

Övningar till Demokratihjältarna

I detta dokument hittar du som lärare förslag på reflektionsfrågor och övningar att göra med klassen efter att ha tittat på de olika avsnitten. Välj de övningar som passar bäst för just din klass och utifrån den tid som finns.

Avsnitt 1 - Näthjälten

- ★ Har du varit med om att någon varit elak mot dig på nätet, eller har du sett någon annan bli utsatt?
- ★ Om du blev utsatt för elakheter på nätet, hur skulle du vilja att andra runt omkring reagerade och hjälpte dig?
- ★ Kampanjen som Milena var med och skapade handlade om vad det innebär att vara en hjälte. Vilka egenskaper tycker du att en näthjälte ska ha? Rita gärna eller skriv ner dina förslag.

Avsnitt 2 - Skräpplockarklubben

- ★ Ge klassen i uppdrag att hitta ett skräp var, inne i skolan eller på skolgården, och se till att det hamnar i källsorteringen/papperskorgen.
- ★ Dela in klassen i lag och låt lagen få placera olika sopor i rätt ordning utifrån deras nedbrytningstid i naturen, från längst till kortast tid.

Föremål

Glas	1 miljon år
PET-flaska:	450 år
Aluminiumburk:	200-500 år
Tuggummi:	20-25 år
Plastpåse	10-20 år
Cigarettfimp:	1-5 år
Tidning:	1,5 månader
Äppelskrutt:	1 månad

Källa: Håll Sverige Rent

Avsnitt 3 - Krigsreportern

- ★ Bana hade över 300 000 följare i sociala medier. Om du hade så många följare, vad hade du sagt till dem för att göra jorden till en bättre plats?
- ★ Om du var tvungen att fly från ditt hem och bara fick plats att ta med dig 5 saker i en ryggsäck - vad skulle du ta med dig?

Avsnitt 6 - Fackeltåget

- ★ Hur skulle ni göra om ni hörde någon på er skola säga något rasistiskt? Varför är det viktigt att göra något åt rasism?
- ★ Siri valde att anordna ett fackeltåg för att lyfta frågan om rasism. Dela in klassen i grupper. Varje grupp får välja något de skulle vilja manifesteras kring och sen planera hur manifestationen ska gå till.

Avsnitt 7 - Strandskyddaren

- ★ Erica blev inbjuden att hålla tal för politikerna. Om du fick hålla ett tal för politiker, vad skulle det handla om? Skriv gärna ner ett eget tal.
- ★ Det vanligaste skräpet som slängs i havet är plastflaskor, plastpåsar, plastbestick, sugrör, fiskeutrustning. Be klassen att komma på olika saker som man skulle kunna tillverka av de här skräpen.

Avsnitt 8 - Skolförändraren

- ★ Oscars berättelse visar att ord spelar roll och att vad vi kallar saker och ting är viktigt. Låt alla elever lista 10 positiva ord som de skulle vilja höra i skolan, till exempel från en kompis. Skriv orden på tavlan eller på postit-lappar. Därefter får klassen rösta fram 3 av orden som favoriter, förslagsvis genom att varje elev får ge sin röst till 3 ord.
- ★ Politikerna som bestämmer tyckte att Oscars förslag på att byta namn på särskolan var bra. Vilka egenskaper tycker du att en politiker ska ha? Rita gärna eller skriv ner dina förslag.

Avsnitt 9 - Flickornas beskyddare

- ★ Malala sa ifrån trots att hon visste att det kunde vara farligt. Vågar du säga ifrån när du ser något du tycker är fel? Vad kan man göra om man inte vågar säga ifrån?
- ★ Värderingsövning “Temperaturen i rummet”: eleverna får ta ställning till tre olika påståenden. De får stå upp om de svarar JA eller sitta ner om de svarar NEJ. Övningen går också att göra genom att att eleverna blundar och räcker upp handen om de vill svara JA. Diskutera efteråt vad eleverna tänker kring påståendena.
 1. Jag säger alltid till om jag ser att någon slår någon annan i skolan.
 2. Jag säger alltid till om jag hör någon säga något elakt i skolan.
 3. Jag känner att jag kan prata med någon vuxen om jag ser något som är fel.

Avsnitt 10 - Bilfria dagen

- ★ Vet du vilka sätt det finns att vara med och påverka viktiga saker i samhället? Ta reda på vem eller vilket parti som styr i er kommun.
- ★ Lista 3 temadagar som du tycker skulle införas för att lyfta viktiga frågor.

Avsnitt 13 - Klimatstrejkaren

- ★ Greta strejkar och demonstrerar för klimatet, har du demonstrerat någon gång? Om du skulle demonstrera, vad skulle du demonstrera för eller mot? Rita gärna en teckning över hur din demonstrationsskylt skulle se ut!
- ★ I filmen berättade Lily att Greta var en förebild för henne. Har du några förebilder? Varför är just de dina förebilder?

Avsnitt 14 - Fotbollslaget för alla

- ★ Hur ser det ut på er skola? Blir tjejer och killar behandlade olika? Finns det lekar där bara killar får vara med? Eller omvänt, där bara tjejer får vara med?
- ★ Låt eleverna komma på sin egen fritidsklubb där de får rita sitt eget klubbmärke. Det kan handla om en idrott eller någon annan hobby eller ett initiativ.

Avsnitt 15 - Klimatväktaren

- ★ Xiuhtecatl har använt hiphop och har skrivit en bok för att nå ut med sitt budskap. Vad finns det för andra sätt att nå ut med sitt budskap? Vad skulle du välja?
- ★ Låt eleverna lista alla djur de kommer på som finns i regnskogen. Ta reda på om det något av djuren är utrotningshotat.

Avsnitt 16 - Gosedjursparaden

- ★ Barnen i filmen anordnade gosedjursparad där de bor för att de kände sig otrygga. Vad är viktigt för att känna sig trygg där ni bor?
- ★ Gör en vandring runt skolan och prata om vilka ställen som känns trygga och otrygga.
- ★ Om du fick bygga upp ett helt nytt bostadsområde, hur skulle det se ut? Rita ditt förslag.

Avsnitt 17 - Boksamlaren

- ★ Marley i filmen tyckte det var viktigt att det finns böcker som alla människor kan känna igen sig i. Om du hade skrivit en bok, vad hade den handlat om? Vilka skulle vara med? Och vilka kända personer skulle ni vilja ska läsa den? Rita gärna ett bokomslag.

Avsnitt 20 - Mötesfixaren

- ★ I filmen berättar Tara att det borde finnas fler platser där olika människor kan mötas och ha kul. Låt eleverna uppfinna en lek där alla kan vara med. Det ska inte spela någon roll hur man ser ut, hur ens kropp fungerar eller om man pratar olika språk. Vet de redan någon lek som fungerar såhär, vilken i så fall?
- ★ Om din kommun anordnade en tävling där man fick skicka in idéer på aktiviteter för barn och unga, vad skulle du skicka in för förslag?

Avsnitt 21 - Djurens beskyddare

- ★ Bella i filmen vill skydda djur, eftersom djuren själva inte kan berätta hur de blir behandlade. Finns det några andra som också behöver extra skydd? Vem eller vad skulle du vilja skydda med en lag?
- ★ I filmen pratas det om palmolja och att regnskog huggs ner för att göra plats för oljepalmsodlingar, vilket kan leda till att både djur och människor som bor där får det svårt. Låt eleverna ge förslag på andra livsmedel som kan ha en dålig påverkan på miljön och klimatet och diskutera hur man kan göra bra val kring det man äter. De kan också få i uppdrag att skapa en så klimatsmart maträtt som möjligt.

Här finns underlag för diskussion:

www.hallakonsument.se/miljo-och-hallbarhet/miljomedvetna-matval/
www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/miljo/miljosmarta-matval2

Avsnitt 22 - Skolgårdsfixarna

- ★ Eleverna i filmen hade en idé om hur deras skolgård skulle kunna bli bättre och fick politikerna att lyssna. Får eleverna på er skola vara med och bestämma kring hur skolan kan bli bättre? Hur går det till i så fall? Hur kan man göra för att eleverna ska få vara med och bestämma på skolan?
- ★ Rita en teckning på hur du skulle vilja förbättra din skola, till exempel hur du skulle vilja att skolgården såg ut.