

Takknemleg – mai 9. trinn

Kan takknemlegheit redde verda?

1. Start med å sjå denne, men sei gjerne før du set den på at den er nokre år gamal, og kommentaren hans til ho som jobbar i butikken var kanskje meint som eit kompliment då, men er eit eksempel på kommentarar ein bør unngå. [Freddy Kalas - Jovial - YouTube](#)



La elevane snakke med kvarandre:

- Kva er forskjellen på å sjå alt positivt og å vere takknemleg for det som er bra?

Denne forskjellen er vesentleg, og samtidig vanskeleg for enkelte å forstå. Alt er ikkje bra i liva våre. Det er ikkje hjelpsam å late som at ting som er vondt, skummelt eller vanskeleg på ulike måtar er bra. Det å la seg sjølv få føle også dei vonde følelsane er naudsynt for helsa, og bør ikkje møtast med «Tenk positivt». Det betyr ikkje at ein skal bli verande i det som er vondt og «dyrke» dette. Når ein har anerkjent for seg sjølv at noko er vondt, skummelt, sårt eller vanskeleg kan det vere lurt å fokusere på det som er bra. Det som gjer at ein kan få til likevel. Det som er fint i livet som gir styrke og mot til å fortsette.

2. Vi skal gjere ei lita øving i å legge merke til det som er bra i livet: [Takk - ei lita pause - YouTube](#)



3. Korleis kan det å vere takknemleg føre til mindre forbruk? Del ut ark

4. Sjå [people react to being called beautiful - YouTube](#)



La elevane snakke med kvarandre:

- Kva la de merke til av takknemlegheit i filmen?



- Kva er små gode handlingar/kommentarar i kvardagen som skaper takknemlegheit?

5. Be elevane snu arket frå oppgåva om forbruk og skrive lage egne lister over kva dei er takknemlege for/set pris på i kvardagen. Sjå [Kid President's 25 Reasons To Be Thankful! - YouTube](#) medan dei jobbar, og gi dei litt tid også etter filmen.

6. Oppsummeringa kan de eventuelt gjere ved å lage ordsky på [Interactive presentation software - Mentimeter](#)
Denne bør lagast i forkant av timen og elevane loggar 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

Kva er du takknemleg for?



A word cloud visualization of responses to the question 'Kva er du takknemleg for?'. The most prominent words are 'venner' (friends) in blue, 'familie' (family) in red, and 'musikk' (music) in pink. Other visible words include 'netflix', 'mat', 'fred', 'ferie', 'kake', 'frisk luft', 'hund', 'min', 'fri', 'regn', 'kaffi', 'cola', and 'youtube'.

7. Avslutt med gjerne med denne, eller sjå den ein annan gong de vil ha fokus på å ta vare på jorda [Lil Dicky - Earth \(Official Music Video\) - YouTube](#)