**Hjemmeoppgaver etter første kurstime**



Barn

* Les s 18-30
* Se hjelpehendene på s 41, 43 og 45
* Fyll ut en hjelpehånd ift **en** situasjon du er redd for/gruer deg for. Ta utgangspunkt i en konkret situasjon som du er engstelig og kan oppsøke.

Foreldre og lærere:

* + Fyll ut en hjelpehånd for en situasjon der du skal støtte barnet til å tørre mer. Vis og drøft hånden med barnet ditt/eleven din.