

Fortell om en lyd eller lukt
du opplever på vei til skolen.
Hva får den deg til å føle?

Kom med forslag til en kort fysisk aktivitet dere kan gjøre i klasserommet akkurat nå.

Foreslå en aktivitet dere kan gjøre sammen i friminuttet.

Hvordan lukter årstidene?

Hva slags lyd er din favorittlyd?
Hvorfor?

Ta på ulike typer «ting», og legg merke til hvordan de føles. Er de harde, myke, glatte, ruglete, kalde, varme, eller kan du beskrive dem på andre måter? Du kan gjerne lukke øynene. Hva synes du er best å ta på?

Er det noen aktiviteter du kunne
tenke deg å prøve – i så fall hva?
Hvorfor har du lyst til dette?

I hvilke situasjoner er det lettest
å bli kjent med nye folk?

Hvordan kan vi i klassen bidra
for å skape et godt nærmiljø?

Hva skulle du ønske noen
sa til deg i dag?

Hva tenker du er de viktigste
egenskapene hos en som er
en god venn?

Gi et ærlig kompliment til minst tre ulike personer i dag. Husk at du skal mene det du sier!

Finn en artikkel i artikkelbiblioteket til Skolerom som du har lyst til å lese. Del med to medelever hva du har lest og hva du har lært.

Hva tror du vil skje hvis
du smiler til alle du
møter i dag? Prøv!

Tenk at du vil gjøre noe for
andre som er hyggelig.
Hva vil du gjøre? Hvorfor?

Selv å være bare litt fysisk aktiv gir positiv effekt for både kroppen og hjernen. Tenk ut en 5-minutters aktivitet du skal gjøre i dag.

Hva vil det si å være aktiv?
Hvordan kan vi være aktive uten
at det må koste penger?

Hvordan får man venner?
Hvor mange bestevenner
kan man ha?

Fysisk aktivitet er viktig. Tenk deg at du skal lage en løsning eller tjeneste for å få folk opp av sofaen. Ideen skal være helt nyskapende. Hva vil du foreslå?

I nabolaget ditt bor det folk fra mange ulike kulturer, og det er mye fremmedfrykt. Hva vil du foreslå for at folk skal bli bedre kjent med hverandre?

Veldig mange skriver om trening og kosthold. Hva mener dere man bør tenke over når man leser om dette?

Kan teknologi erstatte
menneskelig kontakt?
Hvorfor / hvorfor ikke?

Hvorfor har ensomhet
blitt en folkesykdom?