre anatomi
- give et eksempel på, hvordan livsstil påvirker kroppen
- undersøge og sætte mig ind i, hvordan andre mennesker lever og har levet

Job og uddannelse efter 3. klasse:

Kompetenceområder og -mål	Færdigheds-/vidensområder og mål	
Fra uddannelse til job Eleven kan beskrive forskellige uddannelser og jobs.	Fra uddannelse til job	
	Eleven kan beskrive uddannelsesveje for kendte jobs.	Eleven har viden om korte og lange uddannelser og jobtyper, som uddannelserne kan føre til.
	Information	
	Eleven kan indsamle enkle informationer om uddannelser og job i eget nærmiljø.	Eleven har viden om informationskilder om uddannelse og job.
Arbejdsliv Eleven kan beskrive forskellige typer arbejde og arbejdsformer.	Arbejdsmarked	
	Eleven kan beskrive arbejdsmarkedsforhold fra eget nærmiljø.	Eleven har viden om roller og funktioner på arbejdsmarkedet.

Job og uddannelse efter 6. klasse

Kompetenceområder og -mål	Færdigheds-/vidensområder og mål	
Personlige valg Eleven kan beskrive sammenhænge mellem personlige mål, uddannelse og job.	Mine muligheder	
	Eleven kan beskrive forskellige menneskers karriereforløb.	Eleven har viden om variation af karriereforløb.
Fra uddannelse til job Eleven kan beskrive sammenhæng mellem uddannelser og jobs.	Fra uddannelse til job	
	Eleven kan beskrive sammenhæng mellem skolegang og senere uddannelse og job.	Eleven har viden om krav i forskellige uddannelser og jobs.
	Uddannelse og jobkendskab	
	Eleven kan beskrive uddannelser og jobs inden for brancheområder.	Eleven har viden om uddannelser, jobs og brancher.

Gennem forløbet møder eleverne personer, der arbejder på et plejehjem, og vil stifte bekendtskab med mulige uddannelsesbaggrunde og karriereveje inden for velfærdssektoren. Når eleverne møder medarbejderne og hører om deres uddannelser, så bidrager forløbet også til det timeløse fag Uddannelse og Job, som skal ind i undervisningen på alle klassetrin.

Arbejds miljø, overenskomster, forsikringer og lignende

- Når undervisningen flyttes ud på en virksomhed, gælder der de samme regler for eleverne, som når de er på skolen, og det er skolen og lærerne, der har ansvaret for eleverne, når de er på virksomheden. Virksomhedsrepræsentanten hjælper læreren med at sikre, at eleverne kender reglerne på virksomheden, og at virksomhedsbesøget foregår sikkerheds- og sundhedsmæssigt fuldt forsvarligt.
- At skolen har ansvaret i forbindelse med et virksomhedsbesøg, betyder i praksis, at det er læreren, der har ansvaret for eleverne samt pligt til at føre tilsyn med eleverne, når de opholder sig på virksomheden. Hvis der indgår praktiske øvelser i forbindelse med virksomhedsbesøget, sørger læreren for, i samarbejde med virksomhedsrepræsentanten, at eleverne får tilstrækkelig oplæring og instruktion i at udføre de praktiske øvelser sikkert og forsvarligt.
- Det bemærkes, at skolen og læreren har en skærpet tilsynsforpligtelse, når undervisningen foregår i lokaler og på steder, som rummer særlige risikomomenter, eller hvis der er givet særlige sikkerhedsforskrifter eller lignende.
- Læs evt. vejledningen her: [Åben Skole - Virksomhedsbesøget](#).

Hvad er Åben Virksomhed?

Åben Virksomhed bygger bro mellem skoler og virksomheder, dels for at gøre undervisningen mere virkelighedsnær, dels for at vise børn og unge nogle af de mange muligheder, der er i de danske virksomheder. Ved at samarbejde med en virksomhed om undervisningen, får eleverne et hands-on-indtryk af, hvordan det, de lærer i klassen, hver dag bruges i verden omkring dem.

Det giver eleverne en almen viden om det samfund, de indgår i. Derudover giver det måske nogle elever lyst til at lære mere om lige netop det fag, der arbejdes med, og måske engang vælge en uddannelse inden for området. Det er positivt for den enkelte elev, fordi de får viden om, hvilke muligheder der findes for dem i fremtiden.

Det er også positivt for virksomhederne, der efterspørger medarbejdere med forståelse for mennesker og kroppens funktioner. Virksomhederne stiller sig også til rådighed, fordi de ved at indgå i undervisningen kan være med til at give børn og unge en faglig begejstring for netop deres eget fag.

God fornøjelse med forløbet og tak fordi I vil være med til at bygge bro mellem skolerne og virksomhederne og løfte en vigtig fælles opgave – nemlig at styrke børns kompetencer og lyst til it, teknologi og naturvidenskab.

VELKOMMEN!