

Lesende rollemodeller 2026

Bruk de oppgavene dere ønsker sammen med elevene.

Markus Rooth – Tikamp

1. Hva er tikamp? Vet du hvilke øvelser som er inkludert i tikamp?
2. Hva skjedde da han vant OL-gullet?
3. Hvilken nasjon kommer han som tok sølvmedaljen fra?
4. Hvilke bøker husker Markus spesielt godt fra barndommen og hvorfor?
5. Markus snakker om forskjellen på å se på Netflix og å lese en bok, hva synes du forskjellen er?
6. Han beskriver en strategi han bruker både for trening og lesing, hvilken strategi er det?

Skriveoppgaver

- Skriv en kort tekst om hvordan du tror det var å være Markus den dagen han vant OL-gull i tikamp i Paris.
- Finn ut hva Hardyguttene handler om, lag din egen historie om Hardyguttene.

Henriette Jæger - Friidrettsutøver

1. Hvilke distanser konkurrerer Henriette i?
2. Hvilken idrettsstjerne har vært en inspirasjon for henne?
3. Hva er tittelen på boka hun ble helt oppslukt i?
4. Husker du hvordan Henriette gjorde det i EM i Birmingham 2026?
5. Forklar hvorfor hun syntes det var ekstra spesielt å kvalifisere seg til finalen i OL i Paris 2024.
6. Hva kaller Jæger lesing?

Skriveoppgave

- Tenk deg at du skal konkurrere i en friidrettsøvelse i OL, skriv en kort tekst om hvordan du ville forberedt deg til konkurransen.

Emil Lybekk - dødser

1. Hva er sammenhengen mellom stedet Emil ble intervjuet og dødsing?
2. Hvordan oppdaget han dødsing for første gang?
3. Hvor mange verdensrekorder har Emil?
4. Hvilken følelse får han av lesing?
5. Hva er hans beste tips for å lese mer?
6. Hvor mange verdensrekorder har han, og hvor mange verdensmesterskap har han?
7. Hva kan skje om en dødser ikke er fokusert?

Skriveoppgaver

- Beskriv dødsing sånn du ville gjort det for noen som aldri har sett det før.
- Skriv en kort, beskrivende tekst om hvordan du tror det føles å "dødse".

Cecilia Brækhus - bokser

1. Hvor mange proffkamper har Cecilia tapt?
2. Hvordan ble mental trening sett på før?
3. Det finnes mange ord og uttrykk som kommer fra boksingens verden, hvor mange klarer du å komme på?
4. Hva er det med lesingen som har hjulpet henne med boksekarrieren?
5. Hvilken sjanger liker Cecilia best?
6. Cecilia snakker mye om boka "Best når det gjelder", hva har den hjulpet henne med?

Skriveoppgaver

- Forklar hva ordet "uglesett" betyr.
- Har du lest en bok som har betydd noe spesielt for deg, eller som har hjulpet deg med noe? Skriv en anbefaling.

Amalie Iuel - friidrettsutøver

1. Hvordan beskriver Amalie seg selv som barn?
2. Hvilke øvelser konkurrerer hun i?
3. Hvor mange ganger har Amalie vært med i OL?
4. Hvordan hjelper lesingen Amalie som friidrettsutøver?
5. Hvorfor tenkte hun før at lesing ikke var noe for henne?
6. Hva er det i boka "Skjerm barna" som har gitt henne en "eye opener"?

Oppgave

- Amalie har akkurat løpt sitt siste internasjonale løp, skriv en kort tekst om hvordan du tror det er å være en toppidrettsutøver som avslutter karrieren sin.
- Amalie snakker mye om at det å finne leseglede handler om å oppdage hvilken sjanger man liker. Gå inn på Lesekvart+ ([Mitt leselandskap](#)) og fyll ut Mitt leselandskap for å bli kjent med din egen smak i bøker.