

Drøbel r – Tipskupon

Du får læst et ordpar op ad gangen, fx: to – tro.

Du skal nu tippe, hvilket ord der har drøbel-r:

- Sæt kryds i kolonne 1, hvis det er det første ord
- Sæt kryds i kolonne 2, hvis det er det andet ord
- Sæt kryds i kolonne X, hvis du er i tvivl.



Nr.	1	X (ved ikke)	2
1	☐	☐	☐
2	☐	☐	☐
3	☐	☐	☐
4	☐	☐	☐
5	☐	☐	☐
6	☐	☐	☐
7	☐	☐	☐
8	☐	☐	☐
9	☐	☐	☐
10	☐	☐	☐
11	☐	☐	☐
12	☐	☐	☐
13	☐	☐	☐
14	☐	☐	☐

Tal med en makker om, hvordan du kunne høre, om der var drøbel-r i ordet.

J-lyd – Tipskupon

Du får læst et ordpar op ad gangen, fx: to – tro.

Du skal nu tippe, hvilket ord der har j-lyd:

- Sæt kryds i kolonne 1, hvis det er det første ord
- Sæt kryds i kolonne 2, hvis det er det andet ord
- Sæt kryds i kolonne X, hvis du er i tvivl.



Nr.	1	X (ved ikke)	2
1	☐	☐	☐
2	☐	☐	☐
3	☐	☐	☐
4	☐	☐	☐
5	☐	☐	☐
6	☐	☐	☐
7	☐	☐	☐
8	☐	☐	☐
9	☐	☐	☐
10	☐	☐	☐
11	☐	☐	☐
12	☐	☐	☐
13	☐	☐	☐
14	☐	☐	☐

Tal med en makker om, hvordan du kunne høre, om der var j-lyd i ordet.

Om "Motivation" – på fem forskellige måder

TEKST 1

Sådan kan du genfinde din motivation:

1. Start med at gense noget, du tidligere har været stolt af.
2. Skriv ned, hvad der dengang motiverede dig – brug gerne *skråskrift* for vigtige pointer.
3. Tal med en sambo, ven eller kollega – samvær styrker refleksion.
4. Lav en realistisk plan med små skridt, du kan gentage dagligt.
5. Undgå at misbruge din energi på noget, du ikke tror på.
6. Hvis du føler dig ulåst, så brug det som mulighed for forandring.

TEKST 2

Motivation hænger tæt sammen med de valg og ord, vi bruger. Når vi gentager noget, vi er gode til, styrkes motivationen. Men hvis vi misforstår vores egne behov eller mærker mistro fra andre, daler den. Forstavelsen mis- signalerer, at noget går skævt – som i misbruge, misforstå, mistro. Gen- peger derimod på noget, vi vender tilbage til, fx gense, genvinde. Motivation handler altså om at genkalde det, vi brænder for – og undgå det, der dræner os.

TEKST 3

Da jeg boede med min sambo, kæmpede vi begge med at finde motivation til vores jobs. Vi sad ofte i samvær om aftenen og prøvede at genkalde os, hvad der engang drev os. En aften genså vi en video fra dengang, vi hjalp vores genbo med at lægge stråtag. Det mindede os om værdien i at gøre noget sammen – og vi besluttede at gentage følelsen ved at finde nye ting, vi kunne gøre sammen.

TEKST 4

Mange mennesker mister motivationen, fordi de konstant bliver misforstået eller mødt med mistro. Det er uartigt og uretfærdigt, når andres forventninger får os til at tvivle på os selv. Vi har brug for samtykke til at finde vores egen vej – ikke pres og kontrol. Motivation vokser i frihed og fællesskab, ikke under stramme skruer og kontrol. Vi bør derfor skabe plads til, at alle kan genvinde deres tro på egne evner.

TEKST 5

Motivation kan beskrives som en indre kraft, der driver os frem. Den føles som en stråle af energi, som sætter os i gang – ét skridt ad gangen. Når man mister motivationen, kan verden virke uvenlig og utæt, som om intet hænger sammen. Man føler sig misforstået og fyldt af mistro – men i det rette samvirke kan gnisten tændes igen.

Tekster udarbejdet med hjælp fra ChatGPT, juli 2025.

Fagligt selvværd – en nøgle til læring og trivsel

Hvorfor er det vigtigt?

Fagligt selvværd handler om elevens tro på egne evner i skolen – og det påvirker både deltagelse, motivation og læring. Som en elev sagde: "Jeg tør ikke række hånden op, for hvis det er forkert, tror de andre, jeg er dum." Derfor er det vigtigt, at læreren ikke kun underviser i fag, men også styrker troen på, at alle elever kan lære. Når elever har tillid til, at de kan lære noget nyt, tør de kaste sig ud i svære opgaver og tage imod feedback.

Hvad er forskellen på fagligt niveau og fagligt selvværd?

Fagligt niveau er det, en elev faktisk kan – som at læse, skrive eller regne. Fagligt selvværd handler derimod om, hvordan eleven selv oplever sine evner. En elev kan være fagligt stærk, men stadig tro, at han er dårlig, fordi han tidligere har fået kritik eller følt sig forkert i klassen. En anden elev med faglige vanskeligheder kan have et højt fagligt selvværd, fordi hun har fået støtte og anerkendelse, og derfor tror på, at hun nok skal lære det med tiden. Det er netop denne tro, som læreren skal være med til at styrke.

Hvordan viser lavt selvværd sig i undervisningen?

Lavt fagligt selvværd viser sig ofte ved, at elever trækker sig tilbage eller dækker sig ind bag ligegyldighed. De siger måske: "Det er for svært – jeg gider ikke," og forsøger at undgå at blive bedømt. Nogle elever bliver stille og deltager ikke, mens andre forstyrrer for at fjerne opmærksomheden fra deres faglige usikkerhed. Omvendt ser man højt fagligt selvværd, når en elev tør sige: "Jeg forstod det ikke – men jeg prøver igen." Sådant en indstilling kræver, at eleven føler sig tryk og ved, at fejl ikke er farlige.

Hvad kan skade fagligt selvværd?

Fagligt selvværd svækkes, når fejl bliver udstillet eller gjort til noget pinligt. Det kan også ske, hvis opgaverne er så svære, at eleven ikke aner, hvor han skal starte – eller hvis der ikke bliver givet støtte undervejs. Hvis læreren eller kammerater kun roser de bedste præstationer, og ingen lægger mærke til, når en elev har gjort en indsats eller rykket sig, kan eleven begynde at tvivle på sin værdi.

Når der er for stort fokus på karakterer og sammenligning, kan det forstærke følelsen af ikke at være god nok.

Hvad kan læreren gøre?

Læreren kan styrke fagligt selvværd ved at tilpasse opgaverne, så alle elever får mulighed for at opleve, at de lykkes. Det er vigtigt at rose indsatsen og de strategier, eleven bruger – ikke kun resultatet. Når læreren siger: "Du blev ved, selvom det var svært," lærer eleven, at det er udholdenhed og vilje, der tæller. Et trygt læringsmiljø, hvor det er tilladt at lave fejl og lære af dem, er afgørende. Det hjælper også, når eleverne får lov til at reflektere over deres egen udvikling og selv sætte ord på, hvad de er blevet bedre til. Små sætninger som: "Jeg blev stolt, da jeg fandt ud af, hvordan jeg skulle regne det ud," kan give læreren indblik i, hvad der virker.

Arbejd med det over tid

At styrke fagligt selvværd kræver en vedvarende indsats. Det handler ikke om én god time, men om kontinuerlig opmærksomhed på elevens oplevelse af sig selv som lærende. Læreren kan arbejde med det over tid ved at lade eleverne sætte personlige mål og følge deres egen udvikling. Små rutiner som faste elevrefleksioner, ugens positive kommentar eller samtaler om, hvad eleven er blevet bedre til, kan gøre en stor forskel. Når fagligt selvværd bliver en del af den pædagogiske tænkning, styrkes både læringsmiljøet og den enkelte elevs mod på skolen.

Afslutning og perspektiv

Fagligt selvværd er en afgørende, men ofte overset del af undervisningen. Når elever mærker, at de kan lære, bliver de mere nysgerrige, engagerede og vedholdende – også i det svære. En lærer, der bevidst arbejder med at styrke elevernes tro på egne evner, gør ikke bare en forskel i klasseværelset her og nu, men rustar eleverne til videre skolegang og livslang læring. Et stærkt fagligt selvværd giver eleverne mod til at blive ved – og tro på, at de har noget at bidrage med.

Fremstillingsform	Formål
Berettende	
Beskrivende	
Instruerende	
Kommenterende	
Forklarende	

	Formål	Typiske træk	Se fx efter ...
Berettende	At fortælle om noget, der er sket.		
Beskrivende	At beskrive noget, så læseren kan se det for sig.		
Instruerende	At forklare – trin for trin – hvordan man gør noget.		
Kommenterende	At give sin personlige mening om noget.		
Forklarende	At gøre noget lettere at forstå.		