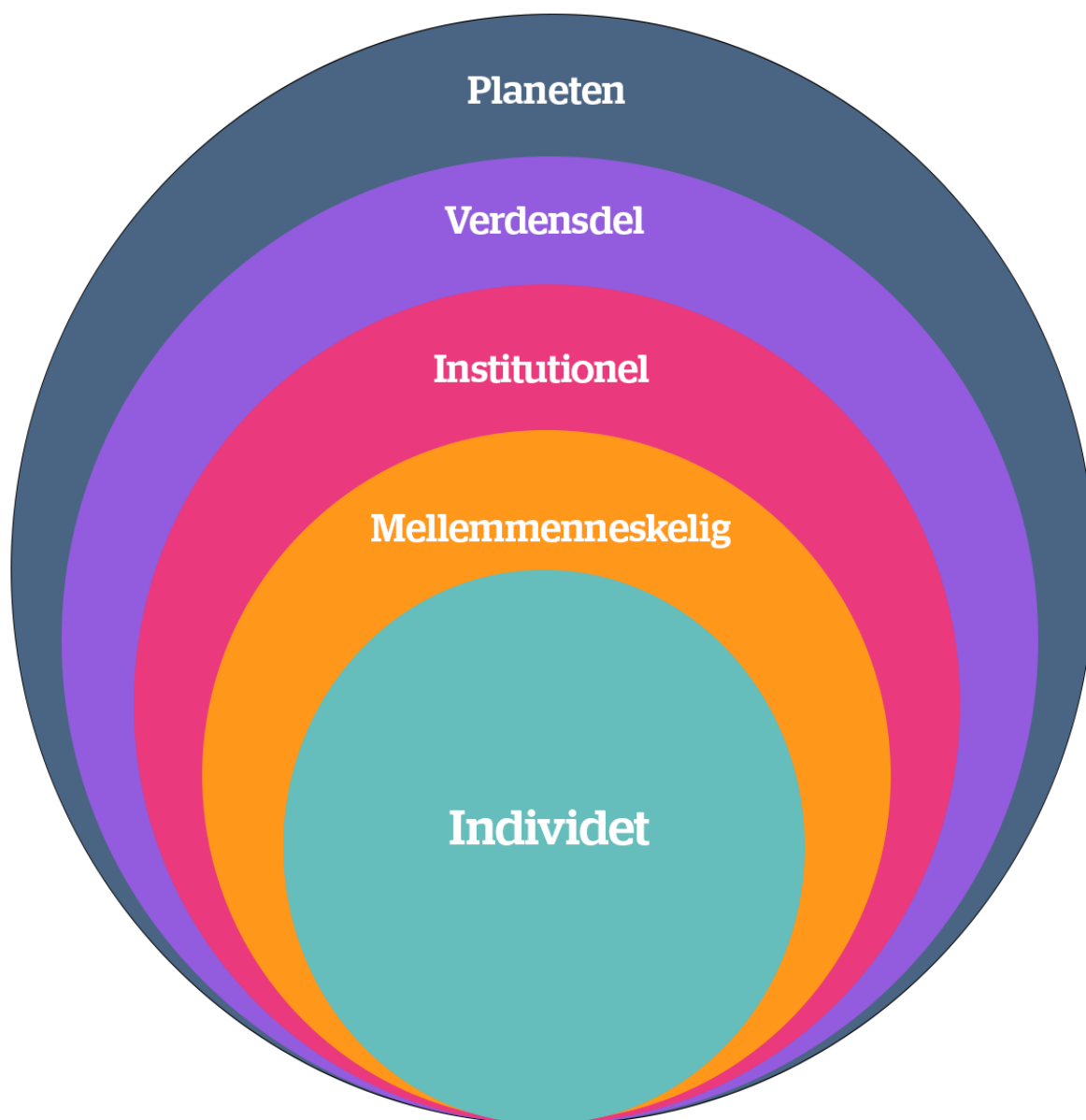


Undervisningsplan - *Fra viden til handling - Du betyder noget*



(Illeris, K., 2014. *Læring i konkurrencestaten*)

Model: Knud Illeris' 5 niveauer for bæredygtighedslæring (2014)

Varighed: 5 lektioner (å 45 min)

Målgruppe: AMU- eller EUD-kursister

Tema: Fra afmagt til handlekraft - at opleve, at små handlinger betyder noget.

STEP
01

Planetens bæredygtighed

Lektion 1. Viden - Hvad handler bæredygtighed om?

Formål: Skabe fælles forståelse for bæredygtighed som noget, der angår *alle* - ikke kun politikere eller store virksomheder.

Aktivitet:

- Introduktion og visning af videoen "*Du betyder noget*".
- Kort fælles samtale: *Hvad gør filmen ved dig? Hvad er dens budskab?*
- Underviser forklarer: "Filmen peger på det, som kurset handler om - at bæredygtighed starter i det små."
- Kort oplæg om Verdensmål og fx Triple Bottom Line (økonomi, miljø, socialt). (Elkington, Triple Bottom Line, 1997)

Materialer:

Video "*Du betyder noget*", PowerPoint med Verdensmål, Knud Illeris' 5 niveauer for bæredygtighedslæring. (2014)

UNESCO-kompetencer: Systemtænkning og empati. (Den danske UNESCO-nationalkommission, 2025. Oplag 1.)

STEP
02

Verdensdelens bæredygtighed

Lektion 2. Forståelse - Hvordan hænger det sammen med dit arbejde?

Formål: Forstå, at dit valg i fag og hverdag har betydning for ressourcer, klima og fællesskab.

Aktivitet:

- Gruppearbejde med fx Sommerfuglemodellen (cirkulær økonomi).*
 - Vælg et produkt eller arbejdsområde.
 - Kortlæg, hvordan ressourcer bruges, og hvor der kan spares eller genbruges.
- Fremlæg for hinanden: Hvilke valg i dit fag har størst effekt?
- Lærer kobler tilbage til speakens linje:

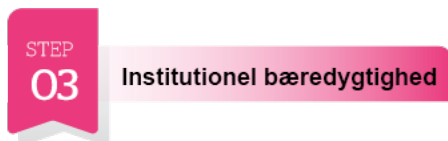
“Når du vælger at reparere i stedet for at smide ud ... så mærker verden det.”

Materialer:

A3-ark med fx Sommerfuglemodellen, tuscher, citater fra speak.

UNESCO-kompetencer: Kritisk tænkning og problemløsning. (Den danske UNESCO-nationalkommission, 2025. Oplag 1.)

**(Sommerfuglemodellen,
Ellen MacArthur Foundation, 2013,
Towards the Circular Economic
and business rationale for
an accelerated transition)*



Lektion 3. Holdning - Hvad mener jeg selv?

Formål: Skabe refleksion og stillingtagen - hvad betyder bæredygtighed for *mig*?

Aktivitet:

- “Dilemmalinje” i klassen: Underviser læser udsagn op:
 - “Jeg kan ikke gøre en forskel.”
 - “Det er vigtigere at spare tid end at spare energi.”Kursisterne placerer sig fysisk på en linje fra “Enig” til “Uenig” og forklarer deres valg.
- Kort debat i grupper - hvilke tanker vækker det?
- Til sidst læser underviseren et stykke fra speaket:

“Men verden begynder at forandre sig - i dig. I det lille øjeblik, hvor du vælger at gøre noget.”

Materialer:

Dilemmakort, uddrag fra video, whiteboard til opsamling.

UNESCO-kompetencer: Normativ kompetence og refleksion. (Den danske UNESCO-nationalkommission, 2025. Oplag 1.)

STEP
04

Mellemmenneskelig bæredygtighed

Lektion 4. Handling - Gør noget konkret

Formål: Eleverne oplever, at deres valg har virkning - selv i det små.

Aktivitet:

- Hver deltager vælger en mikrohandling (fx spare strøm, reparere, bruge restmad, tage cyklen).
- De noterer, hvad de vil gøre og hvorfor (refleksionsark).
- Efter nogle dage: De deler erfaringer - hvad lykkedes, og hvordan føltes det?

Materialer:

Refleksionsark "*Min lille handling*", kamera eller mobil (*dokumenteret af foto af handling*).

UNESCO-kompetencer: Strategisk handling, ansvarlighed. (Den danske UNESCO-nationalkommission, 2025. Oplag 1.)

STEP
05

Individuel bæredygtighed

Lektion 5. Fællesskab og mening - Vi gør det sammen

Formål: At forankre læringen gennem fællesskab og emotionel mening.

Aktivitet:

- Klassen ser filmen "*Du betyder noget*" igen - nu med nye øjne.
- Fælles refleksion:
 - *Hvilke ord eller billeder ramte dig denne gang?*
 - *Hvordan passer de til det, du har gjort?*
- Afslutning i rundkreds: Hver deltager afslutter sætningen:

"Jeg kan gøre en forskel ved at ..."

- Underviser slutter med speakens sidste linje:

"For du betyder noget."

Materialer:

Video, evt. stille baggrundsmusik, refleksionskort.

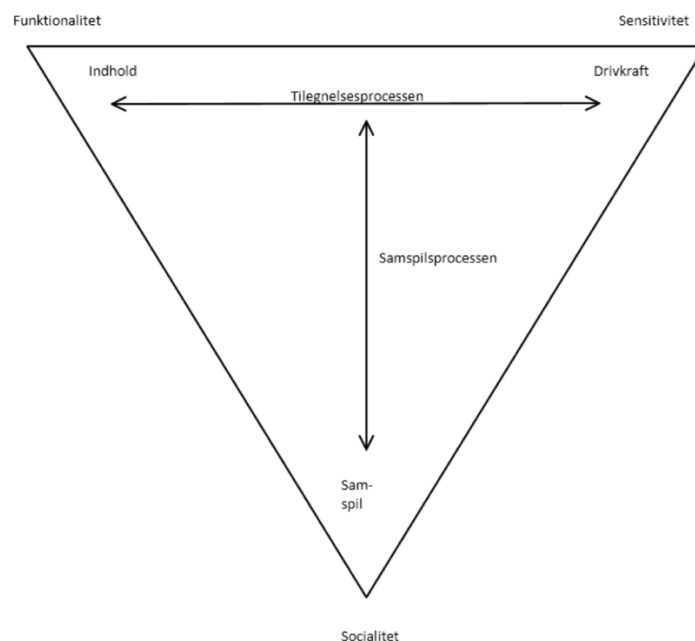
UNESCO-kompetencer: Samarbejde, empati, fremtidskompetence. (Den danske UNESCO-nationalkommission, 2025. Oplag 1.)

Evaluerings og dokumentation

- Observation af dialog og deltagelse.
- Samling af refleksionsark og fotos fra mikrohandlinger.
- Kort quiz eller feedbackrunde:
"Hvad tager du med dig herfra?"

Lærers refleksion

- Filmen "*Du betyder noget*" fungerer som emotionel katalysator. Filmen skaber mening, håb og tro på, at handling nytter.
- Eleverne reagerer positivt på, at bæredygtighed forbindes med *dem selv* og ikke med abstrakte globale problemer ved at tale om bæredygtighed som overskuelige micro handlinger.
- Fokus på den enkeltes selvværdsfølelse.
- Video og speak sætter følelser, viden og handling i samspil - præcis som Illeris' læringstrekant beskriver.



(Illeris, K.; 2009, Læring. 2. udgave)

Formålet med dette forløb er at omsætte **viden til handling** gennem forståelse, motivation og fællesskab. Deltagerne skal opleve, at **deres handlinger gør en forskel** – både på arbejdspladsen, i hverdagen og for verden omkring, dem nedbrudt til overskuelige microhandlinger. Forløbet bygger på **Knud Illeris' læringstrekant (2009)**, hvor læring forstås som et samspil mellem **indhold, drivkraft og samspil**.

Indhold – Viden og forståelse

Deltagerne introduceres til centrale emner som:

- Bæredygtighed og ansvarligt forbrug
- Arbejds miljø og trivsel
- FN's Verdensmål og lokale initiativer
- Egen rolle i arbejdsfællesskabet

Formålet er at skabe **viden og indsigt** i, hvordan små valg og handlinger kan bidrage til større forandringer. Deltagerne lærer at se sammenhængen mellem deres fag, samfundet og planeten.

Drivkraft – Motivation og mening

Læring bliver kun til handling, når den **føles meningsfuld**. Derfor arbejder vi med:

- Personlige værdier og motivation: *Hvorfor betyder det noget for mig?*
- Refleksioner over egne vaner, valg og ansvar
- Inspiration gennem fortællinger, fx temaet "*Du betyder noget*" – at hver enkelt kan gøre en forskel

Her aktiveres deltagernes **indre drivkraft**, så læring ikke blot handler om viden, men om at tage ejerskab og lyst til at handle.

Samspil – Fællesskab og praksis

Læring sker i mødet med andre. Gennem samarbejde, dialog og fælles opgaver styrkes forståelsen for, hvordan **fællesskab skaber forandring**. Deltagerne arbejder med:

- Gruppearbejde og refleksioner over praksis
- Små handlinger i hverdagen, der skaber bæredygtige vaner
- Deling af erfaringer – hvad virker, og hvad kan vi gøre sammen?

Samspillet giver rum til at **afprøve ideer, spejle sig i andre og skabe fælles ejerskab**.

Fra viden til handling

Når **indhold, drivkraft og samspil** mødes, opstår reel læring og handling.
Deltagerne afslutter forløbet med en **konkret handlingsplan**, hvor de beskriver:

- Hvad de har lært
- Hvilke handlinger de vil tage med sig
- Hvordan de kan inspirere andre

Forløbet rundes af med budskabet:

Ingen kan redde verden alene, men verden forandres af de små ting, vi gør.

Et smil, en idé, en samtale eller en handling kan være starten på større forandring.
Når du handler bevidst, i dit arbejde, dit fællesskab og dit liv.

... for du betyder noget.