

TUNNEN TUNTEENI JA OSAAN RAUHOITTUA



Ala- ja yläkoulu

Rauhoittumistaidot Käsityö

1

Vakaa ja rauhallinen vuori -läsnäoloharjoitus 6 min. (HyMy-koulut) Tee harjoitus itse mukana, jotta oppilaat asettuvat harjoitukseen. Kysy, millaisia vuoria oppilaat kuvittelivat.

2

Kukoistava tehtäväkirja s. 152
RAUHALLINEN OLO KUVANA JA MUOTONA.
Tehkää ensin tehtävä kirjallisesti vastaamalla kysymyksiin ja piirtämällä kuva.

3

Suunnitelkaa sen jälkeen toteutustapa oman rauhallisen paikan tekemiseen kädentaitoja hyödyntäen. Oppilaat voivat ideoida yhdessä.

4

Jatkakaa askartelu- tai rakennusprojektia tarvittava tuntimäärä.

