

GRATIS

Lær at sige PYT



IDEKASSEN

Ro, trivsel og højere faglighed

Al kopiering, analogt og digitalt, af dette materiale eller dele deraf er tilladt i henhold til undervisningsinstitutionens aftale med Copydan Tekst & Node. Kopiering, der går ud over begrænsningsreglerne i aftalen med Copydan Tekst & Node, kan alene finde sted efter forudgående aftale med licensgiver. Idekassen udvikler selv tekst og illustrationer til materialet samt fremstiller/køber billeder. © Idekassen ApS



PYT

tryk og kom videre

Da der i 2018 var en afstemning fra bibliotekerne om danskernes yndlingsord, blev ordet "PYT" valgt med næsten 30 %.

Måske ordet "PYT" blev valgt som en modvægt til en stigende tendens til at skulle være perfekt og være efter andre, som ikke er det. Samtidig oplever vi en næsten kollektiv rettighed til at føle os krænket.

Disse følelser er negative og gør os ikke lykkelige, men mere bekymrede, triste og deprimerede. Derfor er det en god ide at arbejde med "PYT" hos børn. At lære børnene at give slip på unødvendige frustrationer, konflikter og modvirke den negative perfektionisme. Pyt skal selvfølgelig ikke erstatte at stå op for uret og vigtige beslutninger/handlinger som har betydning.

At sige pyt stiller krav til barnets forståelse, selvkontrol, mentalisering, empati, accept, fokusering og ikke mindst evnen til at nulstille.

Vil man arbejde med pyt, så er det vigtigt at tage sig tiden til at tale om alle de følelser og overvejelser man skal håndtere for at kunne sige PYT.

PYT-KLASSEMØDE

Lav et klassemøde og fortæl eleverne hvorfor, hvordan, hvornår og hvornår man ikke skal sige pyt. Lad eleverne komme med mange forskellige eksempler på situationer hvor man kan sige pyt og hvilken positive gevinster det vil give. Man kan visualisere disse situationer ved at eleverne laver dem som små skuespil.

PYT-PLAKAT

Lav i fællesskab en PYT- plakat med jeres aftaler og skriv forskellige situationer op, hvor det vil give mening at sige pyt også hvornår man ikke skal sige pyt, men sige fra eller søge hjælp hos en voksen.

PYT-KNAPPER

Lav i fællesskab en klasse-pyt-knap (eller køb en) som alle kan bruge, men lad også eleverne lave deres egen personlige knap som de har på bordet eller en altid har på sig f.eks. som et armbånd, halskæde eller bare som en tegnet rød prik på håndleddet.

Lav pytknapperne i Håndværk og design f.eks. i krympeplast, flamingo, træ eller karton.

PYT-BOG

Lad eleverne lave en PYT-bog hvor de kan tegne eller beskrive situationer hvor de brugte pyt.

PYT-TRØJE

Lav en fælles t-shirt/trøje hvor der står at klassen arbejder med pyt. Eleverne tager en ensfarvet t-shirt med i skole, som dekorerer med tuscher eller tøjfarve. Lad eleverne selv bestemme hvad der skal stå f.eks.: "Jeg siger PYT", "PYT det går nok", "PYT det er lige meget" eller lign.

PYT-SNAKKE

Brug 5 minutter efter hvert frikvarter på at høre de gode PYT historier og snak om hvilke situationer det ikke gav mening at sige pyt. Vær hele tiden positiv og ros, når det er lykket

PYT-LEGE ELLER PYT-SPIL

Lav selv eller lad eleverne lave små lege og spil som er uretfærdige og hvor eleverne hele tiden skal sige pyt. F.eks. når man rammer hinanden, tager bolden, er udenfor sidelinjerne, tager for mange skridt. Disse lege og spil må gerne være lidt overdrevet og det er vigtigt at eleverne forstår rammerne og hvad der forventes af dem

PYT-TEGNINGER

Lad eleverne lave store tegninger af situationer hvor PYT har hjulpet dem og hæng dem op i klassen. Lav evt. en fernisering for forældre eller skolekammerater, hvor eleverne kan vise og fortælle om deres successer. Kunne også være en aktivitet til samlinger for årgangen eller trin.

UGENS PYT-HISTORIE

Lav en kåring af ugens pyt-historie og lav en ramme med "UGENS PYTHISTORIE"

PYT-FILM

Er eleverne lidt ældre, kan de lave en minutfilm på deres mobiler, som vises på en filmfestival for forældre eller skolekammerater

God fornøjelse med materialet og jeg håber, at I får sagt en masse Pyt'er