

Aktivitetskatalog

Leg og læring

Klubber for flygtningebørn

Indhold

Indledning	5
Om aktiviteter	6
Temaer	6
Aktiviteter	8
Opstarts- og afslutningsritual	9
Leg med faldskærm	9
Rundkreds	9
Lær hinanden at kende	10
Navneleg med bold	10
Gruppestimmel	10
Fri stol til højre	10
Selvportræt - tegn dig selv	10
Tag en ting med næste gang	11
Find rækkefølgen	11
Afslappende aktiviteter	12
Åndedrætsøvelse 1	12
Åndedrætsøvelse 2	12
Massageøvelse	12
Kort kropsscanning	12
Bage pizza	13

Udgivet af
Dansk Flygtningehjælp,
februar 2020
Redaktion og layout:
Anja Weber Stendal,
Helle Hørup og
Claes Alexander Plambech
Tryk: GSB Grafisk
Udgivelsen er gratis og
kan hentes på
www.flygtning.dk/frivillig
Copyright: Alle rettigheder
forbeholdes.
Mekanisk, fotografisk,
elektronisk eller anden
gengivelse af denne håndbog
eller dele heraf er kun tilladt
med gengivelse af kilde.

Gennemgående aktiviteter.....	16
Klubmapper eller klubdagbøger	16
Klubregler.....	16
Medansvar for klubben	18
Fødselsdagskalender og -fejring.....	19
Medlemskort.....	20
Klubbens fællesportræt	20
Kongens efterfølger	21
Passer/passer ikke på mig	21
Håndtryk i cirkel	21
Kryds floden.....	23
Lyde i cirkel	23
Hulahop-stop	23
Positiv opmærksomhed	24
Blindebyg.....	24
Sanseøvelse.....	25
Sprogunderstøttende aktiviteter og lege	26
Dialogisk læsning og højtlesning	26
Leg en bog	27
Lav jeres eget teaterstykke	27
Se film om relevante temaer.....	27
Tegn og mal til bog	28
Syng eller rap sammen.....	28
Tage billeder	28
Stopdans med ordrer	28
Hvem er jeg?	30
Fup eller fakta	30

Udendørsaktiviteter	32
Brug de lokale muligheder i naturen.....	32
Madskattejagt og madlavning	32
Yndlingssteder og gode minder	32
Dåsekast eller flaskebowling	34
“Her kommer vi”	34
Ambulancefangeleg.....	35
Orienteringsløb.....	35

Udflugter og foreninger i lokalsamfundet	36
Skattejagt i det lokale	36
Få besøg eller besøg foreninger	36

Find flere aktiviteter	37
-------------------------------------	-----------

Inspiration til planlægning	38
Eksempel på aktivitetsplan for tre måneder	39
Eksempel på program i Leg- og læringsklub i opstartsfasen.....	40
Eksempel på program i Leg- og læringsklub med fokus på sprog.....	41

Anvendt litteratur og hjemmesider	43
--	-----------

Indledning

Indledning

Dette aktivitetskatalog er lavet i forbindelse med projektet 'Leg og Læring i modtagelsen af flygtningebørn', der er støttet af Egmont Fonden.

Aktivitetskataloget er henvendt til frivillige i Dansk Flygtningehjælps Leg- og læringsklubber og til andre med interesse for at lave klub/aktiviteter med børn i aldersgruppen 6-16 år. Det indeholder praksisnære beskrivelser af aktiviteter og lege, I kan lave med børnene, og inspiration til jeres planlægning. Aktivitetskataloget er udgivet sammen med en håndbog.

Som frivillige i en Leg- og læringsklub er jeres rolle at lave klubaktiviteter og lege, der støtter børnene socialt, fagligt og sprogligt. Aktivitetskataloget er en guide og inspiration til aktiviteter og lege, I kan lave i klubberne. Håndbogen er en guide til tilgangen i klubberne og til, hvordan I konkret tilrettelægger klubberne. Det er væsentligt at fremhæve, at det vigtigste i metoden er jer som frivillige. Når I afholder en klub, kan I tilbyde noget andet end de professionelle, børnene er sammen med i andre sammenhænge. I tilbyder børnene et fællesskab med voksne og unge, der har valgt at bruge deres fritid på at være sammen med dem.

Udviklet i samarbejde med frivillige

Dette er 2. udgave af aktivitetskataloget. Oprindeligt er aktivitetskataloget og håndbogen udarbejdet som et samlet katalog af Center for Udsatte Flygtninge. Det tidligere katalog blev udviklet på baggrund af eksisterende viden om metoder og tilgange til arbejdet med gruppeforløb, flygtningebørn og tosprogede samt integration og frivillighed. Det oprindelige katalog er dernæst afprøvet og rettet til ud fra erfaringerne fra frivillige i Leg- og læringsklubberne. Anden udgave er for overskuelighedens skyld udgivet i to selvstændige hæfter. I aktivitetskataloget er der, som noget nyt, bl.a. tilføjet forslag til aktiviteter fra andre frivillige.

Om aktiviteter

I aktivitetskataloget vil I blive introduceret til en række lege og aktiviteter, der kan hjælpe og inspirere jer i arbejdet med børnene. Disse er inddelt i temaer, der hver især understøtter børnenes trivsel og trykthed i klubben.

Vælg de aktiviteter, der passer til børnegruppen, og som I frivillige bliver mest inspirerede af. Husk at tydeliggøre, at børnene altid gerne må sige fra og stå over, så ingens grænser overskrides – der skal være en tydelig og tilladt vej ud af legen. I forlængelse af dette kan det være en god ide at vente med aktiviteter, der eksempelvis indeholder meget fysisk kontakt, til man har aflæst gruppen og lært børnene at kende.

Ved aktiviteterne er der skrevet en aldersmæssig målgruppe. I klubber med større børn og unge i aldersgruppen 13-16 år kan det være en fordel at omtale lege som øvelser, så de store børn bedre kan identificere sig med aktiviteten. Frivillige der har erfaring med Leg- og læringsklubber for 13-16-årige anbefaler at lægge vægt på udendørsaktiviteter, hvis gruppen har et højt energiniveau. For klubber med større børn der er mere rolige, kan der sammensættes et program af mere rolige, refleksions- og samtaleorienterede aktiviteter. Eksempelvis ”selvportræt” s. 10 og ”fællesportræt” s. 20, ”medansvar for klubben” s. 18, ”sansøvelse” s. 25, ”hvem er jeg”

s. 30, ”fup eller fakta”, s.30 og ”yndlingssteder eller gode minder”, s. 32, ”se film om relevante temaer” s. 27, ”tag en ting med næste gang” s. 11 og ”positiv opmærksomhed” s. 24.

Temaer

Opstarts- og afslutningsritual

Et opstarts- og afslutningsritual bidrager til at skabe struktur og dermed trykthed for børnene.

Lær-hinanden-at-kende-aktiviteter

Der findes mange forskellige lege og aktiviteter, der kan bruges til at lære hinanden at kende på de første møder i klubben. Her beskrives en række forslag til aktiviteter og lege til forskellige aldersgrupper.

Afslappende aktiviteter

Afslappende aktiviteter kan indgå i afslutningen af klubben, eksempelvis før afslutningsritualet eller som afslutningsritual. De kan også bruges som små pauser til at få børnene til at få ro i kroppen.

Gennemgående aktiviteter

Gennemgående aktiviteter kan tages op løbende og ligesom opstarts- og afslutningsritualer medvirke til at skabe en forudsigelighed og dermed skabe struktur og trykthed i klubben.

Fællesskab og samarbejde

Aktiviteter og lege, der kan styrke fællesskabet og evnen til at samarbejde i klubben. Aktiviteterne er relevante i opstarten af klubben, men flere af aktiviteterne kan også med fordel bruges på andre tidspunkter i Leg- og læringsforløbet. Erfaringen fra nogle klubber er, at børnene trives bedst, hvis der ikke er konkurrenceprægede lege og aktiviteter i klubben.

Sprogunderstøttende aktiviteter og lege

Udviklingen af sprogkompetencer sker løbende gennem deltagelse i Leg- og læringsklubber. I håndbogen findes generelle sprogunderstøttende strategier, hvorimod der her findes konkrete aktiviteter og lege, der understøtter sprogkompetencer.

Udendørsaktiviteter

At bruge naturen eller byrummet udenfor kan give andre udfoldelsesmuligheder. Det kan give mere plads og mulighed for aktiviteter med højt tempo, men også bidrage til ro og fordybelse. I afsnittet er der eksempler på både rolige og aktive udendørsaktiviteter. Derudover vil flere af de øvrige aktiviteter i kataloget også kunne laves udendørs.

Udflugter i lokalsamfund

Udflugter i lokalsamfundet kan være mange ting. Formålet er at styrke børnenes muligheder for

at indgå i lokalsamfundet. I dette afsnit findes et eksempel på en udflugt, der handler om at se lokalområdet. Det gøres gennem en skattejagt. Se håndbogen for mere generel information om udflugter i lokalsamfundet.

Aktiviteter

Opstarts- og afslutningsritual

Leg med faldskærm

6 - 12 år

Materialer: Faldskærm

Faldskærmen kan bruges til en række forskellige lege og være et fast element ved opstart og afslutning. Forslag til lege:

- Løft faldskærmen ned og op – mod gulvet og op over hovedet
- Løb ind under og tilbage, når faldskærmen er oppe, mens man stadig holder ved den
- Giv slip på faldskærmen fra strakt arm og se, hvordan den lander
- Læg en bold på faldskærmen og få den til at flyve
- Læg balloner på faldskærmen og få dem til at flyve
- Brug faldskærmen som hule ved at gå ind under den og trække den ned bag ryggen og sætte sig på inderkanten
- Brug faldskærmen som karrusel på jorden ved, at nogen går rundt med en hånd på faldskærmen, og de, der har lyst, sidder/ligger på midten af faldskærmen.

Rundkreds

6 - 16 år

- Rundkredsen kan tilpasses alle aldersgrupper og bruges til både opstart og afslutning.
- I rundkredsen kan I fortælle om dagens program. Her kan børnene inddrages ved, at I spørger til særlige ønsker eller ideer til dagens program. I kan gennemgå klubreglerne (s. 16). Børnene kan medinddrages ved for eksempel at lade dem fortælle om reglerne eller læse dem op.
- Når I afslutter klubben, kan I igen stille jer i rundkreds og eksempelvis gennemgå dagens aktiviteter og spørge til, hvad børnene synes har været særligt sjovt eller godt.

Lær hinanden at kende

Navneleg med bold

6 - 12 år

Materialer: Bold

Alle står i en rundkreds. Den, der har bolden, starter med at sige sit navn og navnet på den person, bolden kastes til. Sådan fortsættes legen.

En variant, hvis der skal lidt mere aktivitet til, er, at man siger sit navn og navnet på den, man kaster bolden til, men efter man har kastet, bytter man plads.

Gruppestimmel

6 - 16 år

Legen går ud på at finde sammen med den, der har det samme som dig selv. Den frivillige kommer med en kategori som eksempelvis: øjne, hår, sko, mors navn etc. Legen er slut, når man ikke kan finde på flere kategorier.

Fri stol til højre

12 - 16 år

Materialer: Stole i en cirkel

A står i midten, de andre deltagere sidder i en cirkel omkring på stole. A siger navnet på to deltagere,

som rejser sig og går ind i midten, giver hinanden hånden og siger goddag. Der er nu to stole ledige og tre mand i midten, som skal forsøge at få en ledig stol.

De siddende rykker, så snart de kan, hen på den frie stol til højre. Det vil sige, at de bliver ved at flytte sig til højre, så snart de kan.

Selvportræt - tegn dig selv

6 - 16 år

Materialer: Karton, tuscher, farveblyanter, saks

Bed børnene om at tegne sig selv. I kan selv variere opgaven:

- I kan eksempelvis bede dem om at tegne dem selv og noget, de er gode til, på billedet.
- Eller noget de godt kan lide, og noget de ikke kan lide.
- I kan sammen med de større børn vælge at skrive tre ord på billedet, der beskriver dem.

Når portrætterne er færdige, kan hvert barn fortælle gruppen om sit selvportræt.

Når alle har tegnet et selvportræt, kan de kombineres til et fællesportræt som beskrevet på side 20.



Tag en ting med næste gang

6 - 16 år

Bed børnene tage en ting med næste gang, som betyder meget for dem, og som de er glade for. Stil jer næste gang op i en rundkreds og lad hvert barn vise deres ting frem og fortælle om tingen.

Find rækkefølgen

6 - 16 år

Legen går ud på, at børnene skal stille sig op i rækkefølge ud fra den kategori, den frivillige siger: Eksempelvis højde, alder, kosttørrelse, antal søskende.

Legen kan varieres ved, at børnene ikke må tale sammen.

Afslappende aktiviteter

Åndedrætsøvelse 1

6-16 år

Alle bedes om at lægge sig på gulvet og gerne med lukkede øjne, men det bestemmer man selv.

- Løft samtidig venstre ben og højre arm op, mens I puster ud
- Læg højre arm og venstre ben ned samtidig med, at I trækker vejret ind
- Gentag modsat.

Hvis man kommer ud af det, så er reglen, at man er fyldt med luft, når man ligger fladt udstrakt, og tom for luft når man har løftet arm og ben.

Åndedrætsøvelse 2

6-16 år

Alle bedes stå op.

- Træk vejret ind, mens du hæver arme og hænder op over hovedet og kom op på tæer
- Pust langsomt ud, mens du lander på hæle og sænker armene ned igen langs siden. Gentag 10 gange.

Massageøvelse

6-12 år

Børnene sidder 2 og 2 eller på række bagved hinan-

den med hænderne på hinandens ryg. I guider dem igennem denne massageøvelse.

- Blæst over savannen – hænderne stryges blødt fra side til side ned over ryggen
- Der kommer regn – fingre trommer ned over ryggen oppe fra hovedet og ned
- Solen skinner – store strøg oppefra og ned med begge håndflader på samme tid
- Læg hænderne på skuldrene, og når barnet puster luft ud, stryges hænderne ned langs armene og slutter med at trække og slippe fingerspidserne.

Fra Hans Godske og Mona Miche (2013): 'Stop. Brug din krop', s. 22.

Kort kropsscanning

6 - 16 år

Børnene skal lægge sig ned på ryggen. Hvis de ikke bryder sig om at ligge ned, kan de eksempelvis sidde op ad en pude ved væggen. Den frivillige guider igennem følgende øvelse:

- Prøv at lægge mærke til jeres vejrtrækning. I skal ikke ændre på den, blot mærke luften, når I trækker vejret ind og ud. Prøv at mærke, hvordan jeres mave udvider sig og falder med vejrtrækningen.

- Prøv nu at mærke jeres fødder og tæer, og næste gang I trækker vejret, så træk det helt ned i fødderne. Mærk, hvordan fødderne bliver mere og mere afslappede for hver gang, I puster ud.
- Der fortsættes med underben, lår, numse, nederste del af maven, hænder, underarme, overarme, hals og nakke, ansigt, øjne, næse, mund og til sidst toppen af hovedet.
- Når du har været igennem hele kroppen, siger du: Prøv at mærke hele kroppen, prøv at mærke der, hvor kroppen rører ved underlaget. Ved hvert åndedrag mærker du hele kroppen blive mere afslappet. Prøv at mærke underlaget under kroppen.

Bage pizza

6-12 år

Tal gerne med børnene om, om de ved, hvad pizza er, og om de har prøvet at lave det. Hav eventuelt et billede med. Børnene skal være sammen i par. Den ene ligger ned og er pizzaen, den anden laver pizzaen. Den frivillige fortæller og viser samtidig bevægelserne på en anden frivillig.

Se eksempler i skemaet herunder.

Den frivillige siger	Kokken gør
Først smuldrer vi gær	Små lette nap på arme og mave
Vi hælder vand i	Kildebevægelser fra hoved og fod
Vi rører rundt	Cirkelbevægelser over kroppen
Salt og mel kommes i	Store æltebevægelser
Dejen glattes ud	Seje træk/tryk over kroppen
Vi kommer tomatsauce på	Bløde strøg over kroppen
Vi kommer ost på	Lange træk med trykkende fingre
Vi kommer pizzaen i ovnen	Træk i arme og ben
Vi skærer pizzaen i stykker	Langt træk med håndside. Afslut med lange strøg over kroppen



Meditationsøvelse

6-12 år

Materialer: Puder, ”falske” stearinlys og afslappende musik

”Vi slutter vores klub af med at lave en lille ”meditations-øvelse”, hvor alle har en lille pude og lægger sig på gulvet. Så slukker vi lyset og tænder vores ”falske” stearinlys og sætter noget afslappede musik på. Mens børnene lukker øjnene, går vi rundt og nusser dem/masserer dem og prøver at få dem til at mærke efter i deres krop og slappe af i ægte meditationsstil. Nogle synes, det er svært at koncentrere sig, men generelt nyder de det rigtig meget, og vi er overraskede over, hvor godt de har taget imod det. På den måde slutter vi børneklubben på rolig vis. Alle kan være med.”

Øvelsen er fra Leg- og læringsklubben i Gentofte



Gennemgående aktiviteter

Klubmapper eller klubdagbøger

6 - 16 år

Materialer: Samlemapper eller kladdehæfter i hardback samt materialer til dekoration.

Ideen bag klubmapper eller dagbøger er at have et sted, hvor barnet kan skrive, tegne eller klistre billeder ind fra klubben. At bruge mapperne konsekvent i klubben styrker strukturen og bidrager til at fastholde det oplevede og læringen fra klubben for det enkelte barn. Mapperne kan med fordel også bruges til, at barnet kan tage mappen med hjem for at vise forældre og søskende, hvad de har lavet i klubben.

Illustration af mappe

Ved en af de første klubgange kan hvert barn dekorere deres egen mappe/hæfte. Afslutningsvis kan børnene vise mappe/hæfte til resten af klubben.

Mapperne som gennemgående element

I kan vælge at bruge 10-15 minutter ved afslutningen af hver klubgang til, at børnene tegner, skriver eller klistrer fotos og billeder, I har printet til dem

ind i bogen. Hvis I gerne vil arbejde med mapperne, er det en god idé, at I forbereder jer eksempelvis ved at have billeder med, der illustrerer de konkrete aktiviteter, I skal lave i klubben.

Det er en rigtig god idé at arbejde med sprogunderstøttelse ved hjælp af mapper. Eksempelvis ved at skrive enkelte centrale ord fra aktiviteterne, som børnene kan skrive ind i mappen.

Klubregler

6 - 16 år

Materialer: Flipoverpapir/A3 papir og sprittusch

Arbejdet med at lave gruppens sociale spilleregler er en måde at involvere børnene i at skabe kulturen og rammen om klubben. Hvordan I kan gribe det an afhænger meget af børnenes alder og sprog.

I kan introducere børnene til, hvad I skal ved at sige, at I gerne vil tale om, hvordan I skal være sammen i klubben. Det kan være en god idé først at tale om, hvad regler er for noget.



Erfaring med klubbøger

6-12 årige

Materialer: Bog/hæfte, klistermærker, polaroid-kamera

”Vi laver notesbøger med dem. De får en lille bog/et hæfte, skriver deres navn på, og så får de klistermærker hver gang de kommer, og hvis de ”gør noget godt”, løser en opgave eller noget. Vi tager også polaroid-billeder af dem til forsiden af bogen. Alle deltager og det er for begge køn.”

Erfaringen er fra Leg- og læringklubben i Gentofte

For de yngste (6-9 år) og for de klubber, hvor mange af børnene stadig har svært ved dansk, kan det være en fordel at tage udgangspunkt i nogle allerede formulerede regler. I kan forklare reglerne og snakke med børnene om, hvad de betyder, og hvorfor det er vigtigt at have sådan en regel. Her skal I have formuleret reglerne på forhånd. I kan lade jer inspirere af reglerne nedenfor.

Her er et eksempel på grupperegler:

- Kun én stemme af gangen
- Man må ikke drille eller gøre grin med hinanden
- Hvis du ikke vil være med til legen, må du godt sætte dig ud til siden. Du må ikke gå ud af rummet.
- Hvis du bliver ked af det, skal du sige det til en voksen.

Eksemplet på regler er fra Madsen, Heidi Jacobi m.fl.: 'Nussa – neuroaffektiv Udviklingspsykologisk Struktureret Social Aktivitet', Afdelingen for Traume- og Torturoverlevende, Psykiatrien i Region Syddanmark og Varde Kommune s. 43.

Hvis der er tale om en ældre gruppe af børn, og hvor det sprogligt kan lade sig gøre, kan I i højere grad indbyde dem til at være med til at formu-

lere reglerne. Her kan I med fordel starte med at komme med én ide til en regel og derefter indbyde børnene til at beskrive, hvad, de ellers synes, er vigtigt. Her kan det også være en fordel at have formuleret nogle ideer til regler på forhånd, hvis børnene skal hjælpes på vej.

Medansvar for klubben

10-16 år

Materialer: Flipoverpapir/A3 papir og sprittusch

Øvelsen om at tage medansvar for klubben er god at tage op, når klubben har været i gang i en periode. Øvelsen er en struktureret måde at inddrage børnene i aktiviteterne i klubben og i at tage ansvar for, at klubben fungerer.

Børnene opdeles i mindre grupper – eksempelvis i grupper af 4-5 personer. Når børnene sidder i grupperne introduceres øvelsen ved, at I fortæller, at de skal komme med forslag til, hvordan det bliver sjovest at være i klubben. Forslagene kan være konkrete aktiviteter, temaer eller lege.

Øvelsen kan foregå ved, at børnene selv skriver, eller ved at en frivillig hjælper med at skrive ned. Øvelsen starter med, at børnene selv skal skrive

deres forslag ned på 5 minutter. Her kan tilbydes skrivehjælp eller lægges op til, at børnene husker på forslagene.

I grupperne skal børnene nu efter tur fortælle, hvad de har af ideer til de andre i gruppen. Gruppen skal tale om hver idé og skrive de ideer, de alle synes er gode på en fælles planche.

Bagefter fortæller grupperne til hinanden hvilke forslag, der står på deres fælles planche. Som afrunding på øvelsen kan I fortælle, at I vil tage plancherne med jer og bruge dem, når I planlægger klubbens aktiviteter de næste gange.

Øvelsen er tilpasset efter øvelsen ”medansvar for undervisningen” i Wybrandt, Mette og Hedegaard Jensen, Sara (2013): Inkluderende læringsmiljø. Inspirationskatalog til lærere og pædagoger. Amondo.

Fødselsdagskalender og -fejring

6-16 år

Materialer: Kalender, pynt og kage

Som en gennemgående aktivitet i klubben kan I vælge at fejre børnenes fødselsdage med eksem-

pelvis sang, kage og oppyntning. I kan lave en stor kalender og skrive, hvornår børnene har fødselsdag. I kan aftale at fejre fødselsdag på den klubgang, der ligger umiddelbart efter fødselsdagen. Fødselsdagsfejringen er en mulighed for en gennemgående aktivitet, der primært har til formål at skabe et genkendeligt og trygt ritual og en positiv opmærksomhed om de enkelte deltagere i klubben.

Fællesskab og samarbejde

Medlemskort

6-16 år

Materialer: Karton, tuscher, saks, dekorationsmaterialer mv.

Børnene skal lave deres eget medlemskort, hvilket kan bidrage til at give en større fællesskabsfølelse og samtidig være en kreativ aktivitet. På kortet kan være:

- Tegning/foto af barnet
- Navn
- Alder
- Højde - at måle højde sammen kan være en sjov fællesaktivitet
- Underskrift - for børn kan det føles sjovt, voksent og særligt at skulle underskrive ting
- 'Kan godt lide'.

Medlemskortet kan dekorerer - på den måde kan børnene være kreative og gøre kortene personlige. Medlemskortet kan bruges i lege, hvor den frivillige eksempelvis læser "Kan godt lide" op, og så skal børnene gætte, hvem det drejer sig om.

Medlemskortet kan også bruges, når/hvis børnene skal på tur for, at I frivillige kan sikre jer, at kun børn fra klubben kommer med på tur. Find selv på andre aktiviteter, der involverer medlemskortet.

Klubbens fællesportræt

6 - 16 år

Materialer: Karton, tuscher, farveblyanter, saks, etc

Fællesportrættet er fortsættelsen af selvportrættet. De to aktiviteter kan laves efter hinanden og fylde det meste af en klubgang i Leg- og læringsklubben. Alternativt kan fællesportrættet laves som selvstændig aktivitet, hvor I ved første klubgang har taget et billede af børnene og har printet dem ud.

Her vil det give mening at lade børnene arbejde med selvportrættet først, eksempelvis ved at skrive ned på billedet hvad de er gode til.

Efter alle selvportrætter er lavet, limes alle portræterne på en stor plakat. I kan vælge at lave plakaten som en cirkel, en jordklode, en sol eller andet, der kan skabe 'samling'. Når selvportræterne er klæbet op, snakker I om fællesportrættet:

- Hvad kendetegner vores gruppe?
- Hvad tror I, andre vil tænke om gruppen?
- Bliv enige om 2-4 ord, der beskriver gruppen. Det kan eksempelvis være ordene: 'forskellige, seje, gode til fodbold'.

Øvelsen er tilpasset fra: Amondo for Frederiksberg Kommune (2014): Aktivitetskatalog. Medborgerskab i børnehøjde, s. 11.

Kongens efterfølger

6 - 9 år

Kongens efterfølger går i al sin enkelthed ud på, at ét barn er kongen, og de andre børn følger efter hende og gentager hendes bevægelser og lyde.

Passer/passer ikke på mig

6 - 16 år

Materialer: Tov ca. 5 meter og 2 skilte, hvor der står 'JA' og 'NEJ' samt tape

Fortæl børnene, at I nu skal lege en leg, hvor I lærer hinanden lidt bedre at kende. At I skal blive lidt klo- gere på, hvordan I ligner hinanden, og hvordan I er forskellige.

Læg et tov ud på gulvet, hvor der i den ene ende af tovet bliver placeret et A4-ark, hvor der er skrevet "JA", og i den anden ende er placeret et A4-ark, hvor der er skrevet "NEJ".

Forklar børnene, at der vil blive stillet et spørgsmål eller et udsagn, og at de så skal finde ud af, om det passer på dem. Hvis det passer, skal de stille sig tæt på "JA", hvis det er midt imellem, skal de stille sig i midten, hvis det ikke passer, på "NEJ".

Når børnene har stillet sig op, beder I dem lige kigge rundt på hinanden.

Brug nedenstående udsagn eller find selv på nogen. Læs ca. 15 stk. op til denne leg.

- "Jeg kan godt lide pizza"
- "Jeg er altid frisk om morgenen"
- "Jeg kan lide blomster"
- "Jeg har en søster"
- "Jeg har en bror"
- "Jeg skændes tit med min mor"
- "Jeg er en god ven"
- "Jeg gør altid, hvad min mor og far siger"
- "Jeg elsker fodbold"
- "Jeg kan godt lide at tegne"
- "Jeg elsker at sove længe"
- "Jeg kan godt lide at spille computer"
- "Jeg kan godt lide at gå i skole".

Det er vigtigt at gøre opmærksom på, at hvis et barn ikke ønsker at give sin sande placering til kende, så er det helt i orden at placere sig neutralt. Man skal ikke svare på noget, man ikke vil.

Øvelsen er beskrevet i Petersen, Ann-Dorthe m. fl. (2011): Frirum - En håndbog med viden, metoder og inspiration til børnegrupper med børn i traumatiserede flygtningefamilier. Røde Kors & SINDs pårø- renderådgivning, s. 46-47.

Håndtryk i cirkel

6 - 9 år

Børnene står i en rundkreds og holder hinanden i hånden. Den frivillige sender et håndtryk af sted til højre eller venstre i cirklen, som så skal sendes videre.



Kryds floden

6 - 12 år

Materialer: Trædesten, sækkestole, stole, taburetter etc.

Legen går ud på at samarbejde om at krydse 'floden' ved hjælp af trædesten uden at røre gulvet. Flodens bredder markeres på hver side, og der lægges trædesten i 'floden'. Legen skal understøtte børnene i at samarbejde og hjælpe hinanden.

Afhængig af børnenes alder kan I variere sværhedsgraden i legen ved at vælge svære eller lette trædesten, ved at lægge dem kortere eller længere fra hinanden og ved at gøre floden smallere eller bredere.

Det er en god idé, at I som frivillige illustrerer, hvordan man hjælper hinanden over floden, og hvordan et 'dårligt samarbejde' om at komme over floden ser ud (hvor den første går enegang og efterlader de andre på floden).

I kan lege, at der eksempelvis lever krokodiller i floden, og man bliver spist, hvis man rører den. Når man er spist, skal man tilbage til start og vente 30 sekunder.

For de lidt ældre børn kan legen varieres ved, at børnene deles i to eller tre hold, der hver får tre stole, som de skal bruge til at krydse floden. Bør-

nene skal stå på stolene hele tiden. Børnene hjælpes ad med at transportere den bagerste stol op foran for at komme videre. Her startes der forfra, hvis et barn rører jorden.

Legen er beskrevet i henholdsvis: Integrationsnet: 'Ud på gulvet. Lege, der styrker børns sprog og sociale færdigheder, s.26 og Amondo for Frederiksberg Kommune (2014): Aktivitetskatalog. Medborgerskab i børnehøjde, s. 8.

Lyde i cirkel

6 - 9 år

Børnene står i en rundkreds. Et barn starter med at hviske et ord eller en sætning til barnet til højre. Ordet hviskes videre i rundkredsen, til det når sidste mand, der siger ordet højt. Her er det sjovt at høre, om ordet er det samme, som da det blev sendt afsted.

Hulahop-stop

6 - 9 år

Materialer: ca. 4 Hulahopringer

I denne leg er du som frivillig en heks, der gerne vil fange nogle børn.

Læg to eller flere hulahopringer på gulvet og sæt noget glad musik på. Når musikken spiller, er der fred og ingen fare. Når musikken stopper, er der

kun helle indenfor hulahopringene. De er ”ringe af godhed”, og der kan børnene ikke fanges af den onde heks.

Når du har tændt og slukket musikken nogle gange, kan du fjerne ringene én efter én, så børnene skal stå tættere og tættere.

Hvis et barn bliver fanget af heksen, kan barnet befries ved, at de andre børn siger noget godt om det barn. I starten vil børnenes kommentarer nok mest handle om udseendet. Efterhånden kan du opfordre til, at de skal nævne andre ting. Det kan for eksempel være situationer, hvor barnet har været en god ven og hjulpet andre.

Fra Integrationsnet 2013: 'Ud på gulvet. Lege, der styrker børns sprog og sociale færdigheder', s.18.

Positiv opmærksomhed

6-12 år

Materialer: Hulahopring

Der lægges en hulahopring på gulvet. Børnene bliver på skift bedt om at træde ind i ringen. Når

man står i ringen, må man ikke sige noget, men alle andre skal på skift give et kompliment/sige en sød ting om ham/hende, der står i ringen.

Fra Leg- og læringsklubben i Gentofte.

Vend tæppet

6-16 år

Materialer: Et eller flere tæpper eller presenninger

Børnene deles i grupper, der kan stå på tæppet eller presenningen samtidig. Opgaven er, at børnene skal vende tæppet eller presenningen om, mens de fortsat står på det.

Blindebyg

9-16 år

Materialer: Byggematerialer eksempelvis lego duplo samt tørklæder, sovemasker eller andet til at have for øjnene.

I blindebyg opdeles deltagerne i hold på ca. 4 deltagere. Der er en på hvert hold, der kan se og de øvrige deltagere får bind for øjnene. Deltagerne

med bind for øjnene skal bygge en bygning – eksempelvis et tårn, et slot, en borg eller lignende. Den på holdet der kan se guider de øvrige deltagere. Den deltager der kan se må ikke selv være med til at bygge, men kun dirigere arbejdet.

Der kan konkurreres mellem holdene – ala hvem er først færdig med at bygge et tårn eller hvem bygger det højeste tårn på 5 minutter. Der behøver dog ikke at være et konkurrenceelement. I stedet kan man bagefter se på hinandens bygningsværker.

Aktiviteten kan varieres med eksempelvis puslespil, der skal samles med bind for øjnene eller smør den flotteste rugbrødsmad med bind for øjnene.

Aktiviteten er tilpasset fra: Helle Sindal (2014): "Guide: Her er seks gode udendørslege" i Politiken, familieliv, 2014, 12. oktober.

Sanseøvelse

6-16 år

Materialer: Øvelsen kan laves inde eller ude. Der skal være forskellige "poster", hvor materialerne skal give forskellige sanseindtryk. Materialer kan

være musik, vandbaljer, puder, forskellige materialer fra naturen – grene, sten osv.

Børnene skal samarbejde to og to. Den ene får bind for øjnene og skal føres af sin makker. Den der har bind for øjnene skal fortælle hvad han/hun lugter, mærker og hører. Makkeren der kan se guider den blinde rundt til posterne. Imens taler de om, hvad den blinde sanser, eksempelvis blødt, hårdt, vådt, koldt osv.

Posterne kan eksempelvis være forskellige underlag, man skal gå på. Det kan være lyd, musik, eller vand, sten eller overflader, man skal røre ved, ting, man skal lugte til (blomster, rosiner etc.).

Øvelsen er fra Børnefamiliecenter Københavns metode og øvelses katalog: 'Børnegrupper i praksis'.

Sprogunderstøttende aktiviteter og lege

Dialogisk læsning og højtlesning

6 - 12 år

Materialer: Relevante bøger til højtlesning og dialog

Dialogisk læsning kræver en mindre gruppe børn, som er på nogenlunde samme sproglige niveau. Det vil sige, at I med fordel kan dele klubben op i mindre grupper, hvor der er en frivillig, der læser højt for hver gruppe. For den ældre gruppe af børn kan højtlesning og dialog om bogen også fungere, hvis bogvalget passer til aldersgruppen.

Dialogisk læsning handler kort fortalt om at læse bogen højt, men sideløbende invitere børnene til dialog om bogens handling. I kan med fordel på forhånd udvælge de centrale ord eller begreber i bogen, som I vil have dialog med børnene om. Ordene kan eksempelvis skrives op, så børnene kan se dem, og hvis I bruger mapper/bøger, kan børnene skrive ordene i disse.

Eventyr til de yngre

I kan eksempelvis vælge eventyr, der ofte er velegnede til højtlesning ved at være overskuelige i længde og ofte også ved at være gode til at dramatisere. Herunder er et par eksempler, hvor der i andet regi også er lavet anbefalinger til, hvordan man kan have dialog om bøgerne:

- HC Andersen: Svinedrengen, hvor der er inspiration til dialogisk læsning med videre her: www2.htk.dk/Biblioteket/Hjemmesiden/Dialogisk%201%C3%A6sning/2.%20klasse/Svinedrengen.pdf
- H.C. Andersen: 'Klodshans'
- Guldløk og de tre bjørne, hvor der er inspiration til dialogisk læsning med videre her: <https://kompetencecenter.silkeborgkommune.dk/~media/Subsites/Special-og-projektsites/VidencenterforIntegration/0til6arrige/Sprogstimulering/Bogfoldere/De-aeldste/Skattekiste-4/nye-foldere/Guldløk-og-de-tre-bj%C3%B8rne.pdf?la=da>.

Letlæsningsbøger

I kan også vælge bøger, som er letlæselige for på den måde at få en handling, der kan appellere til aldersgruppen, men uden for mange ord, der er svære at forstå. Et eksempel på letlæsningsserier til 6-9 årsalderen er serien om Seje Selma skrevet af Birgit Lund.

Til de ældre børn

Til den ældre gruppe af børn kan I finde inspiration til højtlesning her: <https://litteratursiden.dk/lister/gode-boger-til-hojtlaesning-fra-9-12-ar>. I kan med fordel vælge bøger med kapitler, hvor I spreder læsningen over flere gange eller vælge at læse uddrag.

Leg en bog

6-9 år

Materialer: Bog der er velegnet til aldersgruppen

Først læser du hele bogen igennem. Derefter læser du første side igen, og så leger I siden, derefter går I tilbage og læser side 2 og leger den, og sådan fortsætter I.

Bogen leges sammen med jer som frivillige, hvor I starter med at komme med forslag til, hvordan bogen kan leges. Det er meningen, at alle leger den samme handling, dvs. alle er hovedperson samtidig. I kan udvælge forskellige elementer, I lægger vægt på i legen eksempelvis bogens billeder eller personernes følelser. I kan bruge dialogen fra bogen eller selv finde på dialog.

Afslutningsvis kan bogen læses igen, og børnene kan spørges, hvad de bedst kan huske.

Fra Integrationsnet 2013: 'Ud på gulvet. Lege, der styrker børns sprog og sociale færdigheder, s.30-31.

Lav jeres eget teaterstykke

6 - 16 år

Materialer: Udklædningstøj, rekvisitter og eventuelt pap, karton og maling til kulisser. Afhængig af børnenes sproglige niveau kan I vælge forskellige varianter af aktiviteten:

- I kan lave et teaterstykke, hvor I ligesom i 'Leg en bog' tager udgangspunkt i en bog, I har læst sammen og herudfra laver et stykke, hvor I enten

bruger dialogen fra bogen eller improviserer ud fra handlingen

- I kan sammen med børnene digte et kort stykke, hvor I først finder på historien og derefter repliker til de forskellige scener. I kan eksempelvis vælge en genre som et eventyr for at have en ramme at lave teaterstykket indenfor.

Aktiviteten kan fylde flere klubgange eller blot en enkelt gang, afhængig af hvordan I rammesætter den. Hvis I vælger at tage udgangspunkt i en bog, kan I have taget udklædningstøj og rekvisitter med, der passer til og på den måde gøre aktiviteten 'kortere'.

I kan også vælge at lade børnene selv lave kostumer, rekvisitter og/eller kulisser til stykket, og i så fald kan aktiviteten fylde flere klubgange.

Se film om relevante temaer

6-16 år

Materialer: Film og noget at fremvise den på

At se en film er et mindre aktivt valg af aktivitet. Aktiviteten kan bruges, hvis der er behov for en rolig og hyggelig stemning i klubben og til at starte dialog om emner, I oplever som relevante for børnene i klubben. Det kan eksempelvis være film om at være ung, om at være flygtning eller sågar om at spille fodbold – så længe I vurderer, at filmen kan danne baggrund for en god snak efterfølgende. Filmen må meget gerne bruges i sammenhæng med dialogspørgsmål efterfølgende.

Det kan eksempelvis være spørgsmål som:

- Hvad lagde I særligt mærke til i filmen?
- Var der noget I ikke kunne forstå?
- Hvad kunne I genkende?
- Hvad kunne I godt lide?
- Hvad kunne I ikke lide?
- Hvorfor tror I hovedpersonen gjorde xx?
- Hvad ville I have gjort, hvis I var hovedpersonen?

Spørgsmålene til film er tilpasset efter aktiviteten ”Se film” fra Børnefamiliecenter Københavns metode- og øvelseskatalog: ’Børnegrupper i praksis’, s. 108

Tegn og mal til bog

6 - 12 år

Materialer: Relevante bøger til højtlesning og papir, maling og tegnesager

I kan læse højt, mens børnene maler og tegner ud fra bogen. Det kan give mulighed for selv at sætte billeder og følelser på de ord, man hører. Efterfølgende kan man have en dialog om børnenes billeder.

Syng eller rap sammen

6 - 16 år

Sange er rigtig god sprogstimulation – og I behøver ikke at være særligt musikalske for at kunne bruge sang og musik i klubben. I kan for eksempel syngesange, som I frivillige allerede kan, eller I kan høre sangen sammen, før I skal synges den. Hvis en af jer frivillige spiller et instrument, kan I selvfølgelig med fordel akkompagnere.

Det er vigtigt, at I arbejder med sangene, så I, ligesom hvis I læser en bog med børnene, taler om, hvad sangen handler om. I sangene kan I også vælge centrale ord og begreber, som I taler mere om og skriver op, så de er synlige for børnene.

Sangene kan være alt fra ’Tag mig med til Joanna’ til MGP eller dansk rap. Her skal I selvfølgelig vurdere, hvad der interesserer børnene, og hvad I har lyst til at synge.

Tage billeder

6 - 12 år

Børnene er sammen to og to. A holder B for øjnene (Hvis A ikke kan lide det, kan hun holde sig selv for øjnene). Derefter fører B hende rundt til 3 ting i rummet – ved hver ting må A kigge 5 sekunder. Når alle tingene er ’blitzet’, skal A fortælle B, hvad hun har set. Derefter bytter man.

Legen kan varieres, så der kigges på bogstaver, tal, ord, der er hængt op, eller billeder af dyr.

Øvelsen er fra Hans Godske og Mona Miche (2013): ’Stop. Brug din krop’, s. 22

Stopdans med ordrer

6 - 12 år

Materialer: Musik og højtalere

Eventuelt kan der indledes med almindelig stopdans, hvor der danses, mens musikken spiller, og stoppes, når der slukkes. Derefter fortsættes med varianten hvor alle skal gøre, hvad den frivillige

Erfaring med teater på

weekend-camp

7-16 år

Materialer: Genbrugsmaterialer og værktøj til at sy etc.

”Børn er altid glade for weekend-camp. Vi var 30 børn og 7 voksne (5 unge + 2 voksne), som deltog i weekend-campen. Temaet var teater. Børnene har optrådt med følgende folkeeventyr: ”Snehvide og de syv små dværge”, ”De røde sko”, ”Den lille rødhætte” og ”Den dumme prinsesse”. Børnene lærte mange forskellige ting. De lavede bl.a. deres egne kostumer, hvor de fik udleveret genbrugsmaterialer og værktøj, hvorefter de ellers fik frie tøjler. Igennem dette lærte de om samarbejde og gruppearbejde. Hver gruppe bestod af 5 børn i alle aldre, men med en lidt ældre tovholder, da vi gik efter princippet ”unge leder unge”. Vores læringsmæssige fokus har været på:

- At arbejde selvstændigt i grupper
- At tage fælles beslutninger
- At have tillid til sig selv og de andre
- At børnene skulle lege og lære ”.

Erfaringen er fra Leg- og læringsklubben i Rudersdal (Holte)

siger, når musikken stopper:

- Læg dig fladt på gulvet
- Hop
- Stå på et ben
- Drej rundt om dig selv
- Nå dine tæer med fingerspidser.

Ordrene kan vælges alt efter, om børnene har behov for at få energi eller dale i energi.

Hvem er jeg?

12-16 år

Materialer: kort og klemmer

Øvelse hvor der kan arbejdes med kendte personer, fagbetegnelser, kropsdele, dyr eller lignende. Børnene deles indledningsvis op to og to. Hvert barn får et kort, der sættes fast på deres ryg med en klemme med et navn eller en betegnelse.

Det kan være forskellige genrer af personer, eksempelvis danske politikere, danske musikere eller fagbetegnelser. Det kan også være kropsdele; arm, ben, næse, øre, hjerte eller dyr. Børnene kan også være med til at skrive kortene.

Øvelsen foregår ved, at makkeren uden at nævne navnet/betegnelsen/kropsdelen/dyret beskriver det, der står på sedlen på den andens ryg. Børnene skal forsøge at gætte, hvem eller hvad, der er beskrevet på deres ryg – og kan undervejs stille spørgsmål til makkeren. Når begge børn i et par har gættet rigtigt, får de et nyt kort på ryggen og skal ud i lokalet og finde en ny makker.

For at finde en ny makker skal børnene lave en bevægelse – eksempelvis armsving, hoppe eller hinke. De andre der leder efter en ny makker skal gå hen foran en anden og spejle deres bevægelse for at lave et nyt makkerpar.

Øvelsen kommer fra materialet: Jeppesen, Lise Sohl (2017): "Bevæg Udskolingen. Lærer.", Dansk skoleidræt

Fup eller fakta

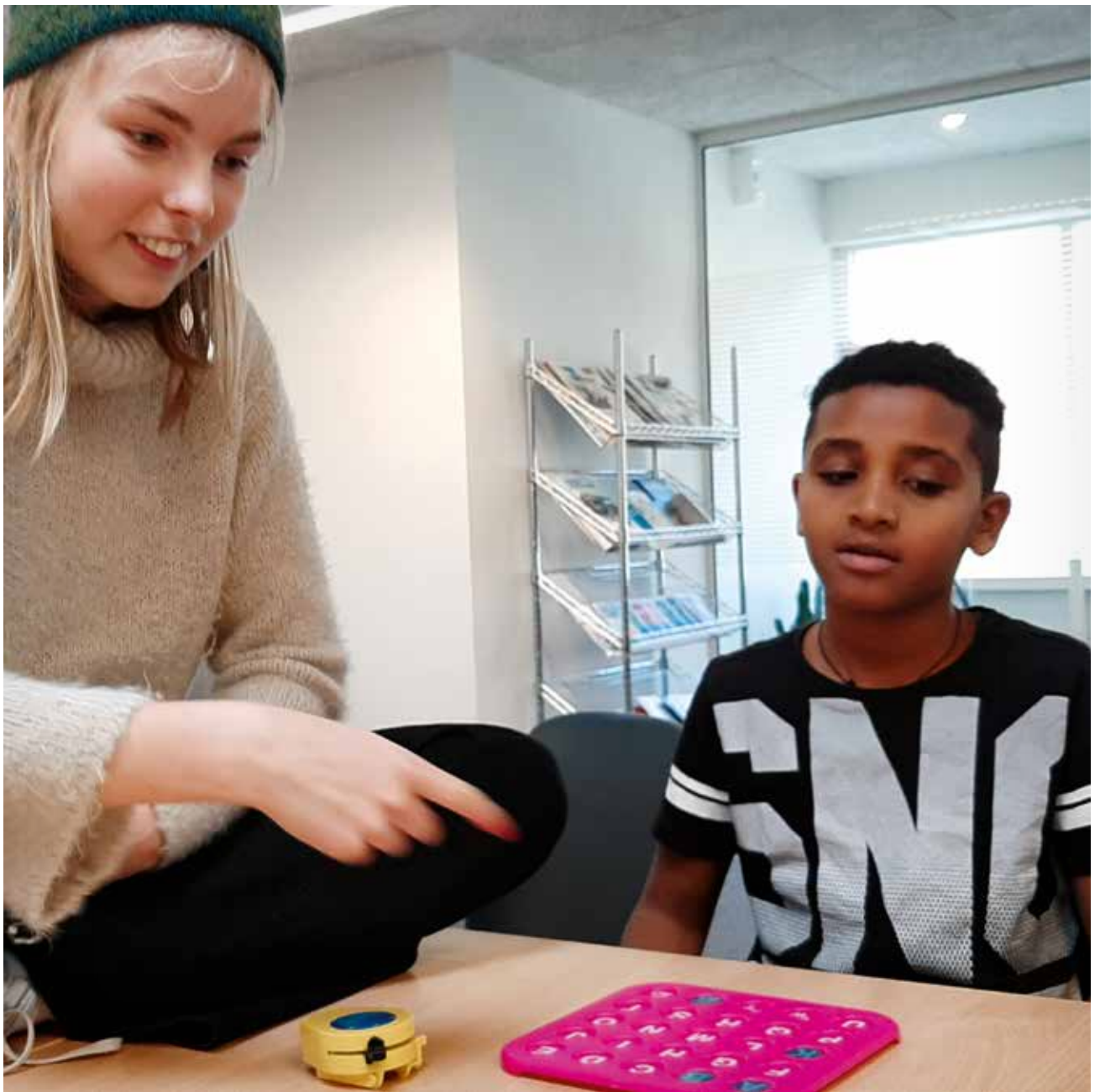
12-16 år

Materialer: Ordbog, kort og skriveredskaber

Børnene deles i grupper af minimum tre personer. I kan være to grupper eller flere.

Hver gruppe vælger et begreb – gerne et ord fundet i ordbogen. Derefter laver gruppen tre definitioner af ordet. En rigtig (fakta) og to forkerte (fup). Definitionerne læses så overbevisende som muligt op for modstandergruppen, der nu skal gætte: Hvad er fup og hvad er fakta.

Som inspiration kan I som frivillige have forberedt et par sjove bud på forhånd. Øvelsen er inspireret af www.lektionen.dk og www.idespejd.dk.



Udendørsaktiviteter

Brug de lokale muligheder i naturen

6-16 år

Der er mange muligheder for at lave aktiviteter i naturen, der udnytter mulighederne i jeres lokale område. Det kan være en gåtur til stranden, i skoven til en legeplads eller til en sø. Aktiviteterne kan laves ud fra mulighederne. Et spil fodbold på den lokale boldbane, et bål og snobrød ved bålplads, finde ting i skov eller ved strand, bygge huler eller en fisketur til nærmeste sø (med hjemmelavet fiskestang).

Madskattejagt og madlavning

7-16 år

Materialer: Ingredienser til madlavning, plasticposer, service, skåle etc., bål eller køkkenfaciliteter

Børnene deles i to grupper. Aktiviteten har tre faser:

- Børnene leder efter ingredienser, der er pakket i plasticposer. De kan eksempelvis hænges i et træ eller lignende. Her er det en god idé eksempelvis at nummerere poserne, så børnene ved, at de skal finde for eksempel pose 1-5.

- Børnene laver mad sammen
Andre børn (der har lavet andre aktiviteter) stemmer på bedste ret. I Rudersdal har forældrene også været med til at stemme på den flotteste lagkage, efter de fik sendt et billede af kagerne.

Fra Leg- og læringsklubben i Rudersdal (Holte).

Aktiviteten kan justeres i sværhedsgrad og til forskellige aldersgrupper og typer af børn. Eksempel kan der samles lagkager, hvor bunde og noget af fyldet er lavet for mindre børn. For ældre børn kan der være opskrifter, der skal laves mad efter. Eller ingredienser kan være snobrøddej og pølser, og aktiviteten kan handle mere om at lave mad ved bålet sammen. Hvis der ikke er mulighed for at "gemme" ingredienser, kan skattejagten også foregå ved, at børnene løser opgaver/poster, og for hver rigtig opgave får de udleveret en ingrediens.

Yndlingssteder og gode minder

9-16 år

En skovtur eller tur ud i naturen, hvor målet er at lede efter ting eller steder i naturen, hvor børnene godt kan lide at være eller som vækker gode minder. Alt efter alder og danskundskaber kan



børnene tegne, lave små figurer eller interviewe hinanden om tingene/stederne bagefter. Interviewet vil være en mulighed for børn, der er fra 9/10 år og opefter – alt efter danskundskaber. Interviewet kan foregå ud fra spørgeskemaet:

- Find et sted du godt kan lide at være udenfor
- Hvad vil du kalde stedet?
- Hvorfor kan du lide stedet?
- Beskriv stedet (hvordan ser det ud?, hvad kan man lave her?)
- Kan du komme i tanke om nogen, du gerne vil vise stedet?

Inspireret af Leg- og Læringsklubben i Rudersdal (Holte) og øvelsen ”Mit yndlingssted” fra Wybrandt, Mette og Hedegaard Jensen, Sara (2013): Inkluderende læringsmiljø. Inspirationskatalog til lærere og pædagoger. Amondo

Dåsekast eller flaskebowling

6-16 år

Materialer: Tomme dåser eller plasticflasker samt store eller små bolde, ærteposer eller lignende

Øvelsen er god som en lille energizer, og børnene kan opfordres til at heppe på hinanden.

Bowling: De tomme flasker stilles op som kegler i bowling, der laves linie i passende afstand, hvor børnene skal stå bagved. En tung bold trilles efter flaskerne.

Dåsekast: De tomme dåser sættes på et bræt eller lignende i højden. Hvis det er vindstille, kan de placeres ovenpå hinanden med tre nederst, to ovenpå og en øverst. Der laves en linje i passende afstand, og børnene kaster efter tur ærteposer, tennisbolde eller lignende efter dåserne.

Aktiviteten er oplagt som en post i et orienteringsløb.

“Her kommer vi”

7-11 år

Børnene og de frivillige deles op i to lige store hold. De to hold stiller sig derefter med god afstand overfor hinanden. Det ene hold skal først enes om, hvilket objekt, koncept, dyr, job osv. de vil mime. Herefter går holdet i armkrog på linje hen mod det modsatte hold, mens de skråler: ”HER KOMMER VI. HER KOMMER VI...”, indtil de står ca. 1 meter fra det modsatte hold. Hold 2 har imidlertid stillet sig på en linje, så de ender med at stå overfor Hold 1. Hold 2 råber så: ”INGEN KOMMER HER FORBI, FØR DE VISER, HVEM DE ER”. Hold 1 viser efter remsen deres aftalte bevægelse.

Det er nu hold 2s opgave at gætte, hvad de mimer. Ved et forkert gæt træder alle fra Hold 1 et skridt tilbage, mens de siger: ”Pølse”. Når der gættes rigtig, vender Hold 1 om og løber mod deres base. Hold 2 skal nemlig fange dem, før de når tilbage til basen. De tilfangetagne bliver en del af hold 2. Bagefter er det hold 2s tur til at mime.

Fra Leg- og læringsklubben i Lemvig

Ambulancefangeleg

6-12 år

Der vælges en eller to fangere, og der laves en firkant – markeret af et tæppe, en madras, kegler eller lignende, der er ”hospitalet”. Når man er blevet fanget, lægger man sig ned på ryggen på jorden – man er nu blevet syg og har brug for at komme på hospitalet.

De øvrige børn kan redde de syge ved at køre dem i ambulance til ”hospitalet” ved at bære dem i arme og ben hen til ”hospitalet”. Børnene bærer hinanden og er enten 2 eller 4 om et barn. Man har helle, mens man er ”ambulancefører”. Der skiftes løbende fangere - gerne så alle når at være fanger.

Orienteringsløb

6-16 år

Materialer: Kort og materialer til de enkelte poster

Orienteringsløb kan varieres til forskellige aldersgrupper, tidsforbrug og formål. Det kan både laves to og to og i større grupper, hvis aktiviteterne tilpasses.

I laver forberedelsen ved at udtænke løbet og hænge poster op og lave kort over posterne. Posterne kan eksempelvis være æggeløb, sækkvæddeløb, binde flest knuder på lakridssnørebånd, spise flødebolle hurtigst med hænder på ryggen, quiz, gåder, lav et kampråb eller en sang, dåsekast/bowling (se s. 34), vend tæppet (se s. 24) eller blindby (se s. 24).

Udflugter og foreninger i lokalsamfundet

Skattejagt i det lokale

6 - 16 år

Materialer: Kort og ark med spørgsmål

Lav jeres egen skattejagt i lokalområdet. Print et kort og lav forskellige spørgsmål, der er knyttet til numre på kortet. Ruten kan I gå med børnene – eksempelvis i to grupper med en frivillig sammen med hver gruppe.

Spørgsmål kan eksempelvis være:

- Hvad forestiller skulpturen?
- Hvilken farve er biblioteket?
- Hvad er det for en butik, I står udenfor?
- Hvor mange etager er der i rådhuset?

Når skattejagten er overstået, kan I have en præmie til alle børnene tilbage i lokalerne, hvor I samles.

Få besøg eller besøg foreninger

I kan lave aftaler om at besøge lokale foreninger, eller at nogen fra foreningerne kommer til jer. Det kan eksempelvis være for at afprøve sportsgrene med en træner fra en lokal klub. Tænk i at give børnene en introduktion til foreningernes aktiviteter, men også til det fællesskab og samvær, der er at finde i aktiviteterne.

Bliv inspireret af mulighederne i jeres eget lokalsamfund.

Find flere aktiviteter

Hvis du savner mere inspiration til aktiviteter, så findes der mange gode guides og hjemmesider. Nedenfor nævnes nogle steder at orientere sig ved forskellige behov i gruppen.

Der er generel inspiration til varierede aktiviteter og gruppelege på forskellige spejderhjemmesider. Hvis I gerne vil lave aktiviteter udendørs, er der også mange gode forslag på disse sider:

- <https://spejdernet.dk/spejderliv/aktivitetsdatabase/>
- <http://www.idespejd.dk/>
- <https://aktiviteter.dds.dk/>

Hvis I gerne vil lave mere samtaleorienterede aktiviteter, kan I hente inspiration i guides til gruppeforløb. I skal blot være opmærksomme på, at flere af disse guides er udviklet med henblik på at grupperne er styret af professionelle. Eksempelvis:

- <https://www.kk.dk/sites/default/files/migrated/sc/Håndbog-2012-fra-Boernegruppeprojektet.pdf?token=BrFy1Mxv>
- <https://www.rodekors.dk/sites/rodekors.dk/files/2018-03/15-friRum-en-haandbog-med-vi-den-metoder-og-inspiration-til-boernegrupper-med-boern-i-traumatiserede-flygtningefamilier.pdf>
- <https://redbarnet.dk/media/2992/lege-sammen.pdf>

Inspiration til planlægning

Som nævnt i håndbogen vil det være hensigtsmæssigt, at I som frivillige planlægger 2-3 måneder ad gangen, hvor I sætter ansvarlige på klubgangene og snakker om temaer. På de næste sider finder I inspiration til langsigtet planlægning og detaljerede programmer for klubgange med forskellige overordnede temaer.

Den ansvarlige kan stå for at lave et mere detaljeret program for hver klubgang. Til at lave det detaljerede program kan I bruge den skabelon, der er at finde på side 24 i Håndbogen.

Det er en god idé at tænke årets gang ind i jeres aktivitetsplan for klubben. Det kan eksempelvis dreje sig om højtider – både kristne, men også andre – der kan få lov at præge aktiviteterne i klubben. I de sprogunderstøttede aktiviteter er der mulighed for at tage bøger eller sange op, der handler om forskellige højtider. I kan også lave aktiviteter, der passer til højtiderne ved at slå katten af tønden, lave oppyntning, udklædning eller lignende

aktiviteter. Ligeledes kan I holde forældrearrangementer i forbindelse med højtiderne.

Der er mange elementer, der skal indtænkes i planlægningen af klubben, da forældre vil være med til nogle af klubgangene. På næste side er et forslag til aktivitetsskema for tre måneder i starten af året ved opstarten af klubben.

Hvis I vil vide lidt mere om højtider indenfor forskellige religioner, kan I orientere jer i Højtidskalenderen, som er lavet af Foreningen Nydanser og kan findes med en søgning på www.foreningen-nydanser.dk.

Bøger om højtider

- Niels Hartmann: Fastelavn, (De små fagbøger), Gyldendal
- Manu Sareen: Iqbal Farooq og julesvineriet, Carlsen
- Özlem Cekic: Ayses ramadan, Gyldendal

Eksempel på aktivitetsplan for tre måneder

Januar	Februar	Marts
<p>Uge 1: Opstartsmøde med forældre, medlemskort og intro til klub</p>	<p>Uge 6: Fastelavnstema Hovedaktiviteter: Dialogisk læsning om fastelavn Lav udklædning</p>	<p>Uge 10: Sprogunderstøttelse Hovedaktivitet: Lav jeres eget teaterstykke</p>
<p>Uge 2: Lær hinanden at kende Hovedaktiviteter: Klubregler og Mapper Kort leg: Navneleg med bold</p>	<p>Uge 7: Fastelavnstema Hovedaktivitet: Slå katten af tønden Her er god mulighed for koordination med SFO/skole. Enten fælles arrangement eller I bruger tid på at lave udklædning med børnene, og de slår katten af tønden i SFO'en.</p>	<p>Uge 11: Sprogunderstøttelse Hovedaktivitet: Lav jeres eget teaterstykke</p>
<p>Uge 3: Lær hinanden at kende Hovedaktiviteter: Selvportræt Korte lege: Find rækkefølgen og Gruppestimmel</p>	<p>Uge 8: Sprogunderstøttelse Hovedaktiviteter: Syng eller rap sammen Korte lege: Stopdans med ordrer og Lyde i cirkel</p>	<p>Uge 12: Forældregang Hovedaktivitet: Præsentation af aktiviteter i klub: - evt. kort teaterstykke - Fællesportræt - Mapper</p>
<p>Uge 4: Fællesskab og samarbejde Hovedaktivitet: Fællesportræt Kort leg: Hulahop stop eller Stopdans med ordrer</p>	<p>Uge 9: Udflugt eller besøg af foreningsliv Hovedaktivitet: Besøg af træner eller udflugt til en lokal forening, der har børnenes interesse</p>	<p>Uge 13: Udflugt i det lokale Hovedaktivitet: Udflugt; eksempelvis skattejagt i det lokale</p>
<p>Uge 5: Fællesskab og samarbejde Hovedaktiviteten: Kryds floden Kort leg: Passer/passer ikke på mig</p>		

Eksempel på program i Leg- og læringsklub i opstartsfasen

Tidspunkt	Aktivitet	Indhold
16.00 - 16.10	Opstartsritual	Alle siger hej og deres navn. Den frivillige fortæller, at der startes med en leg. 'Leg med faldskærm'
16.10 - 16.20	Dagens program	Illustreres ved tegninger/ piktogrammer på tavle
	Repetere klubregler	Klubbens regler er skrevet på enten flip-over, tavle eller andet
16.20 - 16.50	Dagens første leg/aktivitet	Selvportræt
16.50 - 17.00	Kort energizer/leg	Find rækkefølgen
17.00 - 17.15	Pause	Gerne med frugt, drikke og eventuelt kage
17.15 - 17.45	Dagens anden leg/aktivitet eller fortsættelse af første leg/aktivitet	Fællesportræt
17.45 - 18.00	Afslutningsritual	'Leg med faldskærm' Tak for i dag

Eksempel på program i Leg- og læringsklub med fokus på sprog

Tidspunkt	Aktivitet	Indhold
16.00 - 16.10	Opstartsritual	En frivillig byder velkommen, og der startes med en leg
16.10 - 16.20	Dagens program	Illustreres ved tegninger/ piktogrammer på tavle
	Reptere klubregler	Klubbens regler er skrevet på enten flip-over, tavle eller andet
16.20 - 16.50	Dagens første leg/aktivitet	Dialogisk læsning
16.50 - 17.00	Energizer	Kongens efterfølger
17.00 - 17.15	Pause	Gerne med frugt, drikke og eventuelt kage
17.15 - 17.45	Dagens anden leg/aktivitet	Syng eller rap sammen.
17.45 - 18.00	Afslutningsritual	Afspænding 'Bage pizza' Rundkreds: Hvad var det sjoveste i dag? Tak for i dag

**Vi håber, at du får en
god oplevelse som frivillig.
Husk at have det sjovt!**

Anvendt litteratur og hjemmesider

Børnefamiliecenter Københavns metode og øvelses katalog: 'Børnegrupper i praksis'

Dansk Flygtningehjælp (2017): 'Manual 2017, Mindspring for børn', Mindspring Kompetencecenter, DFH

Godske, Hans og Miche, Mona (2013): 'Stop Brug din krop'. PPR, Esbjerg Kommune

Integrationsnet (2013): 'Ud på gulvet. Lege, der styrker børns sprog og sociale færdigheder

Jeppesen, Lise Sohl (2017): "Bevæg Udskolingen. Lærer.", Dansk skoleidræt. Downloadet 30.10.19 på https://skoleidraet.dk/media/6345438/ssib_bevaeg-udskolingen_laerer_low.pdf

Madsen, Heidi Jacobi m.fl.: 'Nussa – neuroaffektiv Udviklingspsykologisk Struktureret Social Aktivitet', Afdelingen for Traume- og Torturoverlevende, Psykiatrien i Region Syddanmark og Varde Kommune

Petersen, Ann-Dorthe m.fl. (red.) (2011): 'Frirum - En håndbog med viden, metoder og inspiration til børnegrupper med børn i traumatiserede flygtningefamilier', Røde Kors og Sinds pårønderrådgivning downloadet den 11.11.2017 fra <https://www.rodekors.dk/media/1626019/friRum-en-hplus%C3%91ndbog-med-viden-metoder-og-inspiration-til-bplus%C2%A9rnegrupper-med-bplus%C2%A9rn-i-traumatiserede-flygtningefamilier-Rplus%C2%A9de-Kors-SIND-november-2011-.pdf>

Sindal, Helle (2014): "Guide: Her er seks gode udendørslege" i Politiken, familieliv, 2014, 12. oktober.

Wybrandt, Mette og Hedegaard Jensen, Sara (2013): Inkluderende læringsmiljø. Inspirationskatalog til lærere og pædagoger. Amondo.

Wybrandt, Mette (2014): 'Aktivitetskatalog. Medborgerskab i børnehøjde'. Amondo for Frederiksberg Kommune.



<https://flygtning.dk/frivillig>

DRC Dansk Flygtningehjælp
Borgergade 10, 3. sal
1300 København K
Tlf: 3373 5000

Projektet ”Leg og Læring” er støttet af Egmont Fonden.