



Uppdragslappar

Instruktioner:

Skriv ut uppdragen och klipp ut till små lappar som ni viker och lägger i en burk. Dra en lapp vid ett tillfälle när det passar, till exempel efter förskolan/skolan eller efter lördagsfrukosten.

Uppdrag

Rita en "rättighetsaffisch": rita saker som barn behöver för att må bra (mat, vatten, vänner, skola, trygghet).

Gör en "tacklista": vad är du glad över att du har varje dag?

Gör en snällhetsburk: varje gång någon gör något snällt, lägg i ett pappershjärta. När burken är full, fira!

Rita din drömskola – hur ser den ut, vilka ämnen finns och vad gör du rasterna?

Lek "jag lär dig, du lär mig" – turas om att lära varandra något nytt. Det kan vara ett ord, en rörelse eller fakta.

Gör en kunskapskarta: rita saker ni kan i familjen – allt från att knyta skor till att bygga med klossar.

Gör ett "vattenexperiment": Hämta vatten i en kanna och låtsas att det är allt vatten ni får använda en stund. Testa hur lång tid det tar innan det är slut.

Prata om vad som gör kroppen glad: rörelse, vila, skratt, mat, vatten.

Smaka på något nytt tillsammans!

Gör ett “trygghetsbo”: en filtkoja där man kan läsa, prata och vila.

Rita “trygghetsringen” – rita de personer som gör att du känner dig trygg.

Skriv eller rita “mitt drömhjem” – vad skulle finnas där för att man ska känna sig trygg?

Gör “känslkort”: rita olika ansikten och prata om hur man kan känna sig ibland.

Plantera något i en kruka och följ hur det växer fram.

Testa en “klimatutmaning”: släck lampor, ät rester eller återvinn en sak varje dag.

Sortera skräp ihop och prata om var det tar vägen.

