

Viser på skjermen:	I timen:
<p>Takknemleg er ikkje det same som å vere positiv til alt</p> <p>Freddy Kalas - Jovial</p> <p>Freddy Kalas - Social</p>	<p>I timen:</p> <p>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</p>
<p>Kva er forskjellen på å sjå alt positivt og å vere takknemleg for det som er bra?</p>	<p>La elevane snakke med kvarandre:</p> <ul style="list-style-type: none"> Kva er forskjellen på å sjå alt positivt og å vere takknemleg for det som er bra? <p>Denne forskjellen er vesentleg, og samtidig vanskeleg for enkelte å forstå. Alt er ikkje bra i liva våre. Det er ikkje hjelpsamt å late som at ting som er vondt, skummelt eller vanskeleg på ulike måtar er bra.</p> <p>Det å la seg sjølv få føle også dei vonde følelsane er naudsynt for helsa, og bør ikkje møtast med «Tenk positiv!».</p> <p>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.</p>
<p>Ei lita øving i takknemlegheit</p> <p>Takk - ei lita pause</p> <p>Se den på YouTube</p>	<p>Vi skal gjere ei lita øving i å legge merke til det som er bra i livet: Takk - ei lita pause - YouTube</p>
<p>Eg filmar det eg synes er vakker!</p> <p>people react to being called beautiful</p> <p>Se den på YouTube</p> <p>people react to being called beautiful (WHATIN SCENEY)</p>	<p>Korleis kan det å vere takknemleg føre til mindre forbruk?</p> <p>Del ut ark som ligg som vedlegg. La elevane få jobbe med det først aleine, og så samanlikne og prate med kvarandre i grupper. Ta gjerne nokre eksempler i klassa til slutt, om nokon vil dele.</p>
<p>Kva la de merke til av takknemlegheit i filmen?</p>	<p>Sjå people react to being called beautiful - YouTube</p> <p>La elevane snakke med kvarandre:</p> <ul style="list-style-type: none"> Kva la de merke til av takknemlegheit i filmen?
<p>Kva kan vere små gode handlingar/kommentarar i kvardagen som skaper takknemlegheit?</p>	<ul style="list-style-type: none"> Kva er små gode handlingar/kommentarar i kvardagen som skaper takknemlegheit?



Lag liste over det du er takknemleg for!

Be elevane snu arket frå oppgåva om forbruk og lage eigne 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.

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

You can submit multiple answers

Submit

Kva er du takknemleg for?

neflix mat fred ferie kake
musikk venner fri familie hunden min
regn kaffi cola youtube



Redde verda? 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](#)