

Undervisningsopplegg:

På ein skala frå éin til ti av Ann Helen Kolås Ingebrigtsen

Tekstutdrag side 36–43

Til læraren

Til opplegget finst det [ein PowerPoint-presentasjon](#) med det viktigaste frå oppgåvene. Presentasjonen kan brukast som støtte undervegs og skape merksemd, engasjement og motivasjon hos elevane.

Fag: Norsk og samfunnskunnskap (folkehelse og livsmeistring) for 8.–10. trinn

Kvifor dette utdraget?

På side 36–43 møter vi Miriam i ein avgjerande situasjon: Ho balanserer mellom forelsking, håp for framtida og frykt for ein stor operasjon. Samtidig kjem tema som sjølvbilde, kropp, identitet, vennskap, familie, val og medverknad i helse fram på ein nær og truverdig måte.

Dette gjer utdraget svært relevant for det tverrfaglege temaet *folkehelse og livsmeistring* og for arbeid med litterær samtale og nynorsk språk.

Kompetanseområde

Norsk

Elevane skal kunne

- lese og samtale om skjønnlitteratur
- utforske identitet og livsval gjennom litteratur
- uttrykke egne tankar og erfaringar på nynorsk
- bruke tekstbevis i samtalar

Samfunnskunnskap (folkehelse og livsmeistring)

Elevane skal kunne

- reflektere over identitet, sjølvbilde og livsmeistring
- samtale om korleis relasjonar påverkar psykisk helse
- undersøke korleis menneske handterer utfordringar og kriser
- reflektere over respekt, inkludering og menneskeverd

Læringsmål

Etter økta skal elevane kunne

- beskrive korleis Miriam opplever situasjonen sin
- reflektere over korleis sjølvbilde påverkar tankar og val
- forklare korleis støtte frå andre kan bidra til livsmeistring
- bruke nynorske omgrep i samtale og skriving

- reflektere over egne og andre sine utfordringer med respekt

God nynorskdiraktikk

Teksten eignar seg godt fordi han

- har eit språk nær ungdommar sitt liv
- inneheld autentisk, moderne nynorsk
- opnar for utforskande samtalar
- gir rikt ordtilfang knytt til kjensler

Aktuelle ord: sjølvbilde, meistring, tvil, usikker, støtte, sorg, håp, omtanke, framtid, val.

Orda blir lærte gjennom meningsfulle samanhengar.

Del 1: Innleiing (10 min)

Påstandslinje

Læraren seier:

«Måten vi ser på oss sjølve, påverkar livet vårt meir enn det andre ser.»

Elevane plasserer seg:

- heilt einig
- litt einig
- usikker
- litt ueinig
- heilt ueinig

Kort samtale i par.

Del 2: Lesing av utdraget (15 min)

Les høgt frå side 36–43.

Elevane markerer:

💙 tankar om framtida

💚 støtte frå andre

💛 kjensler

🟡 ord og uttrykk dei likar

Del 3: Litterær samtale (20 min)

Samtalegrupper

Oppgåve 1

Kva tenkjer Miriam mest på?

Døme: Torjus, operasjonen, framtida, utsjånaden sin

Oppgåve 2

Kvifor trur de Miriam er usikker på seg sjølv?

Finn døme frå teksten.

Oppgåve 3

Kva rolle spelar Malin?

Døme: Søster, venn, støttespelar, utfordrar

Grunngi svar.

Del 4: Kropp, identitet og livsmeistring (20 min)

Samarbeidsoppgåve

Kvar gruppe får eitt spørsmål.

Gruppe 1

Kva er godt sjølvbilde?

Gruppe 2

Korleis kan tankar påverke korleis vi har det?

Gruppe 3

Kva kjenneteiknar ein god støttespelar?

Gruppe 4

Korleis kan ein hjelpe ein venn som er redd eller usikker?

Felles oppsummering

Læraren samlar innspel på tavla:

Beskyttande faktorar: vennskap, familie, humor, håp, å bli lytta til

Desse faktorane kjem tydeleg fram gjennom relasjonen mellom Miriam og Malin.

Del 5: Nynorsk skriveoppgåve (20 min)

Elevane vel éi oppgåve:

A. Dagbok

Skriv som Miriam etter samtalen med Torjus.

Begynn:

«Eg veit ikkje kva eg skal tenkje akkurat no ...»

B. Brev til Miriam

Gi råd og støtte.

Bruk minst tre argument.

C. Refleksjon

Kva betyr det å vere ein god støttespelar?

Bruk døme frå teksten.

Avslutning (5 min)

Elevane skriv ein (personleg?) lapp med tankar til slutt:

Fullfør setningane:

- Eit viktig tema i teksten er ...
- Eg lærte at ...
- Eit nynorsk ord eg vil hugse, er ...