

Övning: Värderingsövningar

Material: tre stycken papper, penna

Lägg ut tre stycken lappar på marken eller i klassrummet. På lapparna ska det stå Ja, Nej eller Kanske.

Låt eleverna ta ställning till följande påståenden genom att ställa sig vid en av lapparna.

Fråga sedan eleverna om varför de valt respektive alternativ. Påståendena nedan är bara förslag, hitta gärna på fler för eleverna att ta ställning till!

Exempel:

- Man blir piggare av att röra på sig
- Det är trevligt att gå själv till och från skolan
- Det är trevligt att gå med andra till och från skolan
- Jag känner mig trygg på min skolväg
- Det är lättare att koncentrera sig i skolan om man rört på kroppen innan
- De flesta är bra på att ta hand om sin hälsa
- Hälsa och självförtroende hänger ihop