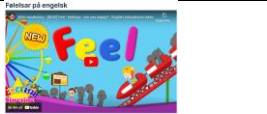


PÅ SKJERMEN:	I TIMEN:
	Introduser temaet og start med å se musikkvideoen Følelser er bra å ha - YouTube. Denne kan dere godt se flere ganger i løpet av måneden. Kanskje vil dere lære å synge den eller lage bevegelser til den også? Den kan også strømmes fra Spotify og lignende.
	Se bildet av alle figurene og barna, og prøv om dere kan klare å finne ut hvilke følelser figurene er og barna har. - Hvordan kan vi se hvilke følelser andre har? - Hvordan kan vi legge merke til egne følelser?
Dumme følelser kan føre til dumme handlingar © Være venner – 1. Nicole og elsklingapen (Sesong 2) – NRK TV	Se Være venner – 1. Nicole og elsklingapen (Sesong 2) – NRK TV 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? Nå skal vi se hva de selv tenker de kunne gjort annleis: Se resten av episoden: Er elevene fornøgd med den nye slutten? Hva gjorde de forskjellige som gav bedre følelser?
Føl musikken 	Instruer Føl musikken - YouTube før du setter den på: «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.» 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?»
Forstå og hjelpe vonde følelser © Til læreren © Å forstå og hjelpe vonde følelser	Åpne boksen som heter «Til læreren» og finn instruksjonene der til hva dere skal gjøre.
Å hjelpe ein venn 	Se filmen om hun som hjalp en ny venn: CGI **Award-Winning** 3D Animated Short: "Soar" - by Alyce Tzue TheCGBros - YouTube
	Etterpå: Denne jenta fikk være viktig for å hjelpe den lille stjernejenta. Sånne 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.
Feelings på engelsk 	Om følelsene våre på engelsk: Se Kids vocabulary - [NEW] Feel - feelings - Are you happy? - English educational video - YouTube
	Bruk bildet til å lære elevene navn på følelser på engelsk