

Strømmen går - klarer familien seg?

Lærerveiledning og fasit - Forsvarlig Skole pilot

Trinn 5.-7. trinn	Tid 45-60 min	Fag Samfunnsfag · Naturfag · Matematikk	Forberedelse Ca. 5 min
----------------------	------------------	---	---------------------------

Formål

Elevene skal forstå noen praktiske følger av et strømbrydd, oppdage hvor avhengige hverdagsfunksjoner er av strøm, regne på vannbehov og øve på å vurdere informasjonskilder. Undervisningen skal skape mestring og nysgjerrighet, ikke frykt.

Læringsmål

- forklare egenberedskap med egne ord
- gi eksempler på ting i hverdagen som er avhengige av strøm
- beregne omtrent hvor mye drikkevann en husholdning trenger etter DSBs råd
- nevne flere pålitelige informasjonskilder under en hendelse
- forklare hvorfor samarbeid kan være en del av god beredskap

Trygg åpning

Forslag: «I dag skal vi øve på hva som skjer når noe vi vanligvis tar for gitt, plutselig ikke virker. Vi gjør dette for å forstå mer og bli bedre forberedt - ikke for å bli redde.»

Unngå spørsmål om familiens økonomi, medisiner eller andre private forhold.

Gjennomføring

Tid	Del	Hva skjer?
0-5 min	Introduksjon	Hva betyr beredskap? La elevene foreslå forklaringer før «egenberedskap» introduseres.
5-15 min	Strømmen går	Tirsdag i januar kl. 17.30. La elevene finne ting som slutter å virke og følgvirkninger som kan komme senere.
15-25 min	Informasjon	Seks timer senere fungerer mobilnettet dårligere. Diskuter avsender, relevans og hvordan informasjon kan kontrolleres.
25-35 min	Vann og matematikk	Bruk DSBs råd om rundt 20 liter drikkevann per person per uke. Regn på 1, 2, 3 og 4 personer.
35-45 min	Prioritering	Gruppene velger fem nyttige ting/handlinger og må begrunne valgene.
45-55 min	Fellesskap	Naboen trenger hjelp med vann. Skill mellom trygge barneoppgaver og voksenansvar.
55-60 min	Oppsummering	«Én ting jeg lærte i dag, er ...» og hjemmeoppgaget.

Fasit og lærerforklaringer

1. Hva påvirkes av et strømbrudd?

Typiske svar: lamper, kjøleskap, Wi-Fi-router, mobil-lading, elektrisk komfyr, noen typer oppvarming og mange betalingsløsninger. Papirbok er med som tydelig eksempel på noe som ikke trenger strøm. Godkjenn andre begrunnede eksempler.

2. Vannregning

A: 40 liter B: 60 liter C: 80 liter D: 16 femliterskanner.

Forklar at «rundt 20 liter» er et beredskapsråd for minimumsbehov gjennom en uke. DSB opplyser at vann trengs til drikke, matlaging og noe hygiene.

3. Informasjonskilder

Ikke bruk en rigid 1-4-fasit. Elevene bør kunne forklare hvorfor tydelige og relevante avsendere er et bedre utgangspunkt enn ukjente kontoer eller skjermbilder uten kilde.

Spør: Hvem er avsender? Er kilden relevant? Kan opplysningen kontrolleres? Er meldingen ny?

4. Velg fem

Ingen absolutt fasit. Sterke valg vil ofte være drikkevann, lommelykt, batteribank, varme klær/tepper, radio eller annen plan for informasjon, mat som tåler lagring og nødvendige medisiner (voksenansvar). Vurder begrunnelsen fremfor rekkefølgen.

5. Beredskap handler også om mennesker

Mulige svar er å hente en voksen, bidra med lette og trygge oppgaver eller avtale samarbeid mellom familier/naboer. Barnet skal ikke få inntrykk av at det alene har ansvar for naboens sikkerhet.

6. Hjemmeoppdrag

Ingen fasit. Oppgaven skal starte en samtale uten å rangere familiens økonomi, utstyr eller beredskap.

LK20 og faglig grunnlag

Samfunnsfag etter 7. trinn

Opplegget kan brukes i arbeid med samfunnsfaglig undersøkelse, refleksjon rundt fakta/meninger/kommersielt budskap og sammenligning av hvordan ulike kilder kan gi ulik informasjon om samme tema.

Naturfag etter 7. trinn

Opplegget kan brukes i arbeid med årsak-virkning, teknologiske systemer som består av deler som virker sammen, og hvordan elektrisk energi utnyttes i dagliglivet.

Sikkerhetsregel

Barn skal ikke instrueres til å bruke stormkjøkken, åpen ild, drivstoff, generator eller medisiner alene. Slike handlinger er voksenoppgaver.

Kilder

DSB - Vann i beredskap
<https://www.dsb.no/sikkerhverdag/egenberedskap/vann-i-beredskap/>

Udir - Kompetansemål etter 7. trinn, samfunnsfag
<https://www.udir.no/lk20/saf01-05/kompetansemaal-og-vurdering/kv1150>

Udir - Kompetansemål etter 7. trinn, naturfag
<https://www.udir.no/lk20/nat01-05/kompetansemaal-og-vurdering/kv1077>

Sist faglig kontrollert: 22.09.2026

Merk: Koblingen til LK20 beskriver hvordan ressursen kan brukes i undervisningen. Forsvarlig Skole hevder ikke at opplegget er godkjent eller kvalitetssikret av Utdanningsdirektoratet.