

## HETA STOLEN OM HÄLSA

Placera eleverna på stolar i en ring, ställ dit en tom stol också. Läs upp ett påstående, håller man med om påstående byter man plats, därför måste det finnas en tom stol så att även 1 person kan byta plats. Ha gärna en diskussion om varje påstående, fråga dem hur de tänker. Osv.

- Jag äter frukost varje dag
- Jag äter lunch och middag varje dag
- Jag sover bra varje natt
- Jag tittar på mobilen innan går och lägger mig
- Jag äter bara godis på lördagar
- Det är bra att dricka energidryck om man behöver energi.
- Det är mer hälsosamt att vara vegetarian
- Jag rör på mig minst 3 gånger varje vecka
- Jag skulle vilja träna mer
- Vi borde ha sovmorgon varje dag i skolan
- Det är skadligt att röka