

Utmaning 3 – Vad behöver man för att leva ett hållbart liv för både knopp och kropp?

Inför uppdrag 3 ska ni fundera på vad man behöver som människa för att leva ett hållbart liv för både knopp och kropp? Kan man bara jobba, sova och äta? Är det viktigt att lyssna på musik, rita, läsa, slappna av, träna osv? Vad gör du för att må bra och när mår du som bäst?

Här kommer några uppgifter som ni kan arbeta med.

- Gör en saga tillsammans i klassen där ni berättar om två superhjältar (här kan läraren välja två spännande karaktärer) och deras äventyr i rymden. Kanske räddar de jorden, möter utomjordingar, hänger med PAXI till hans hemplanet eller kommer ni på något annat spännande?
- Rymdmusik! Leta reda på nätet efter bra rymdmusik som ni gillar och planera och gör en dans tillsammans med klassen! Spela in den eller visa oss den live för föräldrarna eller resten av skolan!
Förslag på rymdmusik: Jag är en astronaut, Satellit med Darin, Space invaders med Hit and Hide
- Ta en promenad hemma med era föräldrar! Hur långt hinner era föräldrar gå med er på 10 minuter?
- Läs tillsammans med era föräldrar! Antingen läser eleven eller så läser de tillsammans! Eleven bestämmer vad de ska läsa!

Lycka till!