



**Type** Bevægelsesaktiviteter, film og workshop

**Varighed** 235-270 minutter  
(5-6 lektioner)

**Trin** 7.-9. klasse

**Fag** Idræt, dansk, samfundsfag

**Verdensmål 10:** Mindre ulighed

# De uønskede helte

## Formål

Dette læringsmodul behandler temaet ulighed, som er en del af verdensmål 10. Eleverne bliver gennem dokumentarfilmen "De uønskede helte" introduceret til handicappede marokkanske atlethers livsvilkår og deres ulige muligheder for at dyrke deres sport.

Eleverne vil i forløbet på egen krop og gennem idrætsaktiviteter møde ulige vilkår og gøre sig erfaringer med disse. Formålet er at få eleverne til at reflektere over ulighed mellem mennesker med og uden handicap, såvel som mellem hudfarver, økonomiske klasser og mellem lande i verden.

## Forberedelse

Læringsmodulet består af tre dele, som med fordel kan afvikles over samme dag. Disse forberedelser skal underviseren gøre sig for at være klar:

Første del foregår i et klasselokale. Underviseren skal introducere verdensmålene og specifikt mål nummer 10, Mindre ulighed. Derefter skal eleverne se dokumentarfilmen "De uønskede helte". Filmen kan ses HER, eller på [www.filmstriben.dk](http://www.filmstriben.dk) med søgeord: De uønskede helte. Filmens originaltitel er "We Could Be Heroes", og du kan læse mere om den HER.

Anden del foregår på skolens udeareal. Eleverne skal prøve kræfter med 4 atletikdiscipliner, og det er en fordel, at de har idrætstøj på. Underviseren skal introducere eleverne for aktiviteterne og lave grupper samt sørge for, at grupperne starter ved forskellige stationer.

I sidste del skal eleverne være i nye grupper, hvor de arbejder med nogle dilemmaer. Du kan selv vælge, om du afsætter 1 eller 2 lektioner til denne del, alt afhængig af, hvor meget tid I vil bruge på opsamlingen til sidst.

## Materialer og faciliteter

I 1. del af forløbet skal foregå i et lokale, hvor eleverne i fællesskab kan se dokumentarfilmen "De uønskede helte" (We Could Be Heroes). Filmen tager 52 minutter.

2. del skal afvikles udenfor, gerne på en atletik- eller boldbane, da aktiviteterne kræver meget plads. Der skal være plads til følgende 4 stationer: 1) 100 m løb, 2) 400 m løb, 3) kast (enten bold, spyd eller kuglestød), 4) længdespring. Der skal bruges følgende rekvisitter: 1) sjippetov el.lign. til at binde armene sammen med, 2) tørklæde el.lign. til at binde for øjnene + snor el. vest til at holde i, 3) bold, spyd eller kugle. Hver gruppe skal desuden have et print af Arbejdsark 1.

3. del kan foregå både ude eller i et klasselokale. Her gruppe skal have et print af Arbejdsark 2.





## Beskrivelse

### 1. DEL

Underviseren introducerer dagens emne. Forklar kort, hvad verdensmålene er, og forklar eleverne, at fokus for deres arbejde i dag specifikt er verdensmål nummer 10, Mindre ulighed. Fortæl dem også, at de helt konkret skal gå til emnet ved at undersøge og afprøve, hvilke vilkår handicappede sportsudøvere har rundt om i verden. Fortæl eleverne om dagens program.

Nu skal eleverne se dokumentarfilmen "De uønskede helte". Filmen er en bemærkelsesværdig, stærk og smuk skildring af to handicappede marokkanske atleters kamp for ikke at blive diskrimineret i deres sport så vel som i livet generelt.

Filmen kan ses på filmstriben.dk, søgeord: De uønskede helte.

### 2. DEL

Eleverne skal selv afprøve, hvad det vil sige at dyrke idræt med et handicap. Underviseren igangsætter en del aktiviteter ud fra Arbejdsark 1, der følger med til dette læringsmodul. Det er tilrettelagt, så grupper af 5-6 elever selv kan organisere og gennemføre aktiviteterne. Eleverne afprøver først aktiviteten uden handicap og dernæst med handicap.

Denne praktiske del gør, at eleverne på egen krop oplever, hvad det vil sige at dyrke idræt med funktionsnedsættelse. De kan i fællesskab med deres klassekammerater opleve nye udfordringer, og hvordan idræt for mennesker med handicap kan være lige så sjovt og udfordrende som al anden idræt.

Eleverne skal prøve følgende fire aktiviteter. Først uden handicap (a) og dernæst med handicap (b):

- 100 meter løb.
  - 100 meter løb uden brug af armene. Armene bindes forsigtigt på ryggen.
- 400 meter løb.
  - 400 meter løb som blind. Eleven får bind for øjnene og løber med en hjælper. De holder sammen ved hjælp af en lille snor el. overtræksvest.
- Kast med tilløb. Prøv enten med bold, spyd eller kuglestød.
  - Siddende kast eller stød. Eleven kaster bold, spyd eller støder kuglestød fra siddende position.
- Længdespring med tilløb.
  - Stående længdespring. Længdespring uden tilløb.

### 3. DEL

Efter idrætsaktiviteterne mødes eleverne i et klasselokale. Hvis vejret er godt, kan denne del af forløbet også fortsætte udendørs.

Eleverne skal nu forholde sig til en række dilemmaer i relation til dagens tema og det, de har set i filmen og afprøvet på egen krop gennem idrætsaktiviteterne. Eleverne brydes op i nye grupper på 4-5 elever. I disse grupper arbejder de med de spørgsmål og opgaver, der findes på Arbejdsark 2.

Dagen kan afsluttes med en kort opsummering og fælles snak om, hvordan eleverne ser perspektivet for mindre ulighed i verden. Hvad kan vi lykkes med, og hvad bliver svært at gøre noget ved?

#### LINKS OG ØVRIGE KILDER

Tilbud fra Parasport Danmark om besøg på skoler med oplæg og udstyr:

<https://parasport.dk/media/2841/proev-kraeften-med-parasport.pdf>

## ARBEJDSARK 1

Elevark



### IDRÆT MED OG UDEN HANDICAP

I skal nu prøve kræfter med en række idrætsaktiviteter. I skal gennemføre dem med og uden handicap. De fire øvelser er atletikdiscipliner. I skal forsøge at gøre jeres bedste og have fokus på de fysiske og mentale forskelle på at gennemføre med eller uden handicap. Tag gerne tid og mål jeres resultater.

I skal starte med den samme disciplin. Først prøver I uden handicap og derefter med.

- 100 meter løb.
  - 100 meter løb uden brug af armene. Armene bindes forsigtigt på ryggen.
- 400 meter løb.
  - 400 meter løb som blind. Løberen får bind for øjnene og løber med en hjælper. I holder sammen ved hjælp af en lille snor, en overtræksvest eller lignende.
- Kast med tilløb. Prøv enten med bold, spyd eller kuglestød.
  - Siddende kast eller stød. Kast bold, spyd eller stød kuglestød fra siddende position.
- Længdespring med tilløb.
  - Stående længdespring. Længdespring uden tilløb.



## ULIGE SPORTSDRØMME – DILEMMARUNDE

I skal i jeres gruppe drøfte disse spørgsmål:

Sæt jer i en rundkreds. Start med at en person læser første dilemma op. Den, der sidder til højre for, skal svare først. På den måde skiftes I til at svare. I skiftes også til at stille et nyt spørgsmål.

Selvom en af jer svarer først, skal I alle forholde jer til dilemmaet og komme med jeres bud.

- Du oplever at blive behandlet ulige i skolen. Hvad gør du ved det?
- Forestil dig, at dit håndboldhold ikke bliver tilmeldt et stort og spændende stævne. Det bliver andre hold i klubben til gengæld. Hvordan vil du have det med det, og vil du gøre noget ved det?
- Forestil dig, at du har et handicap. Skal du deltage i idrætsundervisningen? Hvad vil det betyde for de andre elever?
- En OL-guldvinder får 100.000 kr. i bonus. En OL-guldvinder i parasport får 50.000 kr. i bonus. Hvad tænker du om det? Og hvorfor tror du, det er sådan?
- I filmen "De uønskede helte" skildres to handicappede atleters kamp for at få lov til at dyrke deres idræt. Nævn et problem eller et dilemma de står i, der gjorde indtryk på dig. Hvordan synes du, de løste det dilemma?