

# Elevark

## Individuelt arbejde

Besvar så mange spørgsmål, som du kan nå. Du kan vælge de mest interessante spørgsmål først – det er ikke vigtigt, at du når alle spørgsmålene, men at du får tænkt over, hvad filmen betyder for dig.

## Generelt

Hvor mange overvægtige er der i Danmark? \_\_\_\_\_

Hvor mange børn og unge i Danmark er overvægtige? \_\_\_\_\_

Hvor mange børn og unge i Danmark er svært overvægtig? \_\_\_\_\_

## Hovedpersoner

Hvad hedder hovedpersonerne i filmen? \_\_\_\_\_

Hvor gamle er de, og hvilke klassetrin går de i? \_\_\_\_\_

Hvilke fritidsinteresser har Rico? \_\_\_\_\_

Hvilke fritidsinteresser har Line? \_\_\_\_\_

## Line

Line udtrykker, at der aldrig er nogen, der har talt med hende om hendes overvægt. Hvad tror du er grunden til det? \_\_\_\_\_

---

---

---

Line ser billeder af kendte med overvægt. Line synes, de ser glade ud på de fleste billeder. Hun ved ikke rigtig, om det er nemmere at være kendt og overvægtig. Hvad tænker du? \_\_\_\_\_

---

---

---

Lines veninder taler med hende om hendes fremlæggelse. Hvordan støtter de hende? \_\_\_\_\_

---

---

---

# Elevarik

Hvordan vil du støtte en ven eller veninde? \_\_\_\_\_

---

---

---

Line synes, det er vigtigt at tale om overvægt og bryde tavsheden, selvom det er svært, at blive konfronteret med det. Beskriv dilemmaet.

---

---

---

Beskriv en episode i dit liv, hvor du har været i et dilemma og alligevel brød tavsheden. \_\_\_\_\_

---

---

---

Line mener, der er mange, der ikke tør gå ind i aktive fællesskaber. Line og hendes træner taler om fordelene ved at være i aktive fællesskaber. Beskriv fordelene og tilføj gerne flere, som du selv finder på.

---

---

---

Line fortæller, at hun er kommet tættere på sin klasse ved at fortælle, hvordan hun har haft det. Hun har fået et tættere forhold til klassen og kan bedre folde sig ud. Hvordan kan du vise mere af dig selv i din klasse?

---

---

---

## **Rico**

Rico tager en snak med sin bror om sin overvægt. Beskriv hvad Rico fortæller, og hvad han får ud af snakken? \_\_\_\_\_

---

---

---

# Elevark

Rico ønsker at fortælle sine klassekammerater, at han gerne vil accepteres som den, han er. Han siger, at han ikke vil have den "byrde" på sig længere. Hvad tror du Rico mener med det? \_\_\_\_\_

---

---

---

Rico siger i sin klasse, hvordan han har haft det. Bl.a at han gemmer sin vægt, ved at hive ud i trøjen. Beskriv eksempler på, hvordan du evt. skjuler noget for andre? \_\_\_\_\_

---

---

---

Rico siger, at man godt kan være glad, selvom man er overvægtig. Han siger, *"Hvis du nu er glad for den person, du er, så vil det jo være et godt liv, du har"* Nævn mindst 5 egenskaber ved dig selv, som gør, at du er glad for den, du er.

---

---

---

---

Ricco er sammen med vennerne hos sundhedsplejersken. Hun fortæller, at der er forskellige grader af overvægt, og at man godt kan leve et sundt og godt liv, selvom man er overvægtig. Kom med eksempler på, hvordan du skaber et sundt og godt liv. \_\_\_\_\_

---

---

---

---

Rico og Line stiller sig op i klassen og deler deres historie. Hvad kræver det af dem? Hvilke styrker og kvaliteter ser du hos dem? \_\_\_\_\_

---

---

---

---



# Elevark

## Klasseøvelse "Spørgsmål og Svar"

**Hvad gør det ved dig, når andre fordømmer dig?**

**Hvilke fordomme har du over for dig selv?**

**Hvordan påvirker fordomme din tro på dig selv?**

**Hvad tror du egentligt vi bruger fordomme til?**

**Når et andet menneske fordømmer, hvad tror du så egentlig, de ønsker at få ud af det?**

# Elevark

**Hvad ønsker du at opnå, når du dømmes en anden?**

**Hvilke egenskaber må du have for at være fordomsfri?**

**Hvad vil det sige at være fordomsfri?**

**Hvad vil og kan du gøre i stedet for at fordømme?**

**Tænk på en person du har fordomme over for (nævn ikke navnet). Se bag om fordommen og nævn mindst 3 styrker og kvaliteter som personen har.**

# Elevark

**Line fra filmen tror, at fordommene bliver mindre, når man siger dem højt. Hvorfor mon det kan være sådan?**

**Hvordan påvirker fordomme din tro på dig selv?**

**Hvad vil det sige at have fordomme?**

**Hvad er Rico bange for, at andre tænker om ham?**

**Hvordan opstår en fordom?**

# Elevark

## Samle guld

Formålet med øvelsen er, at du modtager anerkendelse fra dine klassekammerater og selv udtrykker positive kvaliteter, styrker og lignende, som du ser hos de andre i klassen. Hold dig til *indre* kvaliteter og ikke ydre ting.

1. **A** skriver navnet på **B** på linjen.
2. **B** fortæller **A** 3-5 kvaliteter, styrker eller lignende, som **B** ser hos **A**.
3. **A** noterer på linjen. **A** må stille spørgsmål, hvis der er noget, som **A** ikke forstår, ellers siger **A** blot TAK!
4. Byt over. Nu er det **A** der fortæller **B** om de kvaliteter **A** ser hos **B**.
5. **A** og **B** går videre til nye partnere (alle skal nå rundt til alle).

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_



# Elevark

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

# Elevark

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_

Guld: \_\_\_\_\_