Lärarens sida: Avancerat, text 10, Klockan i tonåren

Faktatextsamtal i grupp · åk 4–9

Många tonåringar sover för lite på skoldagar, delvis för att den inre klockan går senare i tonåren, och när skolorna i Seattle började senare sov eleverna längre. Texten har ett problem och en lösning, och modellen är Problem och lösning, blad 1. I vecka 5 har två elever i taget jobbkorten från avsnitt 2, och de två som har dem i avsnitt 4 leder hela avsnittet.

Läspasset: de fyra avsnitten	
Textens fråga	Är tonåringar trötta på morgonen för att de är lata, och vad händer när skolan börjar senare?
Ord före läsningen	klocka (kroppens inre klocka, ingen väckarklocka) · hormon (ett ämne i kroppen, inga känslor) · eleven i mitten (mitt i raden, inget genomsnitt)
1 Problemet	Red ut: rekommenderar: råder · *”hantera känslor”*: klara av det man känner Lyssna efter: 46 procent · mindre än rekommenderat · skoldagar Lockar: längre sömn på helgerna. *”Hur många sov mindre än åtta timmar?”*
2 Orsaken	Red ut: *”släpper hjärnan ut”*: gör och sänder ut · *”kommer igång”*: börjar verka Lyssna efter: den inre klockan · sömnig senare på kvällen · ingen lathet Lockar: melatoninet som finns kvar på morgonen. *”Vad händer med melatoninet i tonåren?”* Sambandet: *”beror delvis på”*, alltså en del av orsaken Bilden: Kroppens klocka har flyttats, skolans står kvar
3 Lösningen	Red ut: läsåret 2016/17: hösten 2016 till sommaren 2017 · anser: tycker, efter vad de vet Lyssna efter: senare skolstart · nästan en timme · skolans klocka flyttas Lockar: rektorn bestämmer. *”När började skolorna i Seattle, före och efter?”* Sambandet: *”En lösning är”*, alltså ett svar på orsaken
4 Resultatet	Red ut: *”märkbart”*: så tydligt att forskarna kan lita på det · frånvarande: borta från lektionen Lyssna efter: längre sömn · mindre sömniga · betygen osäkra Lockar: betygen i biologi. *”Hur mycket längre sov eleven i mitten?”* Sambandet: *”Resultatet var”*, alltså vad som hände efter ändringen Bilden: Staplarna 2016 och 2017, och linjen vid åtta timmar
Om någon frågar	Är det inte mobilen? Klockan förklarar inte allt: umgänge, skolkrav och skärmtid kan också skjuta läggdags senare, enligt KI. Folkhälsomyndigheten råder: undvik skärmar minst 30–60 minuter före läggdags, och lämna mobilen utanför sovrummet. Hjälper lektioner om sömn? Det är oklart: i studierna var effekterna små eller motstridiga, enligt SBU. Gäller det alla tonåringar? Nej, men hos många ligger sömnen senare.

© Niclas Fohlin · niclasfohlin.se/stodundervisning/faktatextsamtal-i-grupp

Modellpasset: Problem och lösning för Klockan i tonåren	
Fördjupningen	Red ut: *”utvalda”*: bara några av klasserna · *”vanliga scheman”*: den gamla starttiden Lyssna efter: ingen grupp att jämföra med · samband, inte orsak · Sverige prövar nu Lockar: tre gymnasieskolor i Stockholms län. *”Varför kan Seattlestudien inte säkert visa orsaken?”* Sambandet: *”Seattlestudien visar”*, alltså resultatet i avsnitt 4
Modellen	Lägg först fram gruppens kedja från vecka 4 och fråga: *”Var skriver vi det någon gör åt problemet?”* Den visar vad som leder till vad, men inte vad någon gör åt problemet. Ta sedan fram Problem och lösning, blad 1. Gruppen lägger fördjupningens post-it-lapp på En lapp till, med ett streck till fältet Resultatet. Lappen säger hur säkert resultatet är och är ingen ny lösning.
Orden	problemet är (för lite sömn) · beror delvis på (inre klockan) · en lösning är (senare start) · resultatet var (mer sömn)
Svaret	Lyssna efter: den inre klockan · melatoninet senare · mer sömn i Seattle Så kan det låta: *”Nej. I tonåren kommer melatoninet senare, så kroppens klocka går senare än skolans. När skolorna i Seattle började 8.45 sov eleven i mitten 34 minuter mer, och eleverna var mindre sömniga.”*
Rutan	Visste du att: viktig, eftersom talet visar att klockorna krockar för nästan alla eleverna.
Samtala	Varför berättar författaren hur forskarna fick veta det? Varför står ordet lata i frågan? Ett svar: utan jämförelse vet vi inte säkert vad som orsakade vad, och texten motsäger att de är lata.

© Niclas Fohlin. Ur Faktatextsamtal i grupp, https://niclasfohlin.se/stodundervisning/faktatextsamtal-i-grupp.