










PÅ SKJERMEN:	I TIMEN:
	<p>Introduser temaet og start med å se musikkvideoen Følelser er bra å ha - YouTube. Denne kan dere godt se flere ganger i løpet av måneden. Kanskje vil dere lære å synge den eller lage bevegelser til den også?</p>
	<p>Se bildet av alle figurene og barna, og prøv om dere kan klare å finne ut hvilke følelser figurene er og barna har.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hvordan kan vi se hvilke følelser andre har? • Hvordan kan vi legge merke til egne følelser?
<p>Hvis dere ennå ikke har brukt materialet for småtrinnet om hver enkelt følelse som ligger under Lære om følelser bør dere gjøre dette nå. Her får elevene grunnopplæring i de ulike følelsene, basert på figurene over. Dersom dere har brukt dette tidligere, kan dere nå bruke figurene fra følelseslotto og enten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La elevene spille lotto og snakke om følelsene • La elevene trekke følelser og vise hvordan man ser ut når man har disse følelsene • Elevene kan også få komme fram og trekke en følelse etter tur, og barnet kan få vise (eventuelt med hjelp) hvordan følelsen ser ut (og alle andre gjør det samme) – og dere kan snakke om hvilke situasjoner som kan føre til følelsen • Du kan også fortelle små eksempler som kan føre til følelser, og elevene skal velge følelseskort som passer til situasjonen <p>Det er fint med en liten økt med kroppslig læring der elevene får forme, vise og observere hvordan følelser er i kroppene våre.</p>	
<p>Dumme følelser kan føre til dumme handlingar <small>Se Være venner – 1. Nicole og elsklingsapen (Sesong 2) – NRK TV</small></p>	<p>Se Være venner – 1. Nicole og elsklingsapen (Sesong 2) – NRK TV</p> <p>Stopp gjerne etter den første slutten og spør elevene hvilke følelser de la merke til i filmen. Hadde følelsene noe med hva de forskjellige gjorde og sa? Det Nicole gjorde var veldig dumt, men kan vi forstå hvordan hun hadde det, og at det førte til at hun gjorde dumme ting?</p> <p>Nå skal vi se hva de selv tenker de kunne gjort annleis:</p> <p>Se resten av episoden: Er elevene fornøgd med den nye slutten? Hva gjorde de forskjellige som gav bedre følelser?</p>
<p>Føl musikken</p> 	<p>Instruer Føl musikken - YouTube før du setter den på:</p> <p>«Nå skal vi straks reise oss opp og bevege oss litt i ulike følelser. I musikken som kommer nå, kommer det 4 ulike følelser. Når musikken spiller så kjenner du etter hvilken følelse dette er og går rundt og viser denne følelsen, uten å lage lyd selv og uten å være borti andre. Hver gang det blir stille stopper du i "statue" som viser følelsen.»</p> <p>Lærer velger om elevene skal gjøre alle fire i strekk, eller om du setter filmen på pause hver gang det blir stille. Da kan du spørre elevene hvilken følelse de tror dette var, og bruke gode eksempel til å vise hva eleven gjør som viser følelsen. Etterpå, når alle har satt seg ned, kan elevene få snakke med hverandre eller sammen i klasse, om hvordan de opplevde at musikken påvirket deres følelser: «Hva gjorde musikken med dine følelser?»</p>
	<p>I dette materialet ligger det mye forskjellig dere kan bruke til å lære om ulike følelser og hva som kan hjelpe. Eget instruksjonsark ligger i boksen «Til læreren».</p>

	<p>Denne lille øvelsen kan gjøre oss roligere når vi har sterke følelser – la oss prøve:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alle holder et liksom-lys i den ene hånden og en liksom-blomst i den andre • Så starter vi med å blåse ut liksom-lyset mens vi teller sakte til 4 inni oss • Så snur vi oss til blomsten og lukter på den mens vi teller til 4 • Vi gjentar minst 3 ganger og kjenner at vi blir roligere inni oss
	<p>Se filmen om hun som hjalp en ny venn: CGI **Award-Winning** 3D Animated Shurt : "Soar" - by Alyce Tzue TheCGBros - YouTube</p>
 <p>Kva kan vi sei til andre for at dei skal bli glade?</p>	<p>Etterpå: Denne jenta fikk være viktig for å hjelpe den lille stjernejenta. Såne ting får jo ikke vi sjansen til, men vi kan alle gjøre snille ting mot andre i hverdagen. En ting vi kan gjøre er å tenke på hvilke ord vi kan bruke i hverdagen som gir andre gode følelser. Har dere noen forslag til ting vi kan si som andre blir glad for å høre? Kom på mange forslag sammen og la elevene lage små kort/lapper/plakater som dere kan legge/gjemme/henge opp rundt omkring til oppmuntring for andre. Minn elevene på at de i tillegg kan prøve å huske å si slike setninger til hverandre og andre i hverdagen.</p>
	<p>Om følelsene våre på engelsk: Se Kids vocabulary - [NEW] Feel - feelings - Are you happy? - English educational video - YouTube</p>
	<p>Bruk bildet til å lære elevene navn på følelser på engelsk</p>