


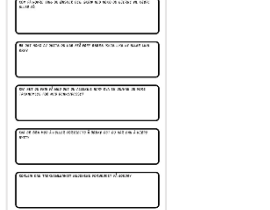





Viser på skjermen:	I timen:
<p>Takknemleg er ikkje det same som å vere positiv til alt</p>  <p>Freddy Kalas - 2014</p>	<p>Start med å se denne, men si gjerne før du setter den på at den er noen år gammel, og kommentaren hans til hun som jobber i butikken var kanskje ment som et kompliment da, men er et eksempel på kommentarer man bør unngå. Freddy Kalas - Jovial - YouTube</p>
	<p>La elevene snakke med hverandre:</p> <ul style="list-style-type: none"> Hva er forskjellen på å se alt positivt og å være takknemlig for det som er bra? <p>Denne forskjellen er vesentlig, og samtidig vanskelig for enkelte å forstå. Alt er ikke bra i liva våre. Det er ikke hjelpsomt å late som at ting som er vondt, skummelt eller vanskelig på ulike måter er bra. Det å la seg selv få føle også de vonde følelsene er nødvendig for helsa, og bør ikke møtes med «Tenk positivt!». Det betyr ikke at man skal bli værende i det som er vondt og «dyrke» dette. Når man har erkjent for seg selv at noe er vondt, skummelt, sårt eller vanskelig kan det være lurt å fokusere på det som er bra. Det som gjør at man kan få det til likevel. Det som er fint i livet som gir styrke og mot til å fortsette.</p>
<p>Ei lita øving i takknemlegheit</p> 	<p>Vi skal gjøre en liten øvelse i å legge merke til det som er bra i livet: Takk - ei lita pause - YouTube</p>
	<p>Hvordan kan det å være takknemlig føre til mindre forbruk? Del ut ark som ligger som vedlegg. La elevene få jobbe med det først alene, og så sammenlikne og prate med hverandre i grupper. Ta gjerne noen eksempel i klassa til slutt, om noen vil dele.</p>
<p>"Eg filmar det eg synes er vakkert"</p>  <p>people react to beng called beautiful (MATHS SCORSEBY)</p>	<p>Se people react to beng called beautiful - YouTube</p>
	<p>La elevene snakke med hverandre:</p> <ul style="list-style-type: none"> Hva la dere merke til av takknemlighet i filmen?
	<ul style="list-style-type: none"> Hva er små gode handlinger/kommentarer i hverdagen som skaper takknemlighet?



Be elevene snu arket fra oppgava om forbruk og lage egne lister over hva de er takknemlige for/setter pris på i hverdagen. Se [Kid President's 25 Reasons To Be Thankful! - YouTube](#) mens de jobber, og gi dem litt tid også etter filmen.

Oppsummeringa kan dere eventuelt gjøre ved å lage ordsky på [Interactive presentation software - Mentimeter](#). Denne bør lages i forkant av timen og elevene logger seg på med kode.

Type Content Customize

Add meta description

Your question ?

Kva er du takknemleg for?

Add longer description

Entries per participant ?

10

Image ?

Drag and drop or click to select an image
Supported file types are jpg, png, svg

Extras

Let participants submit multiple times ?

Mentimeter

Kva er du takknemleg for?

Enter a word	25
Enter another word	25
Enter another word	25
Enter another word	25
Enter another word	25
Enter another word	25
Enter another word	25
Enter another word	25
Enter another word	25
Enter another word	25

You can submit multiple answers

Submit



Avslutt med gjerne med denne, eller se den en annen gang dere vil ha fokus på å ta vare på jorda [Lil Dicky - Earth \(Official Music Video\) - YouTube](#)