

Pædagogvejledning

LUK OP LUK I



Alder: Dagtilbud fra 3 – 6 år*

Tid: Hvert tema tager mellem 45 minutter og 1,5 time**

*= Hvert tema bygger på et afsnit fra Ramasjangprogrammet 'Luk op Luk i', der henvender sig til børn i alderen 3 - 8 år, men selve materialet på DR Dagtilbud er henvendt til børnehavebørn i alderen 3 – 6 år.

**= Estimatet er lavet med tanke på at klippe/klistre-, tegne- og bevægelseslege kan være tidskrævende. Hvis disse opgaver udelades, kan hvert tema tage ca. 30 minutter. Hvis man laver begge aktiviteter, tager forløbet ca. 1,5 time. Tegneopgaverne tager ca. 30 minutter, og bevægelsesaktiviteterne tager ca. 15 – 20 minutter.

Opgaverne og temaet er udarbejdet i samarbejde med dansklærer Charlotte Bjørkman Jensen, børnehaveklasseleder Hanne Damgaard Petersen og DR Ramasjang med undtagelse af 'Glad', 'Vred', 'Trist' og 'Bange', som er produceret af DR Skole og DR Ramasjang.

Indhold

Indledning	3
Bange	6
Vred	7
Glad	8
Trist	9
Fødselsdag	10
Genert	11
Krudt i røven	12
Sove ude	13
Venner	14
Drømme	16
Løgn	19
Trøst	20



Indledning

I skal nu i gang med at se og arbejde med Luk op Luk i. Herunder er en vejledning til brug af materialet samt en beskrivelse af, hvordan den styrkede pædagogiske læreplan er inddraget. I vil ved at se afsnittene, gennem samtaler og aktiviteter komme rundt om de følelser, som børn i dagtilbud møder og genkender fra deres hverdag.

Hvert forløb er bygget op af tre elementer:

- Se et afsnit af Luk op Luk i (ca. 16 minutter).
- Samtale i børnegruppen om afsnittets tema, og hvordan børnene ser, forstår og oplever følelserne (ca. 10 minutter).
- Vælg mellem en aktiv tegneopgave, hvor børnene skal tegne en tegning, der relaterer sig til emnet og fortælle om den eller lave en leg/bevægelsesaktivitet, der relaterer sig til temaet. I kan også vælge at lave begge opgaver, hvis I har tid (ca. 20 – 30 minutter).

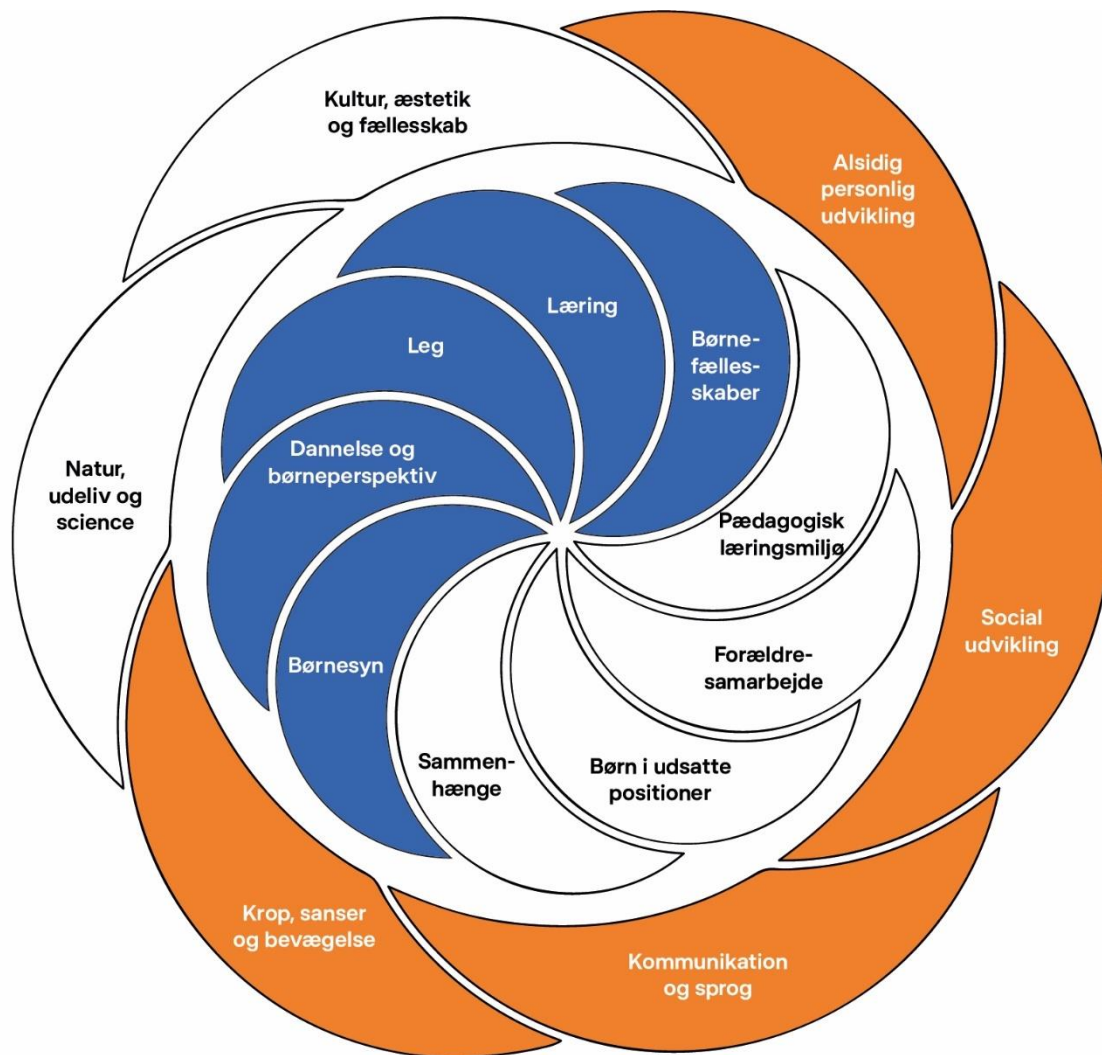
Når I arbejder med Luk op Luk i, inviterer I børnene til at være aktivt deltagende i at skabe læring sammen med jer. Det pædagogiske personale giver børnene medbestemmelse og skaber et trygt børnefællesskab samt åbner op for at forstå egne og andres følelser i fællesskabet. Når børnene ser andre børn som dem selv i programmet og møder voksne, der også sætter ord på følelser, bliver der skabt mulighed for at udfordre og styrke børnenes egne perspektiver. Børnene lærer ved at udforske med krop og sanser, ved at undre sig og stille spørgsmål samt ved at blive mødt med spørgsmål og udfordringer. Børns læring fremmes af at turde begå fejl, øve sig og slippe fantasien løs.

I hvert afsnit vil der være særligt fokus på forskellige følelser, som I kan se her.

Glad	Glad, vrede og ked af det
Vred	Vred, frustreret og flov
Trist	Glad, ked af det, trist og vrede
Bange	Bange, vrede, forskrækket, modig
Fødselsdag	Glad, jaloux, skuffet og vrede
Sove ude	Ked af det, bange, flov og glad
Krudt i røven	Glad, vrede, ked af det og flov
Genert	Pinlig, flov og glad
Venner	Jaloux, forelsket, glad, skuffet, ked af det og vrede
Drømme	Glad, stolt og trist
Trøst	Glad, trist, ked af det og vrede
Løgn	Vred, flov, misundelig og modig

Luk op Luk i og Den styrkede pædagogiske lærerplan

Luk op luk I-materialet tager udgangspunkt i fire af de seks læreplanstemaer. Her kan I se, hvilke læringsmål og faglige pædagogiske fællestanker materialet arbejder med. Målene er generelle og dermed ikke afhængige af, hvilket emne afsnittet omhandler.



Alsidig personlig udvikling

- Børnene får kendskab til egne følelser, både kendte og ukendte.
- Børnene øver sig i at udtrykke egne følelser.
- Børnene opøver en forståelse for andres følelser.
- Børnene får en begyndende forståelse for, hvem de selv er.

Social udvikling

- Børnene øver sig i at aflæse hinandens følelser.
- Børnene øver sig i at forstå andre og tilpasse reaktioner herefter, både verbalt og nonverbalt.
- Børnene træner turtagning.
- Børnene får en forståelse for egne roller i samspillet med andre.

Kommunikation og sprog

- Børnene træner anvendelsen af nye ord i forbindelse med at kommunikere om deres følelser.
- Børnene træner samtalestrukturer, hvor turtagning er afgørende.
- Børnene øver sig i at sætte ord på de ting, de ser, hører og føler.
- Børnene øver sig i at lytte til andres oplevelser.

Krop, sanser og bevægelse

- Børnene øver sig i at mærke følelser i kroppen.
- Børnene øver sig i at aflæse egne følelser og reagere på dem.



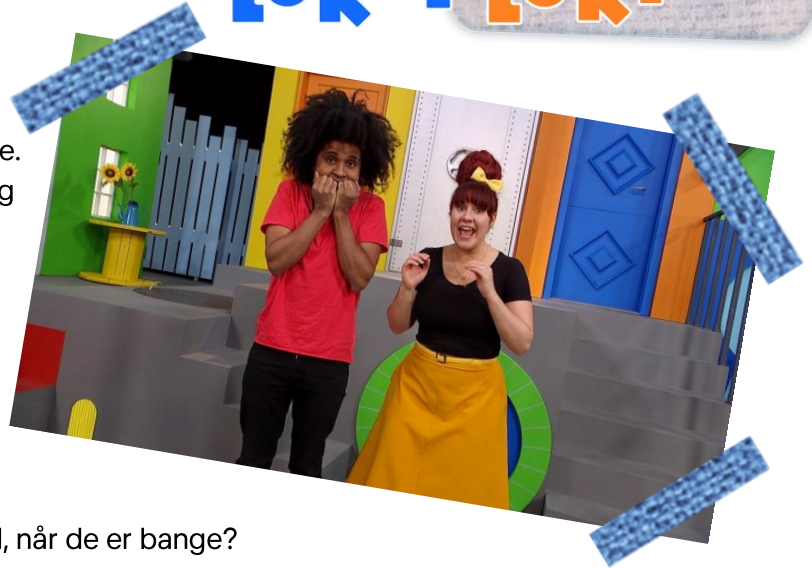
Bange

Nu skal det handle om at være bange. Hvordan føles det at være bange, og hvorfor bliver man bange?

Se afsnittet her: [Bange](#)

Samtalespørgsmål

- Hvad tror I, Thomas og Katrine er bange for?
- Hvad er du bange for?
- Hvordan ser Thomas og Katrine ud, når de er bange?
- Hvordan ser du ud, når du er bange?
- Hvad gør Katrine, da hun bliver bange for bæltedyret i sit mareridt?
- Hvad gør du, hvis du bliver bange?
- Hvorfor tror I, at Katrine synes, at Thomas er modig?
- Hvad skal man gøre, hvis man er bange?



Tegneaktivitet

Hvordan ser man ud, når man er bange? Nu skal I tegne en person, der er bange, og hvad personen er bange for. Når I er færdige med tegningen, skal I fortælle og vise de andre, hvad I har tegnet.

Brug eventuelt skabelonen med krop og ansigt, hvis børnene har svært ved at tegne en person. Find skabelonen [her](#).

Legeaktivitet: "Monsteret sover"

Nu skal I lege en variation af legen "bjørnen sover", hvor I bytter ordet bjørn ud med noget, som børnene er bange for f.eks. et monster. Få barnet til at vise, hvordan monsteret ser ud, bevæger sig eller lyder. Lav en bane, hvor der er et "helle" for enden af rummet eller legepladsen, hvor børnene skal løbe hen, når "monsteret" vågner for ikke at blive fanget.

Udvælg et barn eller en voksen, der er monster, som ligger og sover i midten af en rundkreds. Børnene går rundt omkring "monsteret" og synger "Monster sover, Monster sover i sin lune hule. Den er ikke farlig, når man blot er varlig. Men man kan dog, men man kan dog aldrig på det tro". Bliv ved med at synge sangen højere og højere, indtil monsteret vågner og prøver at fange børnene. Alle de børn, der bliver fanget og ikke når ned i "hellen", er nye monstre, og de lægger sig til at sove i cirklen med monsteret.

Nu går I en ny runde om monsteret og synger, og når monsteret vågner, så vågner alle "monsterungerne" også og fanger de resterende børn. Når alle børn er fanget, vælges et nyt monster eller noget nyt uhyggeligt, som børnene er bange for.

Når I er færdige med at lege, kan I snakke om, hvordan det føles, lige inden monsteret vågner, og om nogle var bange for at blive fanget.

Vred

Nu skal det handle om at være vred. Hvordan føles det at være vred? Hvorfor kan man blive vred?

Se afsnittet her: [Vred](#)

Samtalespørgsmål

- Hvordan kunne Thomas mærke vreden i kroppen, da han var lille?
- Hvordan kan du mærke det i kroppen, når du er vred?
- Hvad tror I, at Katrine bliver sur over?
- Hvad kan du blive sur/vred over?
- Hvad kan man sige, hvis man ikke gider, at nogen driller mere?
- Hvad gør Katrine og Thomas, når de bliver vrede, for at få vreden ud af kroppen?
- Hvad gør du, hvis du bliver vred, for at blive glad igen?



Tegneaktivitet

Hvordan ser man ud, når man er vred? Snak om, hvordan man ser ud, når man er vred. Bagefter skal I tegne en person, der er vred, og hvad personen er vred over. Når I er færdige med tegningen, skal I fortælle og vise de andre, hvad I har tegnet.

Brug eventuelt skabelonen med krop og ansigt, hvis børnene har svært ved at tegne en person. Find skabelonen [her](#).

Bevægelsesaktivitet: "Få vreden ud af kroppen"

Nu skal vi prøve at mærke, hvordan det er at være vred og prøve at få vreden ud af kroppen ligesom Katrine og Thomas. Så nu skal I hoppe, sparke, slå og danse rundt til "Jeg er vred-sangen" fra Luk op, Luk i. Pas på ikke at ramme hinanden, når I slår ud i luften.

Sæt "Jeg er vred"-sangen på, og bevæg jer vildt til sangen. Find sangen i kliphjulet [her](#).

Når vi er færdige med at få vreden ud af kroppen, så skal vi lægge os ned på jorden og lytte til et andet stykke musik.

Sæt et stykke roligt musik på.

Snak bagefter om, hvordan det føltes i kroppen at få vreden ud, og hvordan det bagefter var at ligge og slappe af på gulvet.



Glad

Nu skal det handle om at være glad.
Hvordan føles det at være glad?
Hvorfor kan man blive glad?

Se afsnittet her: [Glad](#)



Samtalespørgsmål

- Hvad tror I, gør Katrine og Thomas glade?
- Hvad gør dig glad?
- Hvordan prøver Katrine at gøre Thomas glad igen, da han har mavepine?
- Hvordan ville I prøve at gøre en ven glad?
- Hvorfor tror I, at Katrine siger, at det er godt, at man ikke hele tiden er glad?
- Hvordan ser man ud, når man er glad?

Tegneaktivitet

Hvordan ser man ud, når man er glad? Nu skal I tegne en person, der er glad, og hvorfor personen er glad. Når I er færdig med tegningen, skal I fortælle og vise de andre, hvad I har tegnet.

Brug eventuelt skabelonen med krop og ansigt, hvis børnene har svært ved at tegne en person.
Find skabelonen [her](#).

Legeaktivitet: "Kongens efterfølger"

I skal nu lege "Kongens efterfølger", hvor børnene på skift laver bevægelser/dansetrin, der får dem i godt humør og gør dem glade. Sæt børnene sammen to og to, og sæt glad musik på. Første barn er "kongen" og viser bevægelser. Den anden er "efterfølger". Når sangen er færdig, skifter børnene roller.

Når I har været igennem to sange, kan I eventuelt lade børnene få en ny makker at lave bevægelser med, hvis de har mere energi. Til sidst kan I snakke om, hvordan det føles at danse de glade bevægelser.

Brug gerne sange fra Luk op Luk i, som du kan her ["Syng med Luk op Luk i"](#).

Trist

Nu skal det handle om at være trist.
Hvad betyder det at være trist/ked af det? Hvordan føles det at være trist?
Hvorfor kan man blive trist?

Se afsnittet her: [Trist](#)

Samtalespørgsmål

- Hvorfor er Katrine trist?
- Hvad kan gøre dig trist/ked af det?
- Hvordan tror I, at Thomas kan mærke det i sin krop, når han er ked af det?
- Hvordan kan du mærke det i din krop, hvis du er ked af det?
- Hvem savner Thomas?
- Hvorfor tror I, at Thomas godt kan lide at savne nogle gange?
- Hvad gør Thomas, når han er ked af det?
- Hvad synes Katrine hjælper, når hun er ked af det?
- Hvad gør du, når du er trist/ked af det?



Tegneaktivitet

Hvordan ser man ud, når man er trist/ked af det? Nu skal I tegne en person, der er trist, og hvad personen er trist over. Når I er færdige med tegningen, skal I fortælle og vise de andre, hvad I har tegnet.

Brug eventuelt skabelonen med krop og ansigt, hvis børnene har svært ved at tegne en person. Find skabelonen [her](#).

Legeaktivitet: "Trøst en ven-tik"

I skal bruge en afmålt bane, og I kan lege både ude og inde. Legen er delt i to dele; en med høj puls og en, hvor man skal øve sig i bare at være.

Sådan afvikles legen: I skal bruge 2-3 fanger. De skal forsøge at "tage" alle børn, så legen går i stå. Hver gang man bliver "taget", skal man stå stille og vise med sin krop, at man er ked af det og har brug for trøst.

Når de andre børn kan se, at man er taget, skal de løbe hen og trøste den fangede ved at give et kram og eventuelt spørge "er du okay igen?". Når den fangede svarer "ja", er man fri til at løbe videre i legen. Efter passende tid byttes roller, så flere prøver at være fangede.

Legen sluttet af med at øve sig i bare at være med sine tanker og følelser. Tal evt. inden om situationer, hvor man har haft brug for trøst, eller hvor man har trøstet andre. Afspil nu et stykke roligt musik, og lad alle børn ligge helt stille på gulvet uden at sige noget. Snak bagefter om deres oplevelse af at ligge stille.

Fødselsdag

Nu skal det handle om at holde fødselsdag. Hvordan holder man fødselsdag? Hvordan er man en god gæst til fødselsdag? Hvordan er man en god vært på sin fødselsdag?

Se afsnittet her: [Fødselsdag](#)

Samtalespørgsmål

- Hvordan tror I, at Sofie og Katrine har det? Hvorfor?
- Hvad glæder du dig til på din fødselsdag?
- Hvad er en god fødselsdag?
- Hvordan tror I, at man er god ved sine gæster?
- Hvordan synes I, at man er en god gæst til fødselsdag?
- Hvordan skal man opføre sig til fødselsdag?



Tegneaktivitet

Nu skal I lave en fødselsdagslagkage. Se hvordan [her](#).

Find skabelonen til lagkagen [her](#).

Når I har lavet lagkagerne, skal I vise dem for hinanden.

Legeaktivitet: "Fødselsdagskegler"

Materialer: En masse kegler eller papirlapper med kryds. Legen kan både leges indenfor og udenfor.

Børnene skal deles ind i to hold. Der stilles en masse kegler rundt i lokalet eller på en afmålt bane. Har du ingen kegler, kan du lave papirlapper med et kryds på, som skal vendes om.

Sådan afvikles legen:

Det ene hold vælter keglerne, og det andet hold skal rejse keglerne igen.

Når der er gået 3-4 minutter, stopper du legen, og I tæller op, hvor mange kegler der er væltet. De, der har flest kegler stående eller liggende, har vundet.

Nu skal holdene bytte.

Når du gennemgår, hvad legen går ud på, kan I tale om, hvordan holdene indbyrdes kan samarbejde og hjælpe hinanden, samt hvordan man er en god vinder og en god taber.

Videreudvikling af legen: Har du lyst til at arbejde videre med legen, kan børnene have en makker, som de skal følges rundt med, når de henholdsvis vælter eller rejser keglerne.



Genert

Nu skal det handle om at være genert. Hvordan føles det at være genert? Hvorfor bliver man genert?

Se afsnittet her: [Genert](#)

Samtalespørgsmål

- Hvornår kan man blive genert?
- Hvordan føles det at være genert?
- Hvorfor tror I, at Sofie bliver genert?
- Hvad tror I, hjælper Sofie?
- Hvornår har du prøvet at blive genert?
- Hvad hjalp dig?



Tegneaktivitet

Nu skal I lave en tryllestav, der handler om en gang du blev genert. Se hvordan [her](#).

Find skabelonen til tryllestaven [her](#).

Når I er færdige med tryllestavene, skal den vises for de andre. Husk at fortælle, hvad I har tegnet.

Legeaktivitet: "Danseshow"

I skal nu øve jer i at optræde som Sofie. Tal inden om, at man godt kan blive generet, og at børnene derfor skal hjælpe hinanden to og to ligesom Katrine og Sofie. I kan lege både ude og inde og skal bruge plads til at danse på.

Sådan afvikles legen:

Børnene deles ind to og to. De får derefter 2-3 minutter til at aftale en dans/bevægelse, de gerne vil vise for de andre. Når alle er klar, stiller man sig i en stor rundkreds. Børnene skiftes nu til at gå ind i rundkredsen og vise deres dans/bevægelse. Derefter laver alle børnene bevægelsen sammen med parret i midten.

Når alle har vist deres dans/bevægelse, kan I sætte musik på og gøre det igen. Denne gang med lidt mere flow, så det bliver mere til en optræden og et lille show.

I kan eventuelt bruge sangene fra Luk op Luk i, som I finder i "[Syng med Luk op Luk i](#)".

Krudt i røven

Nu skal det handle om at have krudt i røven. Hvad tror I, at det vil sige at have krudt i røven?

Se afsnittet: [Krudt i røven](#)

Samtalespørgsmål

- Hvad tror I, at det betyder at have krudt i røven?
- Hvordan føles det?
- Hvornår tror I, at Katrine og Sofie får krudt i røven?
- Hvornår får du krudt i røven?
- Hvad kan du gøre, hvis du skal sidde stille, men har krudt i røven?



Tegneaktivitet

Nu skal I lave en "krudt i røven-bombe". Se hvordan [her](#).

Find skabelonen til bomben [her](#).

Når I er færdige med bomberne, skal I vise dem for hinanden. Husk at fortælle, hvad I har tegnet.

Legeaktivitet: "Luk op Luk i-tryllehatten"

I kan være både ude og inde. I skal blot have plads til at børnene kan bevæge sig. Den voksne finder en fantasi-tryllehat i lommen. Den foldes ud på gulvet, og man fortæller om tryllehattens magiske evner. Hatten kan trylle børnene om til forskellige ting.

Sådan afvikles legen:

Start med at aftale det magiske trylleord med børnene. F.eks. "*hokus pokus flødeboller med kokos*".

Derefter trækkes fantasi-tryllestaven op af lommen, og alle børnene gør det samme. Bed børnene om at komme ind i tryllehatten og stå helt stille, tæt og uden at røre ved hinanden. Tryl nu forskellige ting ud af hatten, som børnene skal spille, lege og agere.

Start med at sige "*hokus pokus flødeboller med kokos ud af min tryllehat kommer der en zombie, tiger, slange, kæmpe, racerbil*" osv.

Børnene siger med på trylleordet og svinger deres tryllestav. Alle børn løber nu rundt og agerer den valgte ting mellem hinanden.

Derefter siges "*hokus pokus alle tilbage i min tryllehat*", og I står igen helt tæt. Efterfølgende trylles det næste frem.... Edderkopper, monster, hoppebold osv. Skift mellem at tale med høj eller lav stemme.



Sove ude

Nu skal det handle om at sove ude hos andre. Har du prøvet at sove hos andre?

Se afsnittet: [Sove ude](#)

Samtalespørgsmål

- Hvorfor tror I, at Katrine er nervøs?
- Hvorfor tror I, at Sofie glæder sig?
- Har du prøvet at sove ude? Hvordan føles det?
- Hvad kan du gøre, hvis du bliver bange/nervøs?
- Hvad kan hjælpe, hvis du skal sove ude?



Tegneaktivitet

Nu skal I tegne jeres sovedyr. Se hvordan [her](#).

Find skabelonen [her](#).

Når I har tegnet jeres sovedyr, skal I vise dem og fortælle om dem for hinanden.

Legeaktivitet: "Stopdans"

I skal nu lege stopdans. Forstil jer, at I skal sove sammen, og at I har nattøj på. Find en masse bamser og dukker i børnehaven, som man kan danse med. I skal bruge gulvplads og musik.

Sådan afvikles legen:

I kan danse selv, med hinanden eller med børnehavens bamser.

Hver gang den voksne stopper musikken, skal I lave en ny figur og stå helt stille, indtil den voksne siger en opgave, f.eks. find en ny ven og giv et kram, find en med samme hårfarve, find en, der har en storesøster, find en af det modsatte køn, stil jer på en række, lig på maven osv.

I kan eventuelt bruge sangene fra Luk op Luk i, som I finder i "[Syng med Luk op Luk i](#)".



Venner

Nu skal det handle om venner. Hvad er en god ven? Hvad er det bedste ved at have venner?

Se afsnittet her: [Venner](#)

Samtalespørgsmål

- Hvad er en ven?
- Hvorfor er Katrine og Sofie så glade?
- Hvordan tror I, at Sofie bliver venner med Anton?
- Hvorfor tror I, at Katrine og Sofie bliver uvenner?
- Hvordan synes I, at man får en ven?
- Hvad laver I med jeres venner?
- Hvordan kan man være en god ven?
- Hvorfor tror I, at det er godt, at man har flere venner?



Tegneaktivitet

Nu skal I lave et portræt af en af jeres venner. Sæt bøjlene sammen to og to, så de kan tegne hinanden. Se hvordan [her](#).

Find skabelonen [her](#).

Når I er færdige, skal I vise billederne for hinanden og fortælle om jeres ven.

Legeaktivitet: "Haj og guldfisk"

Materialer: 4 kegler, stole, kasser eller sko til at afmåle en firkantet bane.

Legen kan leges både ude og inde

Legen øver samarbejde og fællesskab, og legen har fokus på, at alle kan være med, lige meget hvem de er. Inden I starter legen, kan I tale om, hvordan man siger "taget", om at være ærlig, hvis man er rørt osv.

Sådan afvikles legen:

Leg legen på langs af banen, så alle børn løber frem og tilbage i samme retning. Udvælg 2 børn, som er hajer, måske med hjælp fra en voksen, og de andre børn er guldfisk.

Når legen starter, er alle guldfiskene placeret i én af enderne. Det gælder nu for alle guldfiskene om at komme fra den ene ende af banen til den anden uden at blive spist af de sultne hajer midt på banen. Tæl ned fra 10 til 0, og nu skal hajerne forsøge at fange guldfiskene, når de løber forbi. Når en guldfisk bliver fanget, bliver guldfisken til en haj, der skal hjælpe med at fange resten af guldfiskene.

Videre udvikling af legen:

- Der kan placeres hulahopringe og andre forhindringer på banen, som guldfiskene skal passere på deres vej fra den ene ende til den anden.
- Guldfisk, som er fanget, kan blive til giftig tang, der står der, hvor guldfisken er taget, men hvis arme stadig kan fange.
- Fangede guldfisk kan blive til krabber, der fortsat fanger, men som går krabbegang på havets bund.
- Hvis man ønsker at **nedjustere** legen, kan man lave hulahopringene til små steder, hvor guldfiskene har helle undervejs.

Drømme

Nu skal det handle om at drømme. Hvad drømmer du om? Hvad kan man drømme om? Kan man drømme, både når man sover, og når man er vågen? Hvad tror I, jeres forældre drømmer om?

Se afsnittet her: [Drømme](#)

Samtalespørgsmål

- Hvad er en drøm?
- Hvad, tror I, er forskellen på en drøm, man drømmer, når man sover og en drøm, når man er vågen?
- Hvilke ting kan man drømme om?
- Hvad drømmer du om?
- Hvad tror I, at Thomas og Jakob drømmer om?
- Hvorfor tror I, at de drømmer om disse ting?
- Hvem bestemmer over ens drømme?
- Hvordan tror I, at ens drømme kan gå i opfyldelse?



Tegneaktivitet

I skal nu lave en spåkugle, som handler om "Min drøm". Se hvordan [her](#).

Find skabelonen til spåkuglen [her](#).

Når I er færdige, skal I vise jeres flotte spåkugler for hinanden. Husk at fortælle om din drøm i spåkuglen.

Legeaktivitet: "Drømmerejsen"

I skal lave massagehistorien "Drømmerejsen". Børnene skal have en makker. Makkerparret sidder, så den ene starter med at kunne give massage på ryggen. Når du gennemgår, hvad aktiviteten går ud på, kan I tale om, hvad der er godt ved massage, hvorfor man får massage, hvad der er vigtigt at huske osv. Det er vigtigt at tale om regler for børnemassage; hvor må man røre på ryggen, hvor hårdt må man trykke osv.

Sådan afvikles aktiviteten:

Når børnene sidder klar, og barnet, der skal give massage, har lagt to hænder på ryggen af sin makker, læser den voksne historien "Drømmerejsen" højt. Mens historien læses højt, viser den voksne med hænderne, hvordan børnene skal give massage på ryggen af makkeren. Når historien slutter, siger barnet, der fik massage, tak for massage og makkerparret bytter plads, og man gentager historien.

Massagehistorien "Drømmerejsen"

(Start med at køre hænderne op og ned ad ryggen i store buer med flad hånd.)

Jakob og Thomas har en soveaftale. Det er fredag, og de har hygget sig hele aftenen.

(Den ene hånd laver store cirkelbevægelser på ryggen med flad hånd.)

Solen er gået ned, og det er tid til at gå i seng. Thomas falder først i søvn, og Jakob ligger lidt og ser på Thomas i halvmørket.

(Tegn en stor firkant på ryggen – gentag flere gange.)

Mens drengene ligger under dynen, begynder Thomas at drømme. Han ligger lidt uroligt i sengen og mumler også en gang imellem lidt sjove lyde.

(Bevæg fingrene over hele ryggen med en trippende bevægelse.)

Thomas mærker en prikken i hele kroppen. Det er dejligt at svæve mod drømmeland. Men pludselig dukker der en stor mand op. Han ser glad ud.

(Tegn et stort smilende ansigt.)

Manden bliver ved med at smile til drengene. Det er Jakobs bedstefar. Han har et tæppe med under armen, og han spørger Thomas og Jakob, om de vil låne det.

(Sæt hænderne ved siden af hinanden, og kør dem i buer op og ned ad ryggen.)

Thomas griner og siger "hej Jakob, fedt du er med i min drøm" og spørger Jakobs bedstefar, hvorfor han tror, at de vil låne et gammelt tæppe.

(Kør hænderne op og ned ad ryggen i lange lige bevægelser.)

Bedstefaren fortæller, at tæppet er et magisk tæppe, og at det kan flyve. Det tager børn med til drømmelandet, hvor de bedste ideer findes. Det er lige der, hvor alle sjove lege skabes. Men pas på, når I starter, siger bedstefar.

(Med håndroden laves små hakkende bevægelser på ryggen.)

Thomas og Jakob sætter sig på tæppet, som ligger på jorden, og så begynder det ellers at hakke og sprutte. Men 1,2,3 og wupti så svæver det afsted.

(Kør begge hænder op ad ryggen og derefter ud på skulderen.)

Drengene må holde godt fast, og vinden hvirvler dem i håret. De kommer til en stor port, og tæppet slår bremserne i.

(Klap på ryggen med begge hænder.)



Hold fast," skriger Jakob. "Det gør jeg også," skriger Thomas. Begge drenge kommer sikkert ned på jorden igen og går ind ad en stor port, hvor der står "Velkommen til Drømmeland - landet hvor alt kan drømmes".

(Tryk med fingrene i skulderen.)

Thomas glæder sig til at se, hvad der findes i "Drømmeland", men pludselig er det, som om der er en, der rusker i ham.

(Med spredte fingre trykkes der over hele ryggen.)

"Thomas vågn op, klokken er mange, vi skal op og have morgenmad". Thomas kigger ud ad vinduet, da Jakob trækker gardinerne fra. Han kan godt se, at solen står højt på himlen.

(Med en hånd køres der rundt i en stor cirkel.)

"Øv," siger Thomas. "Hvorfor siger du det?" siger Jakob. "Jeg var lige på vej i drømmeland".

(Klap med flad hånd rundt på ryggen.)

Jakob klapper Thomas på ryggen. "Bare rolig Thomas, i aften får du lov at sove igen, så kan du bare drømme videre på din drøm", "Nå ja," siger Thomas, og drengene går i gang med en ny dag.



Løgn

Nu skal det handle om en løgn. Hvorfor kommer man nogle gange til at lyve? Er der forskel på store og små løgne? Må man egentlig godt lyve? Hvad gør man, hvis man kommer til at lyve?



Se afsnittet her: [Løgn](#)
Samtalespørgsmål

- Hvad betyder det at lyve?
- Hvordan føles det at lyve?
- Hvor har Jakob været på ferie?
- Hvad lyver Jakob om?
- Hvad lyver Thomas om?
- Hvorfor tror du, at både Jakob og Thomas lyver?
- Hvad sker der, hvis man indrømmer en løgn?
- Hvad betyder det at skamme sig?
- Kan man tilgive en løgn? – hvorfor og hvordan?
- Hvorfor tror du, at man kan komme til at lyve?

Tegneaktivitet

I skal nu lave en rejsekuffert fyldt med løgn. Se, hvordan du gør [her](#).

Find skabelonen til rejsekufferten [her](#).

Når alle er færdige med at tegne i jeres kuffert, skal den enten vises frem i gruppen, eller I kan hænge dem til udstilling.

Legeaktivitet: "Fisker fisker, hvor dybt er vandet?"

Materialer:

4 kegler, stole eller andet til at markere vandet. Lav banen 10-20 meter lang.
 Legen kan både leges inde og ude.

Dette er en rollespilsleg, hvor "fiskerne" bestemmer, hvordan børnene kommer over det dybe vand. I kan lege den både ude og inde

Sådan afvikles legen: To og to er børnene fiskere sammen. Fiskerne står i den ene ende af banen. Børnene starter med at råbe: "Fisker fisker, hvor dybt er vandet?" Fiskerne svarer: "Det er 15 meter." eller andre tal. Børnene råber tilbage: "Hvordan skal vi så komme over til dig?" Fiskerne vælger en måde at komme over vandet på f.eks. hoppe, kravle, løbe, gå baglæns, sideværts osv. Når børnene er kommet over vandet, vælges to nye fiskere, der sætter legen i gang igen.

Trøst

Nu skal det handle om at trøste.

Hvordan kan man holde det ud, hvis noget er svært?

Hvordan har man det, når man er ked af det?

Hvordan hjælper man og trøster en ven eller en selv, når man er ked af det?



Se afsnittet her: [Trøst](#)

Samtalespørgsmål

- Hvornår kan man være ked af det?
- Hvordan trøster man sig selv, når man er ked af det?
- Hvorfor tror I, at Jakob er ked af det?
- Hvordan synes I, at Thomas prøver at gøre Jakob glad?
- Hvorfor tror I, at Jakob bare vil være sammen med Thomas uden at lave noget?
- Hvordan føles det, når du er ked af det?
- Hvad har du lyst til, når du er ked af det?
- Hvordan kan du hjælpe en ven, der er ked af det?
- Hvad gør du, hvis du bliver ked af det?

Tegneaktivitet

I skal nu lave masker, der viser, hvad der gør jer triste og glade. Se hvordan [her](#), og find skabelonen til maskerne [her](#).

I skal nu vise jeres masker for hinanden og fortælle om, hvad der gør jer triste og glade.

Legeaktivitet: "Trøst en ven-tik"

I skal bruge en afmålt bane, og I kan lege både ude og inde. Legen er delt i to dele; en med høj puls og en, hvor man skal øve sig i bare at være.

Sådan afvikles legen:

I skal bruge 2-3 fanger. De skal forsøge at "tage" alle børn, så legen går i stå. Hver gang man bliver "taget", skal man stå stille og vise med sin krop, at man er ked af det og har brug for trøst. Når de andre børn kan se, at man er taget, skal de løbe hen og trøste den fangede ved at give et kram og eventuelt spørge "er du okay igen?". Når den fangede svarer "ja", er man fri til at løbe videre i legen. Efter passende tid byttes roller, så flere prøver at være fangere.

Legen sluttet af med at øve sig i bare at være med sine tanker og følelser. Tal eventuelt inden om situationer, hvor man har haft brug for trøst, eller hvor man har trøstet andre. Afspil nu et stykke roligt musik, og lad alle børn ligge helt stille på gulvet uden at sige noget. Snak bagefter om deres oplevelse af at ligge stille.