

DEN LIGE VEJ
- ELLER DIN VEJ?

Er du i tvivl,
er du ikke alene

OMFAVN
TVIVLEN
OG BLIV
KLOGERE
PÅ DIG
SELV

DM I SKILLS

2022



Brug tid på DM i Skills

Gode grunde til at bruge tid på DM i Skills



Vores fag er vigtige for os som undervisere, men vi skal også huske at **undervisning i job og uddannelse er vigtigt** for vores elever.



DM i Skills er en unik mulighed for at lade vores elever **opleve de forskellige erhvervsuddannelser**.



Materialet er tænkt som **en håndsækning**, som kan bruges direkte eller redigeres, så det passer til dig og dine elever, når I besøger DM i Skills.



Materialet er **lavet af en gruppe lærere og UU-vejledere** fra Kalundborg Kommune.

Link til lærervejledningen

Link til opgaven

Til undervisningsaktiviteter

Find tilbage

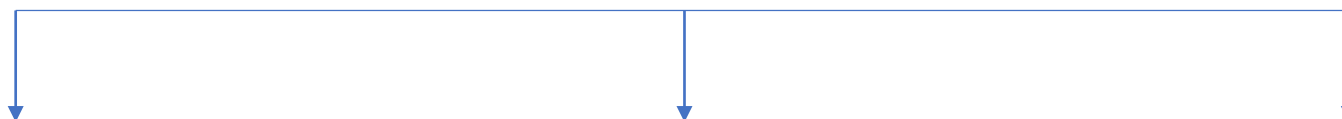
På nogle slides ser du denne i hjørnet. Den fungerer som en tilbage-knap, som leder dig til en anden slide.

Sådan bruger du denne PowerPoint

OBS! Knapper/links virker bedst i dias-mode/slideshow. På PC kan du dog også bruge Ctrl+klik. Alternativt kan du højreklikke på linket, vælge 'Link' og klik på 'Åben link'.

Skift mellem de forskellige emner

Det emne du befinder dig i er markeret med **fed**.



Du er her:

LÆRERVEJLEDNING

MATERIALE TIL BESØGET

FAGSPECIFIKT UNDERVISNINGSMATERIALE

Overblik over materialet



Lærervejledning

Beskrivelse af de bagvedliggende tanker om DM i Skills og om materialet



Materiale til besøget

Dette forløb knytter sig til det timeløse fag *uddannelse og job* og kan implementeres direkte i din undervisning før og efter jeres besøg til DM i Skills



Fagspecifikt undervisningsmateriale

Undervisningsmateriale til dansk, matematik og naturfag mm., der kan implementeres direkte i din undervisning før og efter DM i Skills med henvisning til Fælles Mål

Lærervejledning

Indholdsfortegnelse

- Mål for det obligatoriske emne: Uddannelse og job
- Hvad er DM i Skills?
- Hvorfor skal dine elever deltage?
- Hvordan vil jeres besøg foregå?
- Begrebet karrierelæring
- Opgør med nogle fordomme
- Materiale til DM i Skills
 - Bevægelse i undervisningen
 - Før DM i Skills
 - Under DM i Skills
 - Efter DM i Skills
- Brain breaks



Mål for det obligatoriske emne: Uddannelse & job

Kompetenceområde	Kompetencemål
Personlige valg	Eleven kan træffe karrierevalg på baggrund af egne ønsker og forudsætninger
Fra uddannelse til job	Eleven kan vurdere sammenhænge mellem uddannelser og erhvervs-og jobmuligheder
Arbejdsliv	Eleven kan vurdere sammenhænge mellem egne valg og forskellige vilkår i arbejdsliv og karriere

VIDSTE DU?

At vores undervisningsforløb også arbejder hen mod **De Fællesfaglige Mål**?

Se mere under de enkelte undervisningsforløb

[Klik her for at se mere om Uddannelse og job-obligatorisk emne Færdigheds- og vidensmål](#)

Hvad er DM i Skills?

Klik og se film
fra DM i Skills

Det store årlige Danmarksmesterskab for unge på erhvervsuddannelserne, hvor over 300 unge lærlinge og elever kæmper at blive Danmarks bedste.

DM i Skills er en event for skoleelever og andre interesserede.

Hvad kan I opleve?

- Konkurrencer i 46 fag
- Demonstration af 23 andre fag
- Prøv, mærk og føl-stande
- Skills Stafet finale for 8. klasser
- Masser af muligheder for at tale med UU-vejledere, erhvervsskoler og mange andre





Hvorfor skal dine elever deltage?

- Alle elever skal udfordres på deres valg
- DM i Skills er en helt unik mulighed for at opleve erhvervsuddannelsernes mange tilbud og videreuddannelsesmuligheder
- Eleverne kan selv afprøve egne skills i mange forskellige fag
- Samfundet har brug for flere unge med erhvervsuddannelse, derfor er det vigtigt at kende til dem.

VIDSTE DU?

Færre unge vælger en erhvervsuddannelse. Vi kommer til at mangle 99.000 erhvervsuddannede i 2030 ifølge den seneste opgørelse fra Arbejderbevægelsens Erhvervsråd

Kilde: [ae.dk/](https://www.ae.dk/)

Hvordan vil jeres besøg foregå?

Du finder alle praktiske oplysninger på igotskills.dk under fanen DM i Skills. Abonnér på nyhedsbrev, da nogle vigtige oplysninger først er klar i løbet af efteråret.

Regn med at 3-4 timer er passende længde for besøget.

- Klassen skal ikke gå rundt i samlet flok. Hjemmefra har eleverne i grupper valgt en "Metro-rute", der leder dem gennem et bredt udvalg af fag.
- I Velkomst-området får I et oversigtskort, hvor ruterne er tegnet ind.
- Velkomst-guiderne er ikke eksperter i alle uddannelserne, men kender pladsen og kan vise jer i den rigtige retning, og der vil også være skiltning.
- I Prøv, mærk og føl-områderne (kommer sidst i 2021) møder I elever, der er i gang med forskellige uddannelser. De kan svare på spørgsmål om deres egen uddannelse.

Gå ikke glip af finaler i Skills Stafet fredag, hvis du har en 8.kl. med. Her kan hele klassen samles og evt. bidrage til stemningen, hvis et hold fra jeres kommune er med.



Begrebet karrierelæring

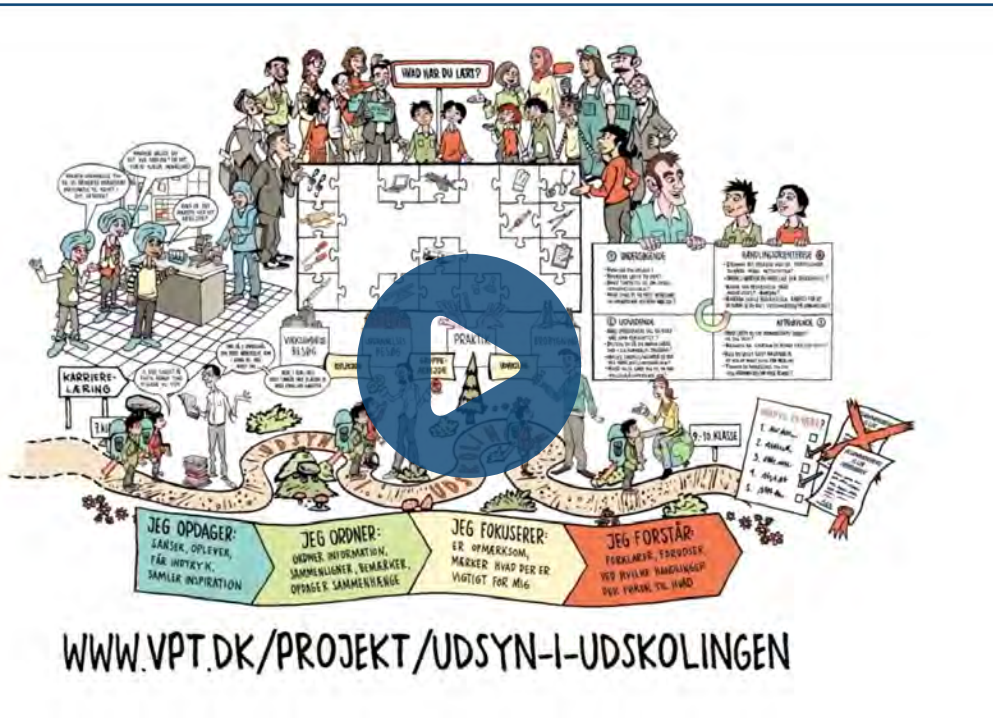
Vi anbefaler du ser videoen

Udsyn i udskolingen - Hvordan kan lærere skabe bedre karrierelæring

Karrierelæring kan ses som et perspektivskifte

- FRA afklaring og valg
- TIL læring om sig selv, uddannelse og arbejde (det hele liv)

Karrierelæring er en livslang proces i fire faser:



Opgør med nogle fordomme

Fordom: En erhvervsuddannelse er ikke lige så velanset som en gymnasial uddannelse

I stedet for at snakke om at være højt eller lavt uddannet, kan vi sætte fokus på at være veluddannet. 21 måneder efter afslutningen af erhvervsuddannelsen er 73 pct. i beskæftigelse. Denne beskæftigelsesfrekvens er højere end for alle tre grupper af dimittender fra videregående uddannelser

Fordom: Inden for erhvervsuddannelserne er der mandefag og kvindefag

”Vores børn og unge mennesker skal vide, at der ikke er nogen uddannelse, der er særlig velegnet til piger eller drenge. At der ikke er noget, der hedder typiske kvindefag og mandefag, eller klassisk kvindearbejde og mandearbejde.” (Pernille Knudsen, *Viceadministrerende direktør, DA*)
Der er dog fag, der stadig har flest mænd (fx tømrer) eller kvinder (fx SOSU-assistent).

Fordom: Erhvervsuddannelserne er praktiske og de videregående uddannelser er boglige

En moderne automekanikers arbejde er faktisk temmelig bogligt, og en kirurgs arbejde kræver store praktiske færdigheder. Find selv flere eksempler!

Fordom: Hvis du tager en erhvervsuddannelse, så skal du arbejde med det fag resten af livet

Der er masser af muligheder for videreuddannelse. Tømrere kan fx læse videre til energiteknolog og bygningskonstruktør. 7,5% på tværs af alle fag er selvstændige. Det ses ikke i nogen andre uddannelsesgrupper

Bevægelse i undervisningen

Vigtigt! Hele forløbet for eleverne starter med "En verden uden håndværkere". Men du kan supplere med "Holdningslinje", hvis du gerne vil have bevægelse i undervisningen.

En verden uden håndværkere



Holdningslinje



En verden uden håndværkere

Aktivitetsvejledning, tidsforbrug ca. 25 min.

Starten på forløbet skal skabe fokus på håndværkets betydning i et moderne samfund. Formålet med aktiviteten er at få elevernes viden på banen. Hvilke job kender de allerede? Hvilken slags uddannelse kræver de?

Beskrivelse af aktiviteten

Se den korte film "[Handwerk](#)" sammen med klassen. Tag en kort snak med eleverne om, hvad de ser.

Del post-it ud og få eleverne til at skrive så mange jobs, som de mener, de så eksempler på i filmen. Hvem havde lavet de ting, der gik tabt, da samfundet brød sammen? Skriv ét fag på hver post-it og hæng dem op på væggen. De får 2 min.

Læs elevernes bud op og fjern dubletter. eller sæt dem oven på hinanden. Se filmen igen, og lad eleverne gentage post-it øvelsen. De får 2 min.

Opsamling

- Er der kommet nye kategorier på væggen?
- Er der produkter eller anlæg, hvor eleverne ikke ved, hvilke fagfolk der står for fremstillingen?

Giv eleverne en introduktion til uddannelsessystemet via [dette link](#).

Få eleverne til at placere egne post-it sedler på de forskellige uddannelseskategorier.

Forberedelse

Linket til uddannelsessystemet: Det er en god idé til opsamlingen at skrive de forskellige uddannelsestyper på et A4-ark. Hæng dem op, så eleverne kan placere deres post-it på dem.

Du kan alliere dig med skolens UU-vejleder, som kan støtte undervejs.

Lav din egen brainstorm inden, så du kan støtte eleverne, når de skal have jobs på væggen.

Holdningslinje

Aktivitetsvejledning - Tidsforbrug ca. 15 min. (alt efter hvor mange udsagn du vælger)

Formål

Formålet med aktiviteten er, at eleverne personligt tager stilling til et givent udsagn og herfra sætter egne holdninger i relation til andres.

Beskrivelse af aktiviteten

På gulvet er en linje tegnet op med kridt eller en linje markeret med tape. Du kommer med et udsagn, og eleverne skal placere sig på linjen alt efter, hvor enige de er i udsagnet. Mest enig i den ene ende og mest uenig i den anden ende. Det kan være en god idé at dele linjen op med tal fra 1 til 10, hvor 1 er mest uenig og 10 er mest enig.

Opsamling

Når alle har placeret sig på linjen, vender man sig mod en makker og diskuterer, hvorfor man har placeret sig netop der.

Til slut finder man sammen med en makker, der har en mening fjernt fra ens egen, og der tales igen om bevæggrund for placering. Du samler op ved at høre eleverne, hvorfor de har placeret sig, som de har.

Eksempler på udsagn

- Alle uddannelser er lige gode
- Man kan have et godt liv uden en uddannelse
- Man tjener flest penge ved en længere uddannelse
- Nogle uddannelser er bare bedre for piger end for drenge
- En erhvervsuddannelse betyder samme arbejde resten af livet

Grundlæggende handler det om at få de unge til at tænke over udsagn vedrørende uddannelse og fremtidige muligheder.

Holdningslinje

Uddybende vejledning

Opmærksomhedspunkter

- Husk tape eller kridt til linjen med underinddelinger
- Forbered relevante udsagn, der passer til din klasse.
- [Find evt. inspiration her](#)
- Vær ordstyrer i behandlingen af elevernes stillingtagen
- Sørg for at eleverne tager snakken med sidemanden på linjen

Forbered eleverne

I denne øvelse skal de tage personlig stilling til udsagnene – ikke bare gå derhen hvor kammeraten stiller sig

Yderpunkterne er mest enig og mest uenig, men man kan godt stille sig midt på linjen – dog ikke ved alle udsagnene!

Eleven skal gøre sig tanker om, hvorfor han eller hun har placeret sig netop der

Variation i øvelsen

- Man kan lave den på gangen
- I stedet for en linje, kan man bruge hjørnerne i klassen

Et godt besøg på DM i Skills

Lærervejledning

Tidsforbrug: Før besøget: 4 lektioner – Efter besøget: 6 lektioner

Formål

- Eleverne skal tilegne sig grundlæggende viden om de fire hovedområder og underliggende fagretninger
- Eleverne skal kunne finde styrker i de forskelle fagretninger
- Eleverne skal blive nysgerrige efter at undersøge mere om fag, der fanger deres interesse

Fælles Mål

Der arbejdes med kompetencemål for Uddannelse og job:

Eleven kan vurdere sammenhænge mellem uddannelser og erhvervs- og jobmuligheder

Dette materiale lægger op til at der arbejdes med fire aktiviteter:

1. Opbygning af ungdomsuddannelserne – vekslen mellem skole og praktisk arbejde
2. De 24 styrker
3. Adgangskortet – muligheder for videreuddannelse efter en erhvervsuddannelse
4. Få øje på ukendte uddannelser – nuancere sin viden om erhvervsuddannelserne

Opbygning af ungdomsuddannelserne

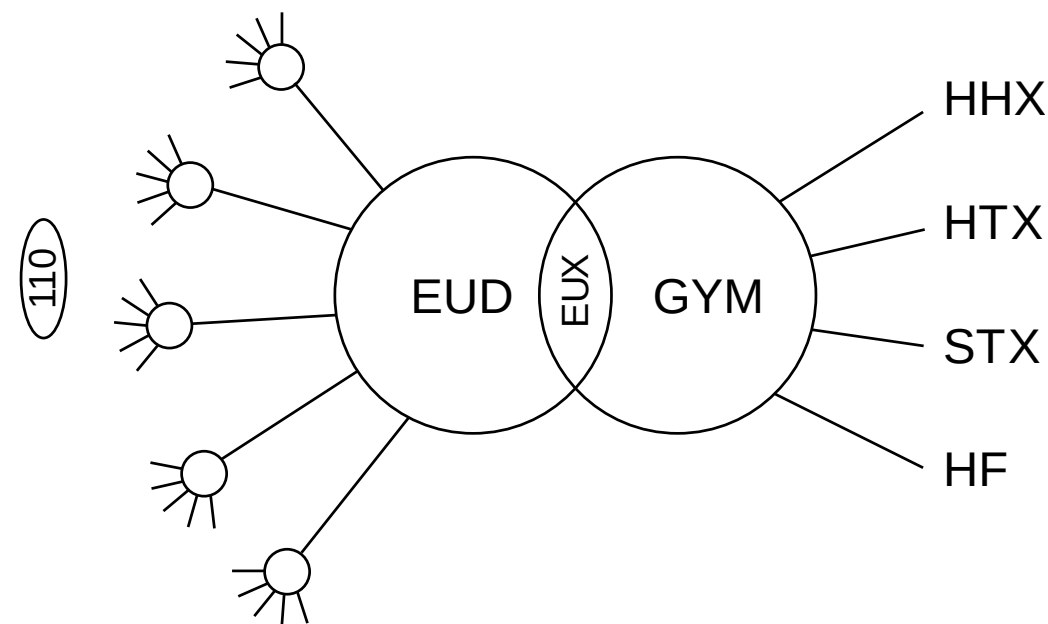
Klasseaktivitet

I aktiviteten skal eleverne bidrage med viden om ungdomsuddannelserne, således at figur 1 kan tegnes på tavlen.

Der er et overlap mellem **EUD-uddannelserne** og **GYM-uddannelserne**, dette er **EUX-uddannelserne**.

Inden for GYM uddannelserne findes HHX, HTX, STX og HF. Dette er ofte en viden eleverne allerede har.

Inden for EUD uddannelserne er der fire hovedområder og under hver af disse er der forskellige fagretninger – omkring 110 forskellige. Det er ikke sikkert eleverne har denne viden, og figuren kan derfor ikke tegnes færdig. [Her ses videoen](#) sammen med eleverne og så kan resten af figuren tegnes.



De 24 styrker

Makker- og/eller gruppeaktivitet

I aktiviteten skal eleverne arbejde med de 24 styrker, som findes i Karriereguiden – Eleverne har fået denne udleveret af UU-vejleder. Ellers kan den findes digitalt. Det anbefales, at hver elev har siden om [de 24 styrker](#).

I makkerpar og/eller grupper skal eleverne udvælge tre styrker, som er vigtige for Kasper, Esra, Pablo og Signe. Herefter samles op i klassen. Grupperne har måske ikke udvalgt de samme styrker, og det kan give anledning til diskussion.

Det er også muligt at bringe fordommen omkring mandefag og kvindefag i spil. Kasper er uddannet social og sundheds hjælper og Signe er uddannet murer.

 VIDEBEGÆR Du kan godt lide at lære nye ting. Du bruger tid på at søge svar på ting, der undrer dig.	 RELATIONER Du er god til at knytte tætte bånd til andre. Det betyder meget for dig at være tæt på folk, du holder af.
 VISDOM Dine venner kommer tit til dig for at få gode råd. Du er god til at åbne nye perspektiver og se ting fra flere sider.	 OMSORG Du står klar, når folk omkring dig har brug for hjælp. Du er opmærksom og nyder at gøre noget godt for andre.
 MOD Du siger din mening og tør at gå egne veje. Du kæmper for det, der er vigtigt for dig.	 SOCIAL INTELLIGENS Du kommer godt ud af det med andre. Du fornemmer, hvordan andre har det, og hvad de har brug for.
 KREATIVITET Du har en god fantasi og får mange idéer. Du skaber kreative ting med dine hænder eller med dit hoved.	 VEDHOLDENHED Du giver ikke op. Når du går i gang med noget, så gør du det færdigt. Også selvom det trækker tænder ud.
 VÆRDSÆTTELSE Du er god til at få øje på det smukke i livet. Du lægger mærke til og elsker smukke ting omkring dig.	 RETFÆRDIGHED Det er vigtigt for dig, at andre bliver behandlet ordentligt – også selvom du ikke nødvendigvis er enig med dem.
 TAKNEMLIGHED Du nyder og værdsætter de gode ting i dit liv. Du er god til at vise andre, at du sætter pris på dem.	 LEDERSKAB Du er god til at organisere og motivere i en gruppe. Du kan godt lide at tage ansvar og lede andre.
 OPTIMISME Du ser det gode i livet – også selvom tingene ikke altid går din vej. Du ser lyst på fremtiden. Tænker 'Det skal nok gå'.	 TILGIVELSE Du bærer ikke nag, når andre sårer dig. Du ved, at alle begår fejl. Hos dig får folk en ny chance.
 HUMOR Du tager ikke ting så tungt. Du er god til at se ting fra en skæv vinkel og skabe smil omkring dig.	 BESKEDENHED Du fremhæver andre frem for dig selv og deler gerne anerkendelse med andre.
 SPIRITUALITET Du tænker over meningen med livet og universet. Du er åben for, at ting kan hænge sammen på mange måder.	 OMTANKE Du tænker dig om, inden du gør eller siger noget. Du er en grundig person, der træffer fornuftige valg.
 SAMARBEJDE Andre kan regne med dig. Du er god til at få grupper til at fungere og nyder fællesskaber.	 SELVKONTROL Du er fokuseret, målrettet og kan bevare roen og styre dit temperament.

FØR

Adgangskortet

Makker- og/eller gruppeaktivitet

Eleverne skal undersøge hvilke videreuddannelsesmuligheder, der er indenfor forskellige fagretninger.

Med udgangspunkt i Kasper, Esra, Pablo og Signe skal eleverne bruge værktøjet [Adgangskortet](#) til at finde ud af, hvilke videre uddannelsesmuligheder de hver især har.

De skal samtidig undersøge, hvordan Kasper, Esra, Pablo og Signes muligheder for videreuddannelse ændrer sig, hvis de har taget en EUX i stedet for en EUD.

Aktiviteten slutes af med en fælles opsamling i klassen.

UddannelsesGuiden

FØR

UDDANNELSER TIL UNGE

VIDEREGÅENDE UDDANNELSER

VOKSEN- OG EFTERUDDANNELSER



Adgangskortet

Se mulige videregående uddannelser efter din ungdomsuddannelse

Ungdomsuddannelse

EUD

Erhvervsuddannelse

Murer

Hovedforløb (speciale/trin)

Murer

EUX

Erhvervsuddannelse på mindst 3 år

Du har valgt en erhvervsuddannelse på 3 år eller derover. Det betyder, at du kan søge ind på en lang række uddannelser. Der vil dog typisk være adgangskrav, du mangler at opfylde, før du kan søge ind.

Tilpas dine fag og niveauer for at få overblik over dine muligheder.

Fag på ungdomsuddannelsen

☐ Ikke valgt ☒ Valgt ☐ Obligatorisk

Nulstil

Afsætning	A	B	C	D	E
Biologi	A	B	C	D	E
Dansk	A	B	C	D	E
Engelsk	A	B	C	D	E
Erhvervsinformatik	A	B	C	D	E
Erhvervsøkonomi	A	B	C	D	E
Finansiering	A	B	C	D	E
Fysik	A	B	C	D	E
Idræt	A	B	C	D	E
Kemi	A	B	C	D	E
Matematik	A	B	C	D	E
Naturfag	A	B	C	D	E
Organisation	A	B	C	D	E
Psykologi	A	B	C	D	E
Samfundsfag	A	B	C	D	E
Teknologi	A	B	C	D	E

Du opfylder adgangskravene til

12

videregående uddannelser >

Vælg en kategori



Byggeri - transport



Design - kunst



Ernæring - sundhed
- pleje



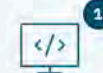
Film - teater -
musik



Forsvar og politi



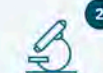
Handel - økonomi -
markedsføring



It - teknik -
elektronik



Kultur - sprog -
kommunikation



Naturvidenskab -
miljø

Ukendte uddannelser

Individuel- og/eller makkeraktivitet

Med udgangspunkt i de fire hovedområder inden for erhvervsuddannelserne, skal eleverne finde fagretninger, der er mindre kendte.

Eleverne skal gå på opdagelse i [karriereguiden](#) og enkeltvis finde en for dem ukendt uddannelse inden for hver af de fire hovedområder. Herefter skal de sammenligne med deres makker.

Aktiviteten sluttet af med en fælles opsamling i klassen, hvor alle de ukendte uddannelser skrives på tavlen.

KARRIEREGUIDEN

REGION SJÆLLAND

GODT PÅ VEJ MOD EN
SPÆNDENDE VERDEN AF
**UNGDOMS
UDDANNELSER**
2021-2022

Navn:
Klasse:

FØR

MØD DE UNGE

Læs deres historier, om at være på ungdomsuddannelse →

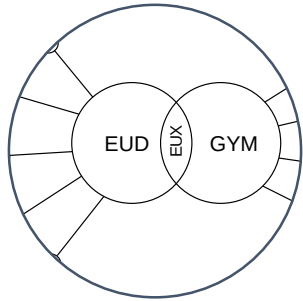
ZOOM IND PÅ DIG SELV

Opgavesider der gør dig klogere på dine tanker, drømme og styrker →

ALT OM UNGDOMSUDDANNELSERNE

Vi g'ir dig overblikket om indhold, krav og muligheder →

Materialer til før besøget



Opbygning af ungdomsuddannelserne

Slide fra Power Point

Videolink fra slide

Tavle til at tegne figur 1



De 24 styrker

Slide fra Power Point

Karriereguiden
(side 100 i 2021)



Adgangskortet

Slide fra Power Point

Elevcomputere

Link fra slide til værktøjet

Adgangskortet



Ukendte uddannelser

Slide fra Power Point

Karriereguiden
(side 146-158 i 2021)

Under besøget på DM i Skills

Læreren skal sørge for at eleverne på baggrund af de tidligere aktiviteter indsamler billeder og oplysninger under besøget. Materialerne skal bruges til efterbehandling af besøget. Makkerpar af 2 eller 3 fordeles hjemmefra.

- Mobil skal bruges – husk at minde om opladning eller power bank
- Krav om billeddokumentation og stikord på TRE forskellige uddannelser

Eleverne skal til 3 forskellige uddannelser indhente nedenstående oplysninger:

- Billeder (uddannelse)
- Hvilke styrker kan du genkende i dette fag?
 - 1.
 - 2.
 - 3.
- Hvad lagde du ellers mærke til? Var der noget, der overraskede dig?

Hvad lærte vi på DM i Skills? - refleksion

Eleverne skal i mindre grupper bearbejde deres oplevelser fra besøget. Først to og to, derefter i klassen efterfulgt af en praktisk opgave med fremstilling af en plakat og til sidst udfyldelse af deres egen studievalgsportfolio.

Info om uddannelser

Hvert makkerpar fremlægger kort tre uddannelser, de ikke kendte i forvejen. De skal svare på, hvor kan man tage uddannelsen, hvilke fag man undervises i på uddannelsen og hvad man kan videreuddanne sig til efter uddannelsen.

Kampagneplakat opgave

Eleverne skal i mindre grupper vælge en af de uddannelser, de ikke kendte i forvejen, og designe en plakat med relevante illustrationer om hvilke styrker og egenskaber uddannelsen kræver. *Husk: papir, limstifter, sakse, tusser og tape til ophæng.*

Studievalgsportfolio

Studievalgsportfolio [finder du her](#) og åbnes med uni-login. Scroll ned i bunden og klik på studievalgsportfolio.

Brain breaks

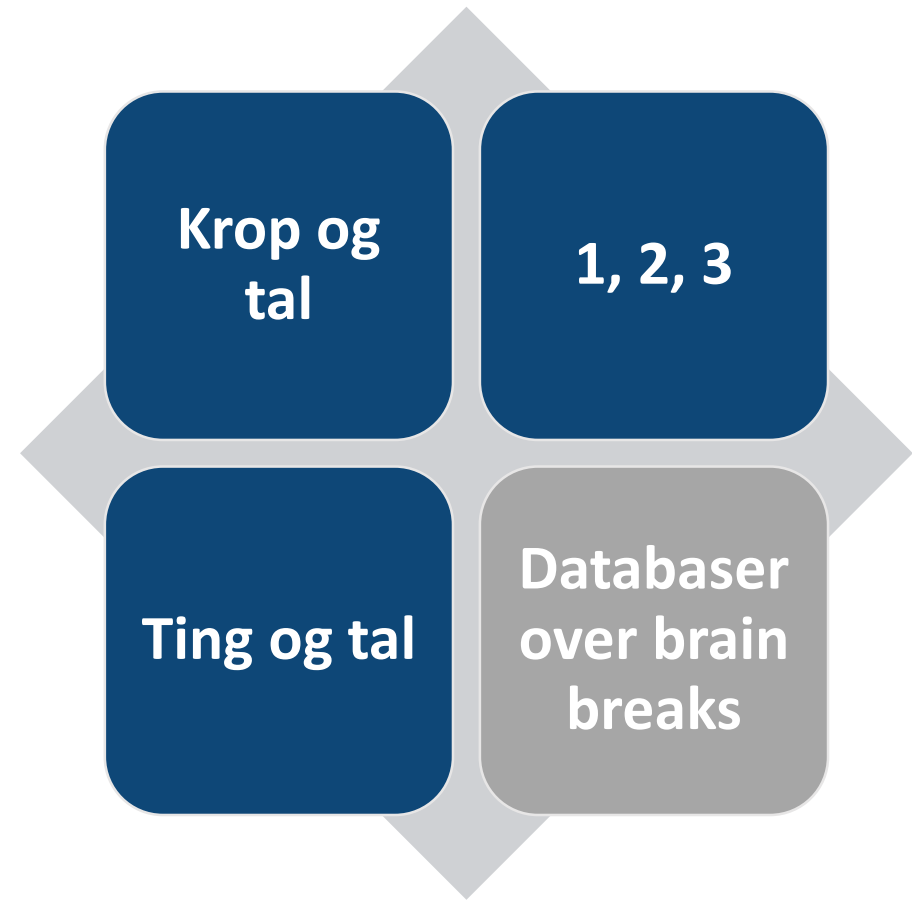
Der opfordres kraftigt til brug af brain breaks i undervisningen.

Til højre er et udvalg af tre brain breaks, som er nemme at gå til (blå bokse). Derudover er der en liste over forskellige databaser, som indeholder over 100 brain breaks tilsammen.

Klik ind på de blå bokse for at tilgå de udvalgte brain breaks. Klik på den grå boks for at få adgang til mange flere brain breaks.

VIDSTE DU?

Brains breaks er aktive pauser, der giver eleverne ilt til hjernen og energi til at øge deres fokus. *Tid: 1-5 min.*



Brain break: Krop og tal

Gå sammen to og to.

Brug følgende steder på kroppen som tal-steder:

- Højre skulder = 1
- Venstre skulder = 2
- Næse = 3
- Højre øre = 4
- Venstre øre = 5

Lad den ene af jer røre tre tal-steder på egen krop, fx venstre øre, næse og venstre øre igen. Det vil sige tallene 5, 3 og 5. Den anden skal derefter gange de tal med hinanden.

Sig resultatet højt, og byt rolle.

Bliv ved et par gange, og udvid derefter evt. med fire eller fem tal pr. regnestykke.

[Kilde](#)

Brain break: 1, 2, 3

Prøv øvelsen 1-2-3 i din egen klasse i næste lektion – det tager kun et par minutter.

Find en makker, du ikke plejer at arbejde sammen med.

- Tæl til ti, men sig på skift et tal. Elev a siger 1, elev b siger 2, elev a siger 3, elev b siger 4, osv.
- Tæl igen til ti, men erstat nu 1 med en bevægelse, fx et klap på knæene, et hop eller at snurre rundt om sig selv.
- Tæl igen til ti, og erstat nu også 2 med en bevægelse.

Fortsæt med at lave tællerunder, indtil hvert tal er erstattet af en bevægelse.

Lav til sidst runden et par gange, hvor I ikke tæller højt, men kun bruger bevægelserne.

[Kilde](#)

Brain break: Ting og tal

- Find et område med god plads – gerne udendørs
- Eleverne tager hver en ting med sig. Fx en drikkedunk, taske, penalhus etc.
- Alle ting fordeles i en stor cirkel, så man kan løbe mellem tingene.
- På underviserens startsignal løber eleverne nu rundt mellem hinanden i cirklen, og på et aftalt signal skal de finde en ting at stille sig ved. Den ting eleverne hver især stiller sig ved er fra nu af deres ”ting nr. 1”.
- Herefter starter en ny runde. Eleverne løber nu igen rundt mellem hinanden, og når underviseren giver signal, finder de hver især en ny ting at stille sig ved. Det er nu elevens ”ting nr. 2”.
- Dette gentages endnu en gang, og denne gang er det så elevens ”ting nr. 3”.
- OBS: Det er vigtigt at gøre eleverne opmærksomme på, at de skal huske godt på deres tre ting.
- Underviseren giver nu forskellige signaler. Råbes der ”2” skal alle eleverne løbe hen og stille sig ved deres ”ting nr. 2”. Råbes der ”2-1-3” skal eleverne først løbe hen og røre deres ”ting nr. 2”, så løbe hen og røre deres ”ting nr. 1” og til sidst løbe hen og stille sig ved deres ”ting nr. 3”.
- Legen slutter først, når underviseren vurderer, at eleverne er tilstrækkeligt opfrisket.

Links til brain break databaser

Trivsel og bevægelse

I forskningsprojektet "Trivsel og Bevægelse i Skolen" er visionen, at flere skal have mere ud af bevægelse i skolen. De har derfor lavet denne eksempelsamling med godt beskrevne printklare beskrivelser af brain breaks.

Dansk Skoleidræt

Som hjælp til at sætte skolen i bevægelse har Dansk Skoleidræt udarbejdet og indsamlet en lang række brain breaks, som de har inddelt i 4 kategorier:

- Puls
- Tillid og samarbejde
- Koordination
- Koncentration og opmærksomhed

Fun Skills

Dansk Skoleidræt har produceret 60 videoer til hjernetræning gennem bevægelse. Videomaterialet klarer formidlingen, hvilket gør Fun Skills til en god og nem løsning til brain breaks. Der er i alt 12 øvelser med hver 5 progressioner.

Materiale til besøget

Indholdsfortegnelse

- Handwerk (film)
- Mål
- Før DM i Skills
 - Opbygning af ungdomsuddannelserne
 - De 24 styrker
 - Adgangskortet
 - Ukendte uddannelser
- Under DM i Skills
- Efter DM i Skills



En verden uden håndværkere

Klik og se filmen →

FØR



Mål for det obligatoriske emne: Uddannelse & job (efter 9. klassetrin)

Kompetenceområde	Kompetencemål
Personlige valg	Du kan træffe karrierevalg på baggrund af egne ønsker og forudsætninger
Fra uddannelse til job	Du kan vurdere sammenhænge mellem uddannelser og erhvervs-og jobmuligheder
Arbejdsliv	Du kan vurdere sammenhænge mellem egne valg og forskellige vilkår i arbejdsliv og karriere



Klik og se film fra DM i Skills 

Velkommen til DM i Skills

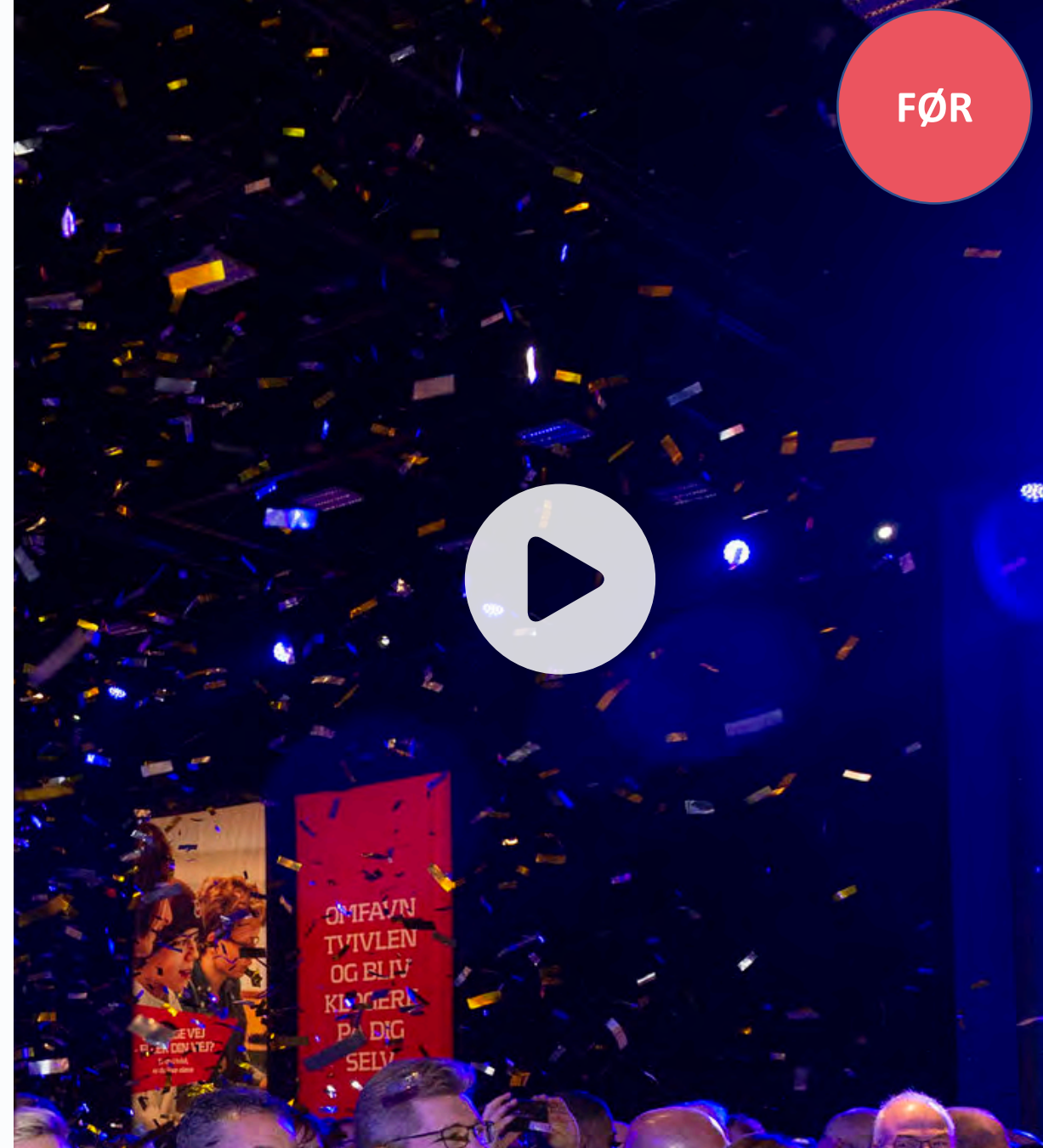
Det store årlige danmarksmesterskab for unge på erhvervsuddannelserne, hvor over 300 unge lærlinge og elever kæmper at blive Danmarks bedste.

DM i Skills er en event for skoleelever og andre interesserede.

Hvad kan I opleve?

- Konkurrencer i 46 fag
- Demonstration af 23 andre fag
- Prøv, mærk og føl-stande
- Skills Stafet finale for 8. klasser
- Masser af muligheder for at tale med UU-vejledere, erhvervsskoler og mange andre.

FØR



Opbygning af ungdomsuddannelserne

Hvad ved vi om EUD, EUX, gymnasiet?

*Klik og se film om
erhvervsuddannelser*



De 24 styrker

Find tre styrker, som er vigtige for Kasper, Esra, Pablo og Signe. Vælg blandt [de 24 styrker](#).



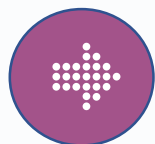
Teknologi, byggeri og transport
Signe er uddannet murer



Kontor, handel og forretningsservice
Esra er uddannet handelsassistent



Fødevarer, jordbrug og oplevelser
Pablo er uddannet bager



Omsorg, sundhed og pædagogik
Kasper er uddannet social- og sundhedshjælper

VIDEBEGÆR Du kan godt lide at lære nye ting. Du bruger tid på at søge svar på ting, der undrer dig.	RELATIONER Du er god til at knytte tætte bånd til andre. Det betyder meget for dig at være tæt på folk, du holder af.
VISDOM Dine venner kommer tit til dig for at få gode råd. Du er god til at åbne nye perspektiver og se ting fra flere sider.	OMSORG Du står klar, når folk omkring dig har brug for hjælp. Du er opmærksom og nyder at gøre noget godt for andre.
MOD Du siger din mening og tør at gå egne veje. Du kæmper for det, der er vigtigt for dig.	SOCIAL INTELLIGENS Du kommer godt ud af det med andre. Du fornemmer, hvordan andre har det, og hvad de har brug for.
KREATIVITET Du har en god fantasi og får mange idéer. Du skaber kreative ting med dine hænder eller med dit hoved.	VEDHOLDENHED Du giver ikke op. Når du går i gang med noget, så gør du det færdigt. Også selvom det trækker tænder ud.
VÆRDSÆTTELSE Du er god til at få øje på det smukke i livet. Du lægger mærke til og elsker smukke ting omkring dig.	RETFÆRDIGHED Det er vigtigt for dig, at andre bliver behandlet ordentligt – også selvom du ikke nødvendigvis er enig med dem.
TAKNEMLIGHED Du nyder og værdsætter de gode ting i dit liv. Du er god til at vise andre, at du sætter pris på dem.	LEDERSKAB Du er god til at organisere og motivere i en gruppe. Du kan godt lide at tage ansvar og lede andre.
OPTIMISME Du ser det gode i livet – også selvom tingene ikke altid går din vej. Du ser lyst på fremtiden. Tænker 'Det skal nok gå'.	TILGIVELSE Du bærer ikke nag, når andre sårer dig. Du ved, at alle begår fejl. Hos dig får folk en ny chance.
HUMOR Du tager ikke ting så tungt. Du er god til at se ting fra en skæv vinkel og skabe smil omkring dig.	BESKEDENHED Du fremhæver andre frem for dig selv og deler gerne anerkendelse med andre.
SPIRITUALITET Du tænker over meningen med livet og universet. Du er åben for, at ting kan hænge sammen på mange måder.	OMTANKE Du tænker dig om, inden du gør eller siger noget. Du er en grundig person, der træffer fornuftige valg.
SAMARBEJDE Andre kan regne med dig. Du er god til at få grupper til at fungere og nyder fællesskaber.	SELVKONTROL Du er fokuseret, målrettet og kan bevare roen og styre dit temperament.

FØR

Adgangskortet

Gå ind på www.ug.dk/adgangskortet

1. Undersøg hvilke muligheder for videre uddannelse Kasper, Esra, Pablo og Signe har
2. Hvis de havde taget deres uddannelse som EUX, hvilken betydning ville det så have for deres videre uddannelsesmuligheder



Teknologi, byggeri og transport

Signe er uddannet murer



Fødevarer, jordbrug og oplevelser

Pablo er uddannet baker



Kontor, handel og forretningsservice

Esra er uddannet handelsassistent



Omsorg, sundhed og pædagogik

Kasper er uddannet social- og sundhedshjælper

Ukendte uddannelser

Inden for hvert af de fire hovedområder, skal du finde en uddannelse, som du tror, der ikke er mange, der kender. Find uddannelserne i Karriereguiden 2021 på side 146-158.



Teknologi, byggeri og transport



Kontor, handel og forretningsservice



Fødevarer, jordbrug og oplevelser



Omsorg, sundhed og pædagogik



Under besøget på DM i Skills

Jeres makkerpar/hold skal indhente disse oplysninger på 3 forskellige uddannelser:

- Billeder af uddannelsen
- Hvilke styrker kan du genkende i dette fag?
 - 1.
 - 2.
 - 3.
- Hvad lagde du ellers mærke til? Var der noget, der overraskede dig?

Hvad lærte vi på DM i Skills?

Opgave to og to

- Vælg tre ting du lagde mærke til omkring uddannelserne på DM i Skills.
- Vælg fem uddannelser I blev præsenteret for.
- Vælg tre uddannelser I ikke kendte i forvejen.
- Hvilke egenskaber / styrker mener I at man har brug for i de uddannelser?

Brug ug.dk til at søge på uddannelserne.

Fremlæggelse i klassen

Fremlæg kort tre uddannelser I ikke kendte i forvejen.

- Hvor tager man uddannelsen?
- Hvilke fag undervises der i?
- Videreuddannelse?

Hvad lærte vi på DM i Skills?

Kampagneplakat opgave

Gå sammen to og to og vælg en af de uddannelser I ikke kendte i forvejen. Design en plakat med relevante tegninger/billeder der viser hvilke styrker og egenskaber uddannelsen kræver.

Skriv i din studievalgsportfolio

Log på <https://ung.unoeng.dk/login/new.html> med dit uni-login.

- Scroll ned i bunden og klik på studievalgsportfolio.
- Tryk rediger. Udfyld feltet hvor der står SKILLS.
- Skriv kort hvad du har oplevet, og hvilke tanker det har givet dig.

Fagspecifikt undervisningsmateriale

Indholdsfortegnelse

Fagspecifikt materiale

- Dansk
- Matematik
- Naturfag

Tilpas dit fag ind i uddannelse og job forløb



Undervisningsaktiviteter

Undervisningsforløbene er opdelt, så de kan anvendes direkte i din undervisning før, under og efter DM i Skills.

På "Til læreren" slides finder du tid, formål, fælles mål og gode råd.

Forløbene, som kan ses på næste slide, er lavet til undervisning i dansk, matematik og naturfag. Herefter kommer der specifikke "Uddannelse og Job" forløb



TIL LÆREREN



FØR



UNDER



EFTER

Undervisningsaktiviteter

Tryk på det forløb, du gerne vil se. Du kan også trykke på de enkelte dele af forløbene.

Dansk

Til læreren

Før

Under

Efter

Matematik

Til læreren

Før

Under

Efter

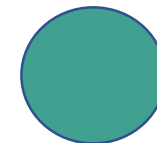
Naturfag

Til læreren

Før

Under

Efter



Dansk

Tid

1-2 lektioner før besøget ved DM i Skills

3-4 lektioner efterbehandling og udarbejdelse af produkter til aflevering

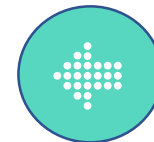
Forberedelse: Inddel eleverne i de forskellige metrospor, så alle spor undersøges/besøges

Formål

- Dette forløb er et tværfagligt forløb mellem dansk og det timeløse fag - Uddannelse og job
- Eleverne skal arbejde med danskfaglig genre
- Eleverne skal tilegne sig viden om forskellige erhvervsuddannelser
- Eleverne skal arbejde med indsamling af viden, samtale og efterbehandling af data

Fælles Mål

- Vi arbejder med følgende kompetencemål fra dansk
- Eleven kan udtrykke sig forståeligt, klart og varieret i skrift, tale, lyd og billede i en form, der passer til genre og situation.
- Eleven kan deltage reflekteret i kommunikation i komplekse formelle og sociale situationer
- Vi arbejder med følgende kompetencemål fra Uddannelse og job
- Eleven kan vurdere sammenhænge mellem uddannelser og erhvervs- og jobmuligheder



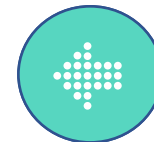
Dansk

- Lav en brainstorm i grupperne om de forskellige metrospors udvalg af uddannelser.
- På jeres udleverede arbejdsark, kan I se tre kolonner med felter.

Herunder kan I se et eksempel på, hvordan man skal udfylde felterne:

Uddannelser du kender til	Uddannelser du ikke kender til	Det du ved i forvejen
Tømrer	Tækkemand	Som tømrer, kan man videreuddanne sig som bygningskonstruktør
Murer	Procesoperatør	Murere tjener xx.xxx kr om måneden

Efter jeres brainstorm, skal I lave opgaven på næste slide.



Dansk

- Du skal nu vælge 2 uddannelser du gerne vil besøge under dit besøg på DM i Skills.
- Når du skal søge ny viden, kan du stille forundringsspørgsmål. En vej til at stille gode spørgsmål kan være ved at bruge hv-ord – hvorfor, hvordan osv.
- Du skal være nysgerrig og indsamle så meget viden som muligt om de to uddannelser på dit besøg ved DM i Skills.
- Du skal minimum udarbejde 4-6 spørgsmål

Skriv dine spørgsmål ind i et format, som du kan have/finde igen på din mobiltelefon, så du kan huske dine spørgsmål når du er på DM i Skills.

Frigør plads på din mobiltelefon, så der er plads til at tage billeder og optage film ved dit besøg på DM i Skills. Husk at oplade din device, så du har strøm til hele besøget – eller hav en powerbank med.

Dansk

Opgave 1

Find dine uddannelser og stil dine spørgsmål. Husk at skrive de svar/informationer ned, som du får indsamlet, så du ikke glemmer noget. Du skal bruge det, når du kommer tilbage på skolen.

Opgave 2

Tag 5-7 billeder undervejs rundt i metroporene – dem skal du bruge, når du kommer tilbage på skolen.

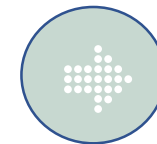
Opgave 3

Optag 2-4 minifilm (1-2 min længde) og gem dem på din telefon – Du skal bruge dem, når du kommer tilbage på skolen.



UNDER
DM i Skills





Dansk

Du skal på baggrund af dine spørgsmål, billeder og minifilm løse en af følgende opgaver:



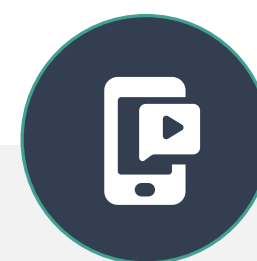
Podcast

En lydfil, der fortæller om dit besøg på DM i Skills. Husk baggrundslyde i din fortælling. De er med til at øge modtagerens lytte oplevelse og levendegøre din fortælling.



Reportage

Udarbejd en reportage og opsæt den, som om den skal udgives i en avis. Du kan finde inspiration til layout og skrivevejledning [på dette link](#).



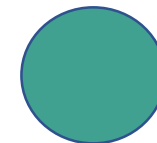
Lommefilm

Lav en film med levende og stillbilleder der fortæller om dine 2 uddannelser, du besøgte på DM i Skills. Du kan udarbejde/redigere din film i et videoredigeringsprogram som fx WeVideo på skoletube.

Link til flere danskforløb

Grib erhversuddannelserne

Fang ervervsuddannelserne



Matematik

Tid

2 lektioner før besøget på DM i Skills.

2 lektioner til fremlæggelser efter besøget på DM i Skills.

Formål

- Eleven skal få en forståelse af hvordan matematik bruges i erhvervsuddannelserne.
- Eleven skal kunne præsentere matematik mundtligt.

Fælles mål

- Eleven skal gennem ræsonnement og tankegang, samt gennem modeller, vise at eleven kan finde matematikkens anvendelse i hverdagen.
- Eleven kan argumentere for valg af matematisk repræsentation.
- Eleven har viden om fagord og begreber samt enkelt matematisk symbolsprog.
- Eleven har viden om informationssøgning og vurdering af kilder.

Før besøget: Refleksionsopgave

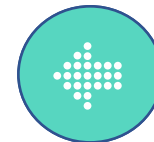
- Eleverne skal i grupper á 2 brainstorme på hvilke erhverv der bruger matematik, samt hvordan det bruges. Tid 10 minutter.
- Eleverne skal finde sammen med en anden gruppe, hvor de viser deres resultater.
- Når begge hold har vist resultaterne, skal grupperne sammen finde tre erhverv de vil fokusere på. Tid 30 minutter.
- Eleverne skal klargøre en række spørgsmål, der gør dem i stand til at interviewe Skills-deltagere inden for de erhverv de har valgt, ud fra et matematisk perspektiv. Her er det vigtigt at læreren er meget aktiv og vejledende, da nogle elever kan have svært ved at se det matematiske perspektiv.

Under besøget

- Eleverne skal interviewe Skills-deltagere. De skal huske at skrive noter!!
- Eleverne kan eventuelt tage billeder, der passer med deres interview.
- Billeder af personer samt lydoptagelser af personer, må kun bruges med tilladelse fra personen selv.

Efter besøget

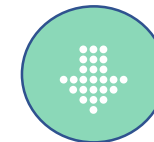
- Eleverne laver en matematisk præsentation af deres interview.
- Præsentationen kan laves som eleverne ønsker, så længe eleverne taler matematik.



Matematik

Før I tager til DM i Skills

- I skal finde sammen i grupper på 2
- Nu skal I brainstorme på hvilke erhverv, der bruger matematik, samt hvordan det bruges i de erhverv. Husk at skrive det ned. I har 10 minutter.
- Når tiden er gået, skal I finde sammen med en anden gruppe, og vise hinanden jeres resultater, og så skal I sammen finde tre erhverv, som I vil fokusere på.
- Til sidst skal I lave en række spørgsmål, der gør jer i stand til at interviewe elever fra de erhvervsuddannelser, I har valgt, ud fra et matematisk perspektiv.



Matematik

Når I er på DM i Skills

- I skal finde de erhverv, I har snakket om, og lave et interview med elever fra erhvervsuddannelserne. I finder dem ved Prøv, mærk og føl-standene, da I ikke må forstyrre konkurrencedeltagerne. Husk matematikken.
- Tag nogle billeder I kan bruge til jeres præsentation.

HUSK

Billeder af personer samt
lydoptagelser af personer,
må kun bruges med tilladelse
fra personen selv.

Matematik

Når I er hjemme fra DM i Skills

- I skal lave en præsentation af jeres interview, hvor I fortæller og viser matematikken i de erhverv, I har valgt.
- I kan lave præsentationen, som I har lyst, så længe den er digital, og I selv taler til præsentationen.

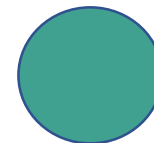
EFTER
DM i Skills



Link til flere matematikforløb

Grib erhversuddannelserne

Fang ervervsuddannelserne



Naturfag

Pleje af borgere på medicinsk afdeling på et sygehus

Uddannelse

Social- og sundhedsassistent

Fag

Matematik, biologi, uddannelse og job

Klassetrin

7.-9. klasse

Varighed

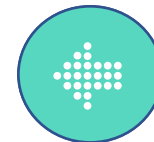
3-4 lektioner

Introduktion

Denne opgave finder du i **Grib erhvervsuddannelserne**, enten via lgotskills.dk eller i det trykte hæfte s. 108-113. Der er udførlig lærervejledning, og der medfølger ordforklaring og svar på opgaverne.

Der er endvidere beskrivelse af opgavens relation til Fælles mål.

De næste tre slides er til eleverne før, under og efter besøget på DM i Skills.



Naturfag

Pleje af borgere på medicinsk afdeling på et sygehus

Lige om lidt skal I til DM i Skills. Der vil I kunne få en masse indtryk og oplevelser med erhvervsuddannelser.

Når vi kommer hjem fra DM i Skills og tilbage til undervisningen vil vi kigge på, hvordan en Social- og Sundhedsassistent (SOSU) arbejder med medicin, matematik og naturfagene.

Det vi nu skal undersøge er:

- Hvordan man kan blive SOSU-assistent?
- Hvad jobbet som SOSU-assistent går ud på?

[Link til UG](#)

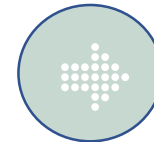
Naturfag

Hvad skal jeg huske at undersøge under DM i Skills?

Nedskriv og besvar på en blok eller din telefon

1. I skal under jeres besøg på DM i Skills undersøge, hvad SOSU-assistentene brænder for, og hvorfor de har valgt lige netop det fag?
2. Hvilken slags arbejdsopgaver har en typisk SOSU-assistent?
3. Hvilken slags mennesker arbejder SOSU-assistenten med?





Naturfag

Pleje af borgere på medicinsk afdeling på et sygehus

Introduktion

I arbejder som social- og sundhedsassistentelever på almenmedicinsk afdeling 410 på Næstved Sygehus. Afdelingen har plads til 26 patienter. Afdelingen modtager patienter til både planlagte og akutte patientforløb. I møder i dagvagt og skal varetage plejen hos Leo Sørensen, der ligger på stue 12.

Opgaver

- Du finder opgaven på [IGotSkills](#), eller hvis du har hæftet på s. 108-109.
Læs introduktionen til opgaven om SOSU-assistent almenmedicinsk afdeling 410 på Næstved
- Besvar derefter de 10 opgaver

Færdig før tid?

- Løs opgaver 1-4 under ekstra opgaver

Link til flere naturfagsforløb

Grib erhversuddannelserne

Fang ervervsuddannelserne

Sådan kan dit fag passe ind i uddannelse og job forløb, der forbereder og sikrer læring i forbindelse med DM i Skills

Grib erhvervsuddannelserne / Fang erhvervsuddannelserne

Her finder du en lang række opgaver for 7.-9. klassetrin, der tager udgangspunkt i folkeskolens fælles mål og målene for det obligatoriske emne Uddannelse & job og samtidig knytter sig til forskellige erhvervsuddannelser.



En halv gris

Gratis introforløb for 8. klasse.
2 dage med fokus på sund mad og gode råvarer. Eleverne lærer de enkelte kødstykker på en gris at kende, og tilberede forskellige retter med grisekød.



Lastbiler – Roadshow

Få besøg på skolen af transportbranchens specialdesignede truck, hvor eleverne kan prøve kræfter med chaufførjobbet – nu med både lastbil- og kransimulator.

Se flere på næste slide.....

Sådan kan dit fag passe ind i uddannelse og job forløb, der forbereder og sikrer læring i forbindelse med DM i Skills



Rollemodeller

Elever fra erhvervsuddannelser kan gratis bookes til et besøg i 7.-10. klasse i hele landet.

Med personlige fortællinger om deres vej til en erhvervsuddannelse, inspirerer de andre unge til at vælge deres uddannelsesvej.



Foto: Boss Ladies

Boss-Ladies - Udfordrer stereotyper

Vil du give dine elever viden og styrke til at vælge uddannelse på baggrund af deres talent fremfor deres køn? Boss-Ladies kan bookes til et undervisningsforløb for 7.-10. klasser.