

HÅNDBOG FOR SUPERHELTE

AF ELIAS VÅHLUND EFTER GRAPHIC NOVEL
SERIEN AF SAMME NAVN AF ELIAS OG AGNES
VÅHLUND



OT
ODENSE
TEATER

UNDERVISNINGSMATERIALE 2025/2026

GRUNDSKOLEN 1. - 6. KLASSE

1

INDHOLDS- FORTEGNELSE

1	Indholdsfortegnelse	2
2	Holdet bag Håndbog for superhelte	3
3	Materialevejledning til læreren	4
4	Mobning og superhelte - forfatterens forord	5
5	Forbered eleverne før I skal se forestilling	6
6	Læs bøgerne	7
7	Om forestillingen og hvordan den ser ud	8
8	Din egen superheltemaske - billedkunst	14
9	En superhelt i aktion - billedkunst	15
10	Graphic novel - dansk	16
11	Analyser historien - efter forestillingen	18
12	Opvarmning til dramaøvelser	19
13	Superhelte vs superskurke	20
14	Superhelteskolen	21
15	Visningsopgave	23
16	Et trygt fællesskab	24

2/HOLDET BAG

HÅNDBOG FOR SUPERHELTE

Manuskript

/ ELIAS VÅHLUND

Efter graphic novel serien Håndbog for superhelte

/ ELIAS OG AGNES VÅHLUND

Oversættelse

DICTE CHRISTIANSEN HOUMØLLER

Iscenesættelse

/ PER SMEDEGAARD

Scenografi

/ PETER SCHULTZ

Lysdesign

/ ERIK CHRISTOFFERSEN

Lyddesign

/ MALTJE HAUGAARD

Koreografi

/ ESA ALANNE

Dramaturg

/ MATHIAS ROSENKRANDS BECH

Medvirkende

/ LUISE KIRSTEN SKOV

Lisa

/ MALENE MELSEN

Mormor/Caroline

/ MIKKEL BAY MORTENSEN

Wolfgang/Gorillaen Carl/Henrik

/ KLAUS T. SØNDERGAARD

Ponsonby-Jones/Lars/Journalist/

Cirkusdirektør/Hamster

/ LOUISE DAVIDSEN

Nico/Rebecka

/ CHRISTOPHER FOYEØH NALLO

Max/Tyv/Ulv

/ LAURIDS SKOVGAARD ANDERSEN

Robert/Tyv/Ulv

COLOMBINE TEATERFÖRLAG

UNDERVISNINGSMATERIALET TIL HÅNDBOG FOR SUPERHELTE ER SKREVET AF

LINE HEDE SIMONSEN / Skolekoordinator, Odense Teater

RIKKE KLOKKER GRØNNING / Skolekontakten, Odense Teater opgaver i dansk og billedkunst

TRINE ANJA PETERSEN / Teaterpædagogisk konsulent Odense Teater

PETER SCHULTZ / Scenograf og copyright på kostumetegninger

EMILIA THERESE / Forsidefoto

3 / TIL LÆREREN

MATERIALE
VEJLEDNING

Da Elias Våhlunds datter blev drillet i skolen, besluttede han sig for, sammen med Agnes Våhlund, at skrive en historie som kunne få børn til at tale om mobning og trivsel uden rigtig at lægge mærke til det.

I dette materiale er der idéer til at arbejde med historien på et væld af forskellige måder. Du kan didaktisere idéerne så de passer til den aldersgruppe, som du skal se forestillingen med og du kan plukke de emner, som du synes passer bedst.

Læs om instruktørens og scenografens tanker med forestillingen og de inspirationskilder, de har haft til universet.

Der er opgaver, der fokuserer på genren graphic novel, og lægger på til at skrive og tegne sin egen.

Der er kreative opgaver, der lægger op til at finde

frem til hvilke superkræfter, man selv kunne tænke sig. Der er idéer til at nærme sig emnet kreativt med at tegne, skabe sin egen superheltemaske, lave forskellige dramalege der alt sammen giver mulighed for at udfolde tanker om hvad der kendetegner superhelte og superskurke. Der er blandt andet en superhelteskole, hvor I kan øve nogle af de mange superheltekræfter, som Lisa læser om i håndbogen.

Og naturligvis er der gode idéer til at tale om trivsel, social trykthed og mobning med dine elever.

Rigtig god fornøjelse med forestillingen og arbejdet med den.

PRAKTISK INFORMATION OM FORESTILLINGEN

10. MAR. - 8. APR.

SPILLESTED / Teatersalen, Odeon, Odeons kvarter 1, 5000 Odense C

ANBEFALES / fra 1. - 5. klasse

VARIGHED / 1 time og 20 minutter. Der er ikke pause i forestillingen

DAGFORESTILLINGER

Udvalgte dage kl. 10.00 og kl. 13.00 / Skolepris 70 kr. elev og 40 kr. lærer

SPØRGSMÅL / Har du spørgsmål omkring forestillingen eller undervisningsmaterialet, kan du kontakte skolekoordinator Line Hede Simonsen på line@odenseteater.dk eller på tlf. 29343339.

BESTIL BILLETTER /

på www.odenseteater.dk/skoler/skoler

Har du problemer med at booke dine billetter er du velkommen til at kontakte os på skole@odenseteater.dk eller på telefon 66 12 00 52.

4 / FORFATTERPARRET BAG GRAPHIC NOVEL SERIEN HANDBOG FOR SUPERHELTE

MOBNING OG SUPERHELTE

Her fortæller Elias og Agnes Våhlund om hvorfor de skrev bøgerne om Lisa og hendes superhelteeventyr:

Da min datter var ni år gammel, blev hun drillet i skolen. På trods af gentagne samtaler med skolen fortsatte mobningen. Ud af den frustration opstod et ønske om at finde redskaber til, hvordan vi kan tale med børn om dette. Jeg ville skrive en fortælling, som var så spændende, at alle elever i klassen havde lyst til at vide, hvad der skete bagefter. Disse fortællinger håbede jeg kunne danne grundlag for, hvordan vi er over for hinanden i skolen. Jeg ville ganske enkelt narre børnene til at tale om mobning.

At det skulle handle om superhelte, var en selvfølge. Agnes, som laver alle illustrationerne, er nemlig superhelteekspert. Hun ved alt, hvad der er værd at vide om den verden. Det er også hende, der oftest finder på alle de forskellige superkræfter. For Agnes var det lige så selvfølgeligt, at der skulle være mange billeder. Hun så straks fortællingen som en blanding af børnebog og grafic novel.

At vores fortælling nu bliver opført på Odense Teater, er en drøm, der går i opfyldelse. Det betyder jo, at endnu flere børn og voksne får del i Den Røde Maskes eventyr. Og måske får det flere mennesker til at begynde at tale om mobning og om vigtigheden af at være søde og ordentlige ved hinanden.

Elias og Agnes Våhlund

5 / FORBERED ELEVERNE PÅ TEATRET

FØR I SKAL SE FORESTILLING

Tag en samtale med dine elever om hvad I skal opleve. Det skærper sanserne og oplevelsen.

Lad eleverne to og to reflektere over spørgsmålene før I taler om dem i plenum. Det gør det mindre sårbart at fortælle for alle når man er to afsendere.

Det kan også være en god idé at lade eleverne skrive deres tanker ned, inden I taler sammen allesammen.

Find den metode, der gør dine elever mest modige.

HVAD TÆNKER DU PÅ NÅR DU HØRER ORDET TEATER?

HVAD TRØR DU GEMMER SIG BAG TITLEN HANDBOG FOR SUPERHELTE?

HVAD KOMMER DU TIL AT TÆNKE PÅ NÅR DU SER BILLEDET PÅ FORSIDEN AF MATERIALET?

HVAD TRØR DU, DU SKAL OPLEVE?

HVAD TRØR DU, DER KOMMER TIL AT SKE?

HVAD KOMMER DU TIL AT SE, HØRE, MÆRKE?

Notér hvilke ord og ting, I taler om og vend tilbage til spørgsmålene, når I har set forestillingen.

Tal emnerne igennem igen og se hvad I synes nu!

HENT MERE INSPIRATION

På Teatercentrums hjemmeside er der mange gode og lettilgængelige idéer til, hvordan du kan tale med dine elever om teater både før og efter forestillingen. Der er idéer, der passer både til indskoling, mellemtrin og også større børn.

<https://teatercentrum.dk/teatercentrums-formid-lernetvaerk/scenekunst-og-undervisning/>

6/EN GOD LÆSESTART

LÆS BØGERNE

Forfatter Elias Våhlund har selv bearbejdet bøgerne til teatret og han har taget udgangspunkt i de første 4 bind i serien.

Det er en god idé at kombinere forestillingen med at læse eller lytte til bøgerne. Det kan både være før og efter, I har set forestillingen.

Det kan være som opstart til forestillingen, men også for at kunne sammenligne og finde forskelle på bog og forestillingen.

TEGNESERIE OG LÆSNING

Tegneserier er en god måde at give nye læsere mod på at kaste sig ud i egen læsning.

Tegneserier ER læsning
<https://cfu.phabsalon.dk/tegneserier-er-laesning-alle-ord-taeller>

Ny litteraturhandlingsplan som skal give børn og unge læselysten tilbage ser tegneserien som en vigtig del af denne indsats
<https://kum.dk/aktuelt/nyheder/kulturministeren-styrker-litteratur-og-laesning-i-ny-litteratur-handlingsplan>



7 / HVORDAN SER FORESTILLINGEN UD OG HVORFOR

OM FORESTILLINGEN

Scenograf Peter Schultz og instruktør Per Smedegaard har arbejdet sammen om at skabe forestillingen Håndbog for superhelte.

INSTRUKTØR PER SMEDEGAARD

Jeg er så glad for med denne forestilling at vende tilbage til Odense Teater som iscenesætter – og for, at teatret bad mig læse bogen. For allerede i forordet hæftede jeg mig ved sætningen: "Du kan flygte fra dine fjender, men du kan ikke flygte fra dig selv."

Desværre genkendte jeg med det samme mig selv i Lisa og i de situationer, hun står i, da bøgerne begynder. Det kickstartede en dialog med scenograf Peter Schultz og skabte et stærkt ønske om at sætte spot på de børn, der står i udkanten af flokken eller går langs væggene i skolegården. Vi lod os derfor inspirere af både punk, spejdere, manga og Billie Eilish i arbejdet med karakterernes kostumer og sminke.

Graphic novel- og tegneseriegenren har naturligt dannet rammen om udviklingen af forestillingens univers. I første omgang skabte det et todimensionelt udtryk, men de levende situationer og præcise karakterer rummer jo langt flere dimensioner.

Derfor har prøverne kredset om at finde en scenisk stil, hvor både udtryk og karakterer er skåret tydeligt og markant – inspireret af tegneseriens større og klarere formsprog – men samtidig er menneskelige og genkendelige for både børn og voksne.

Det vigtigste for os har været at tage vare på, at det er en pige, der er Den Røde Maske. Vi ønskede at skabe en superhelt, der hverken blev kønnet eller stereotyp, så det netop bare er Lisa – en pige – der bliver Rosenhills superhelt.

Det synes jeg i al beskedenhed, at vi – og selvføl-

gelig Luise Kirsten Skov og de andre skuespillere – er lykkedes rigtig godt med.

SCENOGRAF PETER SCHULTZ

Forestillingen bygger på en graphic novel som Agnes og Elias Våhlund har skabt. Jeg havde ikke lyst til at kopiere det de har lavet, og jeg har derfor opfundet en ny æstetik, der kan bære at blive taget ud af tegneserien og blive blandet sammen med virkelige mennesker på en scene.

Det handler meget om proportioner og om hvad der kan lade sig gøre i den fysiske verden, som vi lever i. Altså at vi, i modsætning til tegneserierne, er underlagt fysikkens love.

Jeg har bevidst undladt at læse bøgerne og studere universet nærmere, for at undgå at forholde mig for meget til det stilmæssige oplæg, så min inspiration har primært været de klassiske superheltefortællinger og dertilhørende konventioner. Og så har jeg tegnet det hele i fri hånd for at understrege tegningens karakter.

I forhold til kostumerne har jeg været inspireret af manga og anime, der traditionelt arbejder meget med ekstreme modsætninger i både former og skala. For eksempel meget store og boxy sweatere og meget tynde ben osv. Også parykkerne er stærkt inspireret af den asiatiske tegnestil.

Når jeg tænker på en superhelt, tænker jeg altid på en ensom selvtægtsmand eller -kvinde i en stor mørk by. Derfor vidste jeg med det samme at der skulle være en skyline i baggrunden.

For at skabe ekstra fart og forstærke bevægelserne i rummet, valgte jeg at lave 3 forskellige skyliners i 10 meters bredde og montere dem forskudt for hinanden på nogle arme, som jeg kalder parallaxse-horisonten.

Når disse arme svinger op og ned, eller fra side

til side, bevæger de tre skylines sig i forhold til hinanden, altså parallaktisk, som træerne i en skov bevæger sig forbi i forskellige tempi, alt efter hvor tæt de er på vejen. På den måde forstærker de den bevægelse som vores hovedkarakter laver på scenen.

Når Lisa løber på tværs af scenen, ser det ud som om at hun løber hurtigere og længere, og når hun løftes op i luften, sænker hele dette system sig ned under horisonten, og giver indtryk af at hun svæver højt op over byen.

Parallakse-horisonten er altså designet til at bevæge sig kontrapunktisk i forhold til hende og derved overdrive hendes bevægelser og gøre fortællestilen mere tegneserieagtig.

På de næste sider kan du se scenograf Peter Schultz' tegninger af hvordan han forestillede sig at kostumerne skulle se ud på Lisa før og efter hun har fundet håndbog for superhelte. Og også kostumerne til superskurken Wolfgang og hans håndlanger Rebekka.





Lise Superhelte / Lise
 Handbog for Superhelte
 Fotografi OT 26



Wolfgang / Mikkel
 Handbog for Superhelte
 Peter Schjerve OT '26



8/BILLEDKUNST

JERES EGEN SUPERHELTE- MASKE

Begynd med at se filmen fra Odense Teaters instagram om, hvordan de laver masken til forestillingen.

Alle elever skal nu lave deres egen superheltemaske.

1. Først skal alle elever overveje, hvad der er skal være kendetegnet for deres egen superhelt. Det skal de for at kunne lave en maske, som understøtter deres superhelt. Dette skal de skrive ned og herefter lave en skitse af deres maske.

2. Maskerne kan laves i:

Gips

Pap

eller det kan være stof, som bindes om øjnene.

Alle tre eksempler på materialer skal naturligvis pyntes, så de får et udtryk, der passer på superhelten.

9/BILLEDKUNST

EN SUPERHELT I AKTION

Tegn jeres egen superhelt i aktion i A3 størrelse med omgivelser omkring.

Det vil sige hvis din superhelt flyver, så skal omgivelserne vise/passe til at den flyver. Herefter kan I sætte en ramme om af pap og udstille jeres superhelte for eksempel på biblioteket eller et andet sted på skolen.

EKSTRA IDÉ

Slutopgave hvor dansk og billedkunst kombineres: Eleverne skal nu lave deres egen Graphic novel. Husk at flere af ovenstående øvelser kan hjælpe dem på vej.

De har jo fundet superhelte kræfterne, de har lavet et udtryk vha. deres maske.

10/OPGAVE I DANSK

GRAPHIC NOVEL

HVAD ER EN GRAPHIC NOVEL?

En graphic novel er en slags bog, hvor historien bliver fortalt med tegninger.

Ordet graphic novel betyder "tegnet roman".

Genren opstod i USA i 1970'erne, i et forsøg på at få tegneserier til at blive taget mere seriøst. Man ville også væk fra det engelske ord for tegneserie, "comics", som kommer af ordet "comic", der betyder sjov eller noget komisk.

Graphic novels er en blanding af tegneserier og almindelige bøger. Ligesom i tegneserier bliver historien fortalt med tegninger. Men som i en roman er der også længere historier og flere detaljer om personerne.

Hvis det er en serie, så starter der en ny fortælling i den nye bog.

- Mange undergenrer

Graphic novels er som regel bygget på en undergenre, som for eksempel krimi, fantasy, gys eller andet. Det betyder, at man kan vælge at læse eller skrive en graphic novel i den genre, man selv bedst kan lide.

- Ligner ofte ikke en tegneserie.

Rent grafisk kan graphic novel ligne en tegneserie, men den er ikke bundet af tegneseriens opbygning i rammer dvs. de kasser, som tegningerne er inde i. Alt er faktisk tilladt, så den ene side kan have flere tegninger/ fortællinger og den næste side kan være en hel side med en flot tegning og tekst til,

KENDETEGN

- En tegnet roman

Graphic novels bliver ofte også kaldt en grafisk roman.

Man kan godt sige at det er en roman som er tegnet dvs. at der er flere billeder end tekst.

- En moden og seriøs tegneserie.

Genren graphic novel tager afsæt i tegneserieuniverset.

Historien er ofte mere seriøs og omhandler ting eller problemer, som vi alle kender.

- Dybdgående fortælling

En graphic novel kan godt ligne en roman og adskille sig fra den korte længde som en tegneserie kan have (Tegneserie kan nogle gange være til et enkelt blad eller helt ned til en enkelt stribe på 3-5 billeder).

En graphic novel er længere og har en mere dybdgående fortælling, med flere sidehistorier og konflikter.

- Realistiske/ virkelige personer

Personerne i en graphic novel lever et liv med rigtige konsekvenser, som I kender det fra jer selv. Graphic novel foregår i en mere alvorlig tone og afsluttes oftest efter hver bog værk.

ELEVOPGAVEOPGAVE – LAV DIN EGEN LILLE GRAPHIC NOVEL

Prøv at finde en lille historie fra din hverdag fx en ting du oplevede i frikvarteret eller fra i går.

Du har 4 sider, at fortælle det på og du skal bruge en almindelig blyant, så den får et udtryk af en skitse.

Tip til læreren: Vis evt. et eksempel på en graphic novel eller sæt musikvideoen "Take on me" med Aha på, så dine elever kan få en fornemmelse af, hvor stregen kan være.

Det er vigtigt at de får at vide, at det ikke handler om den perfekte tegning, da det at tegningen ikke skal være perfekt kan være en motiverende faktor for de elever, som har svært ved at udtrykke sig på skrift.

Hver tegning kan få en hel side men du kan også lege med den skabelon der er på næste side, hvor der er plads til et forløb. Men husk at i en graphic novel bestemmer man selv.

11 / EFTER FORESTILLINGEN

ANALYSER HISTORIEN

OPGAVER EFTER FORESTILLINGEN

1. Samtaleideer, når I er kommet hjem fra teateret?
 - Lav et referat af forestillingen sammen på tavlen.
 - Hvad tager I med jer fra forestillingen?
 - Hvad betyder:

"Du kan flygte fra dine venner, men du kan ikke flygte fra dig selv"

"Tør vælge muligheden i situationen eller ikke?"

Er det noget, som I genkender fra forestillingen eller jer selv?
 - Hvad er budskabet i forestillingen?

HVEM ER LISA?

- I skal nu lave en ydre personkarakteristik af Lisa. Først en ydre - Hvordan ser hun ud? Ser hun ens ud, når hun "bare" er Lisa og når hun er superhelten Lisa? Hvis hun ikke er ens, så skal I lave to beskrivelser.
- I skal nu lave en indre personkarakteristik af Lisa. Når I skal beskrive Lisas indre, skal I fortælle hvordan personen er indeni - altså ikke hvordan personen ser ud, men hvordan personen føler, tænker og er. Det kan fx være:
 - Følelser
 - Hvordan har Lisa det?
 - Er hun glad? Ked af det? Bange? Sur? Nervøs?
 - Tanker
 - Hvad tænker Lisa?
 - Hvad går Lisa og grubler over?
 - Hvad tænker Lisa om de andre?
 - Hvorfor gør Lisa som hun gør?
 - Gør Lisa noget for at hjælpe sig selv?
 - For at være modig?
 - Fordi Lisa er bange eller ked af det?
 - Hvordan Lisa er som menneske?
 - Er hun venlig? Modig? Hjælpsom? Sjov? Genert?
 - Hvordan er Lisa "inde i hjertet"?
 - Husk at finde eksempler/beviser fra forestillingen.

Det kunne for eksempel være at "Hun hjælper sin ven, selvom hun er bange" det viser, at hun er modig.

Husk at beskrive den forandringer, der sker med Lisa, da hun finder bogen "Håndbog for Superhelte". Overvej om der er findes et før og efter.

SUPERHELTE KRÆFTER

Lisa har 4 superhelte kræfter, dem skal I nu beskrive/tale om:

Usynlig
Tale med dyr
Puf og forsvind
Kampklar

Eleverne skal herefter selv forestille sig, at de er en superhelt i deres egen historie og derfor skal de selv beskrive max. 5 superhelte kræfter deres superhelt skal have samt hvordan de kræfter kan og skal bruges.

Dem skal de huske, da de skal bruge dem senere.

LISAS HVERDAG OG TEMAER

Hvad er det, som fylder i Lisas hverdag?
Temaet i forestillingen?

OPGAVE HVOR DANSK OG BILLEDKUNST KOMBINERES

Eleverne skal nu lave deres egen Graphic novel. Husk at flere af ovenstående øvelser kan hjælpe dem på vej.

De har jo fundet superhelte kræfterne, de har lavet et udtryk vha. deres maske,

12 / OPVARMNING TIL DRAMAPÆDAGOGISKE ØVELSER

OPVARMNING TIL DRAMAØVELSER

I kan også nærme jer forestillingens temaer og univers med krop og drama. På de næste sider kan du finde sjove og enkle idéer til at få kroppen med i arbejdet med forestillingen.

SKAB PLADS

Øvelserne kræver godt med gulvplads. Hvis I er i jeres klasselokale, så skub borde og stole ud til siden, så I har et bart gulv at boltre jer på.

STEM KROPPEN OG RUMMET

Start sammen i en rundkreds og fortæl eleverne, at I nu skal arbejde med skuespillerens værktøjer, nemlig kroppen og stemmen. En skuespillers arbejde er, at fortælle historier – gerne ved at blive til en anden, end den person, han eller hun er i virkeligheden. Til at fortælle historier bruger skuespilleren både sin krop og sin stemme til at spille forskellige roller. Det er det, I nu skal prøve sammen. Men før man kan spille "en rolle", skal man også have et "nul-punkt", en neutral krop, der ikke spiller noget.

Bed eleverne om at stå med en neutral krop: det vil sige en krop, der ikke spiller en rolle, men er klar og fokuseret. I har armene ned langs siden, rettet ryg, tyngde i fødderne og blikket fremadrettet og ørerne spidse, så de kan lytte. Nu er I klar til det næste!

EN LILLE STARTER - HOSSA

Bed eleverne om at følge dine bevægelser og gøre som du gør. Der skal være fuldstændig ro og koncentration.

Du beskriver det følgende med ord, mens du gør bevægelserne: Start med at tage højre hånd op i vejret og træk vejret ind, lille pause, højre arm langsomt ned og pust ud. Venstre arm op, træk vejret ind, pause, langsomt ned igen mens I puster ud. Begge arme op, træk vejret ind, pause, og ned igen og pust ud.

Nu træder I et lille lydløst skridt ind i cirklen. Nu fortæller du eleverne, at de skal forestille sig, at foran dem ligger et stort, tykt bræt af træ. Om lidt vil de alle sammen banke dette stykke træ over med deres ene hånd med en saft og en kraft som en vaske ægte japansk samurai. Dette skal gøres med replikken "HOSSA!" Og det skal være fra bunden af maven og så højt, at det kan høres til Nordpolen. Men det er vigtigt, at I alle gør det på præcis samme tid. Du sikrer dig alle er med. Og tager din ene hånd op, og hvisker 3-2-1 – "HOSSA!" mens I banker hånden ned i træstykket foran jer.

Nu gentager I øvelsen, men denne gang uden din instruktion. I skal alle følge hinanden og gøre bevægelserne præcis samtidig. Det handler om at se, følge og være opmærksom på hinanden. Det kræver fuld koncentration, så I alle ender i det højeste HOSSA!

Nu er I klar til øvelserne!

13 / DRAMAPÆDAGOGISK ØVELSE

SUPERHELTE VS SUPER-SKURKE

Hvordan viser man, at man er en skurk eller en helt? I øvelsen her, skal I mærke i kroppen, hvordan den forandre sig i forhold til, om man spiller en helt eller en skurk.

I stiller jer i en rundkreds. Nu gælder det om, at I sammen skal forvandle jer til en superhelt eller en skurk og I gør det med en replik fra stykket. I skal vise at I er en superhelt/skurk både med kroppen og med stemmen og måden, I siger jeres replik på. Det kalder man replikkens "undertekst" i teaterverden, dvs. den stemning, betoning og følelse, man lægger i replikken.

SUPERHELTEN

Læreren starter med at træde ind i cirklen og siger superheltereplikken: "Slip ham!" med en superhelteundertekst og en bevægelse. Nu træder alle ind i cirklen og kopierer lærerens bevægelse og måde at sige replikken på. Så er det den næstes tur med samme replik, ny undertekst og bevægelse (man må dog gerne genbruge andres bud, det er helt okay!).

Lad alle i cirklen prøve og hold et godt tempo. Ta' gerne en runde mere!

SUPERSKURKEN

Læreren starter igen med at give et bud på en superskurk med superskurkreplikken: "Nu er din sidste tid kommet!". Skru endelig op og ned for udtrykket.

Ha' en samtale om, hvordan I så skurken og helten, hvad blev der gjort med kroppen og hvilke undertekster hørte I?

Prøv med andre replikker fra forestillingen:

Superhelt:

"Du kan løbe fra dine fjender, men ikke fra dig selv."

"Jeg lover at gøre mit bedste."

"Ah! Jeg gør bare mit job som superhelt."

Superskurk:

"Sådan nogle gamle mønter her kan være enormt mange penge værd."

"Ja, nu slår vi dig til plukfisk!"

"Sorry? Hvem tror du, du er?"

14 / DRAMAØVELSER

SUPERHELTESKOLEN

Ægte superhelte må træne deres kræfter! Ligesom Lisa i forestillingen, kan I træne superkræfterne, som de står beskrevet i Håndbog for Superhelte. Måske I også kan finde på jeres egne superkræfter? Hvordan kan man træne dem, så man bliver en ekstra skarp superhelt?

Til læreren:

De dramapædagogiske øvelser i Superhelteskolen træner de evner, som Lisa læser om i Håndbog for Superhelte. Øvelserne giver eleverne mulighed for at indleve sig i fortællingen og i superhelteuniverset. Øvelserne opfordrer til leg, grin og at bruge fantasien, samtidig med, at det giver deres teater- og læseoplevelsen en ekstra kropslig forankring. Eleverne kommer naturligt til at sætte deres viden om superhelte og deres forståelse fra det læste i spil i deres reaktioner på øvelserne. I kan referere til Håndbog for Superhelte undervejs, hvad der sker i bogen, eller hvad der skete i forestillingen, hvis I allerede har set den. Øvelserne kan inspirere til at bygge videre på jeres egne superheltekarakterer.

STARTRITUAL FOR SUPERHELTESKOLEN

De øvelser I skal til og i gang med, styrker jeres superheltekræfter. Selvom hele klassen er fyldt med gode elever, så kan det være fristende at bruge sine kræfter til at blive en vaskeægte superhelte-skurk. Derfor starter vi med et lille ritual:

I starter i en rundkreds. Før I begynder træningen skal I holde jer selv på hjertet med den ene hånd og en række en hånd op i luften (som når man skal til at sværge en ed). Herefter gentager I efter læreren:

Jeg lover hermed

At jeg altid vil bruge mine superheltekræfter

Til at gøre godt i verden

(Gentages to gange)

PUF OG FORSVIND

'Puf og forsvind' er evnen til at forsvinde lynhurtigt og dukke op et nyt sted. Derfor kræver denne øvelse fuld koncentration og hurtige ben og reaktionsevne.

I stiller jer i en rundkreds. En elev starter med at gnide hænderne sammen, og får øjenkontakt med en anden fra cirklen. Eleven, der gnider hænderne, klapper og siger højt "PUF!" og løber over for at bytte plads med den anden elev. Den anden elev begynder at gnide hænder, og får øjenkontakt med en anden fra cirklen, klapper med et "PUF!" og løber for at bytte plads med en ny elev, inden hans/ hendes plads bliver taget. Sådan forsætter I. Sørg for at holde et højt tempo. Bliver I meget gode, kan I tilføje en til, der starter et ekstra "PUF".

KAMPKLAR

En superhelt skal være klar til kamp, hvis situationen spidser til. I denne øvelse skal I træne jeres kamp-moves og blive inspireret af hinanden.

Fællesøvelse – Kampmoves og seje tricks

I starter i en rundkreds. Nu gælder det om, at I sammen skal finde på så mange seje kamp positioner som muligt. Læreren starter med at træde ind i cirklen med en kampposition og en lyd, f.eks. "BLAM!" eller "HUA!". Nu skal alle de andre elever træde ind i cirklen og kopiere lærerens bevægelse og lyd. Så er det den næste i cirkelens tur. Hold et godt tempo, og tag gerne et par runder rundt i cirklen. Mange elever samler mod og inspiration af at se deres klassekammerater byde ind, og dermed kan budene i cirklen blive mere avanceret og få mere indlevelse, jo flere gange I gør det.

TO OG TO - SPEJLBILLEDE

Nu skal I fordele jer i to og to. Stil jer overfor hinanden med god plads mellem jer. I skal forestille jer,

at I er hinandens spejlbillede. Først starter den ene elev med at styre, hvad der skal gøres af bevægelser og den anden følger bevægelserne – og det skal selvfølgelig være de vildeste kammoves (spark, rullefald, undvigelse osv) men – I må kun bevæge jer i slowmotion og det er uden ord! Efter et par minutter bytter I, så den anden får lov at styre.

Som det sidste er der ingen der styrer, nu skal I blot følge hinandens kammoves – dette kræver ægte superheltekoncentration!

USYNLIGHED

Evnen til at forsvinde på stedet! Det er en ægte superheltekraft, som kan være enormt praktisk, når du hurtigst mulig skal forsvinde, så ingen opdager din sande identitet.

I starter med at lave en tømmerflåde: alle eleverne skal gå mellem hinanden i et roligt tempo og uden lyd. De skal i starten gå med neutral krop: armene ned langs siden og blikket fremad. Læreren kalder det tempo 5. Læreren kan nu skrue op for tempoet til 10 og helt ned til 0, hvor alle stopper.

De inddeler klassen i to: Den ene del er superhelte, den anden er "normale folk". Nu skal eleverne gå mellem hinanden og hilse på hinanden som normalt; vinke, nikke osv. Pludselig siger læreren "SKOV!" og så skal superhelte blive til træer, dyr i skoven, skovbund, hvad end de selv finder på, og er dermed usynlige! Resten af klassen skal reagere på, at de er i en skov og undre sig over, hvor de andre folk blev af. Indtil du siger "TILBAGE TIL 0" og eleverne hilser på hinanden igen.

Andre steder I kan blive usynlige i:
GADE, SVØMMEHAL, CAFÉ, STRAND, STUE, MUSIK-BUTIK OSV.

TALE MED DYR

At kunne tale med dyr er enormt vigtigt, så man ved, hvordan man skal hjælpe dem, hvis de kommer i nød. Øvelsen her træner jeres evne til at oversætte, hvad dyrerne siger.

I deler rummet op i to: en scene, og gulvet hvor eleverne sidder og kigger op på scenen.

På scenen skal I bruge:

Dyr

To elever, der vil spille ét dyr: Det kan f.eks. være at den ene spiller dyret og den anden dyrets arme, hale, ører eller andet. I skal blive enige om, hvilket dyr det er, f.eks. en hamster. De to elever sætter sig som dyret.

En superhelte-oversætter

En elev, der vil oversætte fra dyresprog til menneskesprog.

En interviewer

Det kan være læreren starter med at stille spørgsmål, og derefter kan resten af klassen kan også stille spørgsmål til dyret.

Start med at give interviewet en overskrift, f.eks.: "Dengang jeg var på mit livs ferie" eller "Dengang jeg slap ud af buret" osv. Intervieweren byder velkommen til denne enestående mulighed for at tale med denne hamster.

Dyr er kloge væsner, så de kan selvfølgelig godt forstå menneskesprog. Det er bare os, der ikke forstår dyresproget, hvis ikke vi træner det. Så derfor kan interviewer (læreren eller klassen) stille spørgsmål, som dyret selvfølgelig forstår. Dyret svarer med sit dyresprog, gode pauser og fakker (fra hænderne/ørerne/halen). Dette er et sprog eleven selv finder på. Dette oversætter superhelteoversætteren så til menneskesprog (indholdet finder eleven selv på).

Herefter kan I invitere et nyt dyr op på scenen og en ny superhelteoversætter.

15

VISNINGSGAVE

Omdan jeres tegneserie til teater!

I kan bruge jeres graphic novels som manuskripter til at lave små visninger for hinanden i klassen.

I kan også bruge billeder fra bøgerne om Lisa.

Billederne i historien skal omdannes til scener. Inddel jer i grupper med ca. 5 elever og udvælg én tegneserie, I vil bruge som inspiration til jeres lille visning.

I skal lave tre scener som tre stillebilleder: en start, en midte og en slutning. Stille billederne kan blive levende, men det gør arbejdet lettere at starte med at lave billederne i et frys, så alle får en rolle og en plads i alle billeder.

- Omdan billederne til 3 scener – I kan spille alt (figurer, ting, bygninger, stemninger, følelser, lyde, trykbølger fra slag osv.) og alle er med i billedet

- Visningen må max vare 3 minutter
Brug et udvalg eller alle disse benspænd til jeres visninger:

- Der skal være superhelte og superskurke med i visningen

- Der skal være slowmotion med i hele billedet på et særligt udvalgt tidspunkt i visningen fx en kampscene

- Brug lydeffekter (BAM! BLAM! HUH!)

- Brug nogle af de superheltekræfter, som I har trænet i Superhelteskolen

Til visningerne kan I sætte teaterlys, hvis I har det og bruge lidt underlægningsmusik. I inddeler rummet i to, så det er tydeligt, hvor publikum sidder på gulvet og hvor scenen er. Aftal hvor man går op på scenen, gerne i siden af jeres scene. Dermed

værner vi om det rum og den scene, vi har skabt.

Lad gruppen starte på en linje med neutral, rolig og klar krop for at markere starten på deres visning. Herefter viser gruppen deres tre billeder i et flow. De ender på deres række igen for at markere, at visningen er slut. Herefter klapper publikum, og gruppen går ud af sceneindgangen, og næste gruppe går op og stiller sig klar. Efter alle grupper har vist deres forløb, kan I tale sammen om, hvad I så, og hvad der fungerede godt.

16/OPGAVER MED FOKUS PÅ TRIVSEL OG DET GODE FÆLLESSKAB

ET TRYGT FÆLLESSKAB

Trivsel og tryghed er vigtigt for at alle har det godt i et klassefællesskab. Her er nogle idéer til at se og dyrke hinandens gode sider.

AT SE HINANDENS POSITIVE SIDER

Eleverne står på en række af 8.

Den første elev går ned langs rækken mens han/hun siger et positivt ord til dem alle.

Når denne elev er nået til enden af rækken, så starter den næste elev.

Hjælpesætninger til at finde et ord kunne være:

Hvorfor værdsætter jeg dig?

Hvad har du, der er specielt?

Hvad gør dig til en god kammerat?

2. Hvis ovenstående øvelse er svær/grænseoverskridende for dine elever, så kan alle elever skrive til positivt ord til alle de andre elever.

Herefter deles de rundt, så alle elever sidder X antal sedler/postkort som der er elever i klasse.

Ordene læses af eleverne.

Herefter kan du evt. printe et billede af alle elever, som de hver især klipper ud og limer på et A3-karton og derefter skal de skrive alle de positive ord, som de har modtaget rundt om billedet.

Derefter tager I fælles snak om, hvad det gør en, at få alle de positive ord omkring en selv samt hvilke tre ord de blev mest overrasket over at få.

3. En anden sjov øvelse er, at eleverne sidder i en rundkreds og kaster et garnnøgle til hinanden.

Den man kaster til, skal man sige noget pænt om.

Det er vigtigt at holde fast i garnet, så I til sidste kan se et fint edderkoppespind som garnet har dannet og derved kan I at I er fundet til hinanden i klassen.

4. Efter alle disse positive snakke kan I lave en fælles tankevæg, som man hele tiden bliver mindet om, at være en god kammerat og ven.

Skriv alle de positive ord på postkort eller karton

og hæng dem op.

5. Måske giver jeres snak anledning til at I sammen laver nye klasseregler fx:

- Ingen skal gå alene i frikvartererne

- Alle har noget godt i sig, men måske nogen skal hjælpes med de positive ord.

Hvordan gør vi det på en god måde?

- Vi går fra klassedagen, men et positivt ord til en klassekammerat.

Stil eleverne i to cirkler og sig noget positivt til den over for dig og når begge har sagt det skal de klappe hinanden i hænderne.

- Læreren der har eleverne i sidste time siger farvel ved at give alle elever en highfive på vej ud af døren.