

FHille

– för en god skolstart

VECKA 20

Tema: Mina vänner



VECKA 20 • Mina vänner

Hopp är på väg till Hipp. Hon kan inte motstå frestelsen att glida lite på snön, nu när marken är så vit. Hon formar också en snöboll, och den sista biten tänker hon smyga fram så att Hipp inte ska märka att hon kommer.

Redan på långt håll kan hon höra, att Hipp pratar med någon. Vem kan det vara?



”Du får inte berätta det för någon!” säger Hipp.
Hopp smyger närmare. Hon kan bara se Hipp som fortsätter att prata:
”Tack ska du ha, min vän!” säger han.
Hopp glömmer helt att kasta snöbollen, som håller på att smälta. ”Vem pratar du med?” frågar hon.
”Åh, ingen”, säger Hipp och ser helt förvirrad ut.
”Jag hörde ju själv att du pratade med någon”, säger Hopp.
”Ja, men det är inte någon du känner”, säger Hipp.

”Jaså!” säger Hopp, och slänger bort snöbollen. ”Jag trodde, att det var jag som var din vän.”
”Det är du ju också”, säger Hipp. ”Det vet du ju.”

”Vem är då den andra vännen som du pratar med?”, frågar Hopp medan hon sparkar i snön, så att snön yr åt alla håll.
”Nå, det är svårt att förklara”, säger Hipp och torkar bort snön ur ögonen.
”Jaha, men då går jag då”, säger Hopp.

”Nej, snälla Hopp. Gå inte”, säger Hipp. ”Jag ska nog försöka att förklara det.”
”Okej”, säger Hopp. Hon står och väntar.
”Det är sant, att jag har fått en ny vän, men det är en osynlig vän.”
”Hur kan ni då prata tillsammans?”
”Jag vet var han är”, säger Hipp.
”Hur kan du veta det?” frågar Hopp.

”Jag bara vet det”, säger Hipp. ”Plötsligt fanns han bara där en dag när jag var ledsen.”
När jag hade berättat för honom varför jag var ledsen mår jag mycket bättre. Efter det har han brukat komma när jag behöver honom.”

”Fiffigt”, säger Hopp. ”Var är han nu?”
 ”Det vet jag inte. Han kommer bara när jag är ensam”, säger Hipp.
 ”Men hur ser han ut?” frågar Hopp.
 ”Han är pytteliten och liknar en nalle”, säger Hipp.
 ”Jaha, då är det bäst att jag går nu, så att din osynliga vän kan komma tillbaka”, säger Hopp.
 ”Nej, han kommer bara ibland, och honom kan jag ju inte leka med!” säger Hipp.
 ”Kan han inte ens leka?” säger Hopp.

 ”Nej, jag vill att du stannar. Vi kan ju både leka och prata och allt”, säger Hipp.
 ”Och jag är inte heller osynlig!” säger Hopp glatt.

 Hon skyndar sig att forma en ny snöboll, och kastar den på Hipp.
 ”Kan du inte fråga din osynliga vän, om han inte kan komma och hjälpa mig, när jag är ensam?” säger Hopp.
 ”Det ska jag göra”, säger Hipp och kastar en snöboll på Hopp. Så fortsätter de att leka i snön.
 Och kanske leker de fortfarande.

Frågor om sagan:

- Vem står Hipp och pratar med när Hopp kommer?
- Vad tycker du att Hopp tänker om Hipps osynliga vän?
Hur märker du det?
- När brukar den osynliga vännen komma till Hipp?
- Hopp är också en vän till Hipp. Vilka är dina vänner? Vad gör ni tillsammans?

Den här veckan handlar om hur det känns att ha VÄNNER

Vad får ditt barn ut av temat?

- ▶ Får fundera på hur det är att ha vänner och vara tillsammans
- ▶ Får pröva på lekar man kan leka tillsammans med vänner



Lästips:

Den ofantliga Rosabell
av Malin Kivelä och Linda Bondestam

Vem räddar Alfons Åberg
av Gunilla Bergström

Elsa och godnattsagorna
av Martin Olczak



Aktiviteter
Vecka 20

Måndag: Ska vi leka?
Ni läser berättelsen om Hipp och Hopp och samtalar om hur man kan göra för att få vara med i en lek.
Använd: berättelsen i häftet och bilden på barn i sandlådan.

Tisdag: Skriva postkort
Ni skriver och skickar ett postkort till en vän.
Använd: boken Vesta-Linnéa i månskenet eller Sov nu, Vesta-Linnéa! (Tove Appelgren och Salla Savolainen), postkort, penna och ett frimärke (ert eget).

Onsdag: Spegeldans
Ni härmar varandras rörelser till musik.
Använd: musik från egen cd eller på nätet.

Torsdag: Märkte du vad som ändrades?
Ni leker tillsammans.
Använd: –

Fredag: Min vän
Ni spelar ett rollspel om att uppmuntra och trösta sin kompis.
Använd: kaninen Hopp, boken Vesta-Linnéa i månskenet eller Sov nu, Vesta-Linnéa! (Tove Appelgren och Salla Savolainen).

Extra: Kompisarlarven
Ni leker tillsammans med kompisar eller hela familjen.
Använd: ballonger (era egna).

MÅNDAG • Ska vi leka?

Läs berättelsen om Hipp och Hopp och prata om lek och vänner.

Använd

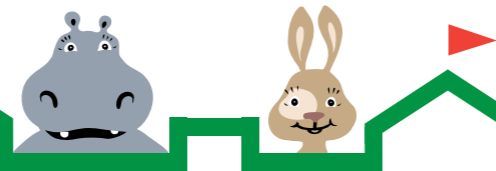
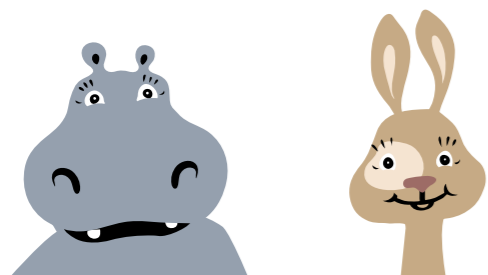
- ▶ berättelsen om Hipp och Hopp
- ▶ bilden med barn som leker.

Att göra:

- ▶ Läs berättelsen om Hipp och Hopp.
- ▶ Samtala om boken.

Barnet lär sig

- ▶ att tänka ur andras perspektiv
- ▶ att uttrycka sina tankar
- ▶ att se olika möjligheter
- ▶ att bli medveten om sitt eget sätt att handla.



Gör så här:

Läs berättelsen om Hipp och Hopp och samtala med ditt barn utgående från Frågor om sagan. Ta fram bilden med barn som leker. Prata med ditt barn om bilden. På bilden leker två barn tillsammans i en sandlåda medan ett tredje barn sitter utanför sandlådan.

Fråga ditt barn exempelvis:

- ▶ Vad tycker du att det händer på bilden?
- ▶ Vad tror du att barnet utanför sandlådan tänker?
- ▶ Hur kan barnet göra, för att komma med i leken?
- ▶ Vad händer det då?
- ▶ Kan barnet göra på något annat sätt?
- ▶ Vad tror du att barnen i sandlådan tänker?
- ▶ Hur kunde de få sin kompis med i leken?
- ▶ Kan de göra på något annat sätt också?
- ▶ Hur brukar du göra när du vill vara med?
- ▶ Vad brukar hända när du gör det?
- ▶ Kunde du göra på något annat sätt? Hur/vad?

Om ni vill kan ni samtala om hur en god kompis är. Hur kan ditt barn vara en god kompis? Ni kan också börja läsa boken om Vesta-Linnéa och fortsätta med den på tisdagen.

TISDAG • Skriva postkort

Läs en bok och skicka ett postkort till en vän.

Använd

- ▶ boken om Vesta-Linnéa
- ▶ en penna och ett postkort
- ▶ ett frimärke (ert eget).

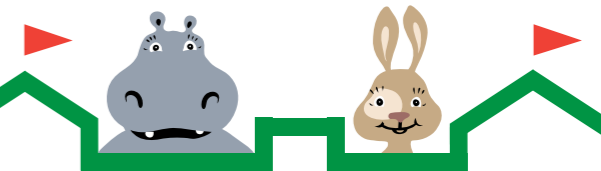
Att göra:

- ▶ Läs boken om Vesta-Linnéa.
- ▶ Ditt barn ritlar och skriver ett kort till sin vän.
- ▶ Gå tillsammans och posta kortet.

Barnet lär sig

- ▶ om vänskap och empati
- ▶ att uttrycka sig genom skrift och bild
- ▶ ett sätt att uppmärksamma en kompis
- ▶ att man kan skicka postkort.

Om ni vill kan ditt barn också skriva eller rita ett kort till Hopp och läsa det för henne. Förvara kortet i FHille-mappen.



Gör så här:

Läs boken och prata kring händelserna och personerna i den. (Ni kan börja kvällen innan och läsa halva boken, ifall ni tycker den känns lång.) Samtala om att när vi bryr oss om varandra brukar vi vara måna om att hjälpa och ställa upp för varandra, och vara snälla och tålmodiga.

Du kan också fråga t.ex.:

- ▶ Hur lyckas Wendla eller mamma att få Vesta-Linnéa på gott humör?
- ▶ Kommer du ihåg någon gång när du var nedstämd och någon tröstade dig? Hur gick det till?
- ▶ Har du någon gång blivit rädd för något liknande som Brunnhäxan?
- ▶ Vem hjälpte dig då att bli mindre rädd?
- ▶ Vad kan man göra för varandra om man vet att någon är ledsen eller ensam?
- ▶ Hur kan man annars bara göra någon glad?

Ta sedan fram kortet och pennan och berätta att ett sätt också är att skicka en hälsning till en vän. Fråga vem ditt barn skulle vilja skicka en hälsning till.

Fundera tillsammans med ditt barn på vad hon eller han kunde skriva eller rita på kortet. Ditt barn kan använda låtsasskrift. Eller så hjälper du till antingen genom att skriva en modell eller genom att ditt barn dikterar det du ska skriva.

Hjälp också till med att skriva adressen på kortet. Köp tillsammans ett frimärke och lägg kortet i en postlåda.

ONSDAG • Spegeldans

Dansa och härma varandras rörelser.

Använd

- ▶ musik från egen CD eller en låt via nätet.

Att göra:

- ▶ Dansa en spegeldans till musiken ni valt.

Barnet lär sig

- ▶ att ta initiativ
- ▶ att iaktta och härma någon annan
- ▶ att lyssna på och följa musiken
- ▶ att uttrycka sig genom dans.

Gör så här:

Välj en låt som ni tycker skulle vara rolig att röra er till. Ställ er mittemot varandra.

Först börjar ditt barn med att dansa till rytterna medan du härmar barnets rörelser.

Efter ett tag byter ni så att du dansar och ditt barn härmar dina rörelser.

Byt om några gånger och fortsätt så länge ni tycker att det är roligt.

Ni kan också byta musik emellanåt och se om ni hittar på nya sätt att dansa.



TORSDAG • Märkte du vad som ändrades?

Ni leker en lek.

Använd

- ▶ -

Att göra:

- ▶ Lek tillsammans med ditt barn eller med hela familjen eller kompisar.

Barnet lär sig

- ▶ en ny lek
- ▶ att koncentrera sig och iaktta en annan person noga
- ▶ att beskriva.

Gör så här:

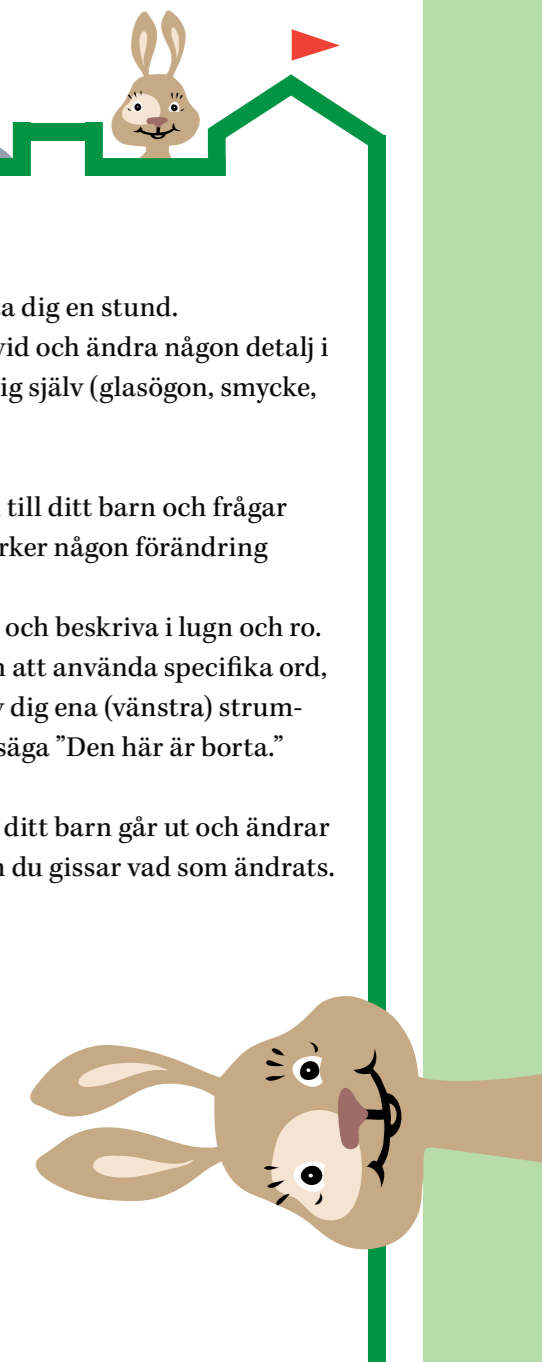
Låt ditt barn betrakta dig en stund.

Gå till rummet bredvid och ändra någon detalj i din klädsel eller på dig själv (glasögon, smycke, hårfrisyr).

Sedan återvänder du till ditt barn och frågar om hon eller han märker någon förändring på dig.

Låt ditt barn berätta och beskriva i lugn och ro. Uppmuntra ditt barn att använda specifika ord, t.ex. "Du har tagit av dig ena (vänstra) strumpan." i stället för att säga "Den här är borta."

Sedan byter ni så att ditt barn går ut och ändrar något på sig själv och du gissar vad som ändrats.

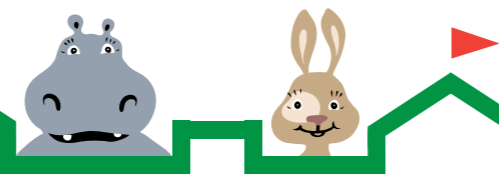


Om ni vill kan ni gå ut och leka leken Blunda och känn. Ditt barn får blunda medan du leder henne eller honom runt. Stanna upp vid till exempel en trädstam eller mossa. Låt ditt barn känna på det i lugn och ro samt beskriva hur det känns. Nu kan ditt barn öppna ögonen och titta vad det var. Sedan är det din tur att bli ledd.

Om ni vill kan hela familjen leka leken tillsammans. Ni kan också be ditt barns kompisar med och leka. Turas om med att gå ut och ändra på någon detalj i klädseln. För att variera leken kan ni också använda utklädningskläder.

FREDAG • Min vän

Spela ett rollspel utgående från boken om Vesta-Linnéa.



Använd

- ▶ kaninen Hopp
- ▶ boken om Vesta-Linnéa.

Att göra:

- ▶ Spela ett rollspel om hur man kan uppmuntra och trösta sin kompis när hon eller han är ledsen.

Barnet lär sig

- ▶ att sätta sig in i hur andra känner
- ▶ hur man samarbetar
- ▶ olika sätt att uttrycka sig
- ▶ att komma på olika möjliga lösningar.

Gör så här:

Bläddra i boken om Vesta-Linnéa och återkalla bokens innehåll tillsammans. Samtala om hur Vesta-Linnéa känner sig och vad det är som får henne att känna sig bättre.

Berätta sedan för ditt barn att ni ska leka att Hopp känner lika som Vesta-Linnéa i boken. Du talar med Hopps mun medan ditt barn hjälper Hopp att känna sig bättre till mods.

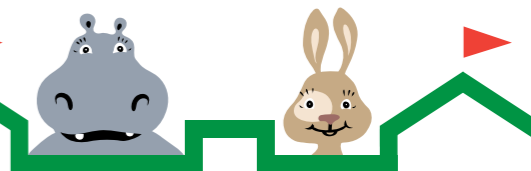
Hur gjorde de i boken? Pröva på det. Finns det andra möjligheter? Låt ditt barn komma på olika lösningar och pröva på dem.

Lek tills Hopp är glad igen. Sedan kan ni leka något tillsammans med Hopp.

Om ni vill kan ni gå till biblioteket och läsa böcker tillsammans. Kanske ni hittar en bok som handlar om vänner, och hur vänner tröstar och hjälper varandra. Fråga er fram på biblioteket, de hjälper er gärna.

EXTRA AKTIVITET

• Ni leker tillsammans med kompisar eller hela familjen



Använd

- ▶ ballonger, en mellan varje deltagare (era egna).

Att göra:

- ▶ Leka en samarbetslek tillsammans inomhus.

Barnet lär sig

- ▶ att samarbeta och följa varandras initiativ
- ▶ att se olika möjligheter i omgivningen och pröva på dem
- ▶ att det är roligt att leka flera tillsammans.

Gör så här:

Lek tillsammans med barnets kompisar eller hela familjen. Dela in er i par eller lek alla tillsammans. Blås upp ballongerna, så många att det räcker en mellan varje deltagare.

Berätta nu att ni skall leka Kompisarlarven. Ställ er efter varandra och håll i varandras axlar. Placerar ballongerna mellan er (mage och rygg), så att de hålls på plats. Kompisarlarven är redo att börja sin vandring. Den som står först leder alla i larven mellan bord, fätöljer, över soffa eller under köksbord. Försök att hålla ballongerna på plats hela tiden! Tappar ni en ballong plockar ni upp den och den som står först ställer sig sist i larven. Leken går inte ut på att vara snabb utan att ha roligt under lekens och samarbetets gång. Det gäller att vara lyhörd på sina lekkamrater så hålls larven hel. Hitta själv på egna ställen att ringla runt och krypa under eller över.

Om ni vill kan ni leka "Gömma nyckel" ute. Använd exempelvis en spade i stället för en nyckel. Ni kan leka på tumanhand eller tillsammans med flera. En av er börjar gömma spaden. De övriga går bakom knuten och blundar. När spaden är gömd ropar "gömmaren" åt resten av deltagarna att de får komma och leta. "Gömmaren" får instruera dem som söker genom att säga om det bränner eller inte (dvs. om de är nära spaden eller inte). De som letar kan fråga, om det är fisk (nära marken), fjärl (i ögonhöjd) eller fågel (högre upp). Den som hittar "nyckeln" får gömma den nästa omgång.



FHille

- för en god skolstart

FHille är baserat på förskoleprogrammet Hippy International samt på HippHopp i Danmark

©Folkhälsan 2020

Sagan om Hipp och Hopp: Ulla Rabén

Illustratör: Terese Bast

Grafisk form: Nanne Nylund/Byråådan

Tryck: Grano, Vasa

 **folkhälsan**

