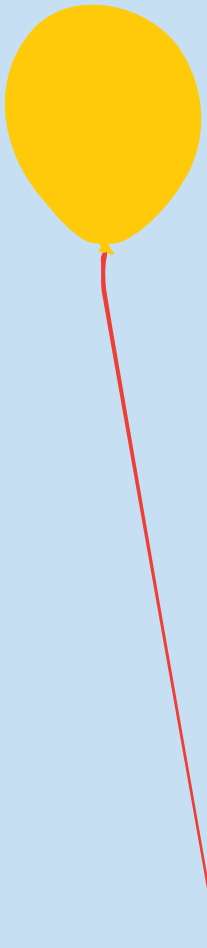
folkhälsan

FHille



– att leka och lära tillsammans



VECKA 7-9

Tema: Jag och min familj

Vad får ditt barn ut av temat?

Kunskap om sig själv

Resonemang med dig om er familj och släkt

Kännedom om olika familjer

Vecka 7

Den här veckan
handlar om ditt barn.



Veckans text

Kottes brev om temat
Jag och min familj

Veckans läslips:

Ingrid och pappa
(Katerina Janouch),
Vesta Linnéa och monster-
mamman (Tove Appelgren)



Vem där?

Ni läser Kottes brev och tittar
på er i spegeln.

Använd: en spegel (er egen).

Mina mått

Ni mäter er själva med hjälp
av naturmaterial.

Använd: kottar, stenar eller annat
som ni hittar ute.

Boken om mig

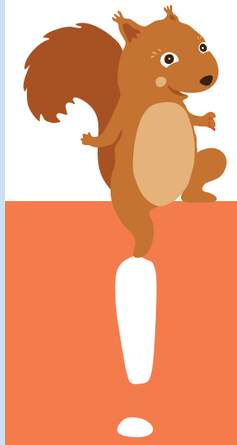
Ni pysslar tillsammans
en bok om ditt barn.

Använd: papper, pennor, lim,
foton av barnet (era egna).

Extra: Vår naturruta

Ni väljer ett litet område i närmiljön
att följa med under året.

Använd: papper och penna, lim,
eventuellt en kamera (er egen).



Veckans rörelsetips:

Gå ut och se var ni kunde klättra och hänga:
i träd, på stenar, över staket, cykelställ och bänkar
eller i lekparken i en klätterställning!

Vecka 7 - dag 1

Vem där?

Läs Kottes brev
och betrakta er i en spegel.

Använd

- Kottes brev
- en spegel (er egen).

Att göra:

- Läs Kottes brev och samtala med ditt barn utgående från frågorna.
- Titta er i spegeln och resonera kring vad ni ser.

Barnet lär sig

- att tänka efter och att lyssna
- att berätta om sig själv
- att beskriva samt repeterar ord och begrepp från tidigare veckor
- att se sig på sig själv på ett positivt sätt.

Gör så här:

- Läs Kottes brev och samtala om det ni läste. Ni kan också titta på bilden i häftet och använda frågorna till texten som stöd.
- Ta sedan fram en spegel eller ställ er framför en.
- Be ditt barn titta sig i spegeln och berätta vad hon eller han ser.
- Du kan hjälpa till genom att ställa frågor som:
  - Vad är det för en person som tittar på oss där i spegeln?
  - Vad är du bra på?
  - Vilka saker intresserar dig?
  - Vad är du nyfiken på?
  - Vilken mat gillar du?
  - Vad brukar du gå omkring och fundera på?
  - Hur ser du ut?
  - Vilken färg på ögonen och håret har du?
- Du kan också berätta för ditt barn vad du ser i spegeln när du tittar på henne eller honom, samt dig själv.
- Titta därefter tillsammans i spegeln och beskriv skillnader och likheter mellan er. Vad är lika? Vad är olika? Beskriv och berätta turvis.

Om ni vill kan ni leka Spegelmim: Ställ er mitt emot varandra och härma varandras miner och rörelser turvis. Du kan först vara ledaren som mimar och rör på sig medan ditt barn härmar det du gör. Efter en stund byter ni om så att ditt barn leder leken.

folkhälsan

Vecka 7 - dag 2

Mina mått

Plocka naturmaterial
och mät ditt barn.

Använd

- olika naturmaterial.

Att göra:

- Plocka kottar, stenar eller pinnar och mät er på olika sätt.

Barnet lär sig

- att mäta, jämföra och sortera
- om antal och räkneord
- om storlek och längd.

Gör så här:

- Ta med Kotte och gå ut i en park eller skog för att plocka naturmaterial. Be Kotte hjälpa till med att plocka t.ex. kottar, stenar, pinnar, löv och annat. Sortera materialen i olika högar.
- Ni kan räkna hur många kottar och annat ni har plockat.
- Mät tillsammans exempelvis hur många kottar eller pinnar långt ditt barn är. Och hur lång är du? Hur många kottar eller stenar går det på foten eller armen? Vad mer kan ni mäta? Och hur lång är Kotte?
- Om ni leker inne i stället för ute kan ni använda material såsom klossar, små lekfigurer, bestick, strumpor eller pennor.

Om ni vill kan ni också mäta vilken kotte eller pinne som är längst eller kortast och ordna pinnarna i längdordning. Ni kan också tillsammans bygga en bild eller ett mönster av naturmaterialet på marken. Om ni har telefonen med er kan du låta ditt barn ta ett foto på det och senare visa och berätta om sin bild för dig eller någon annan.

Vecka 7 - dag 3

Boken om mig

Pyssla tillsammans
en bok om ditt barn.

Använd

- några pappersark
- pennor
- lim
- eventuellt en eller flera bilder av barnet samt en häftapparat (era egna).

Att göra:

- Pyssla en bok tillsammans.
- Samtala om barnet och om händelser i barnets liv.

Barnet lär sig

- mer om sig själv och sin barndom
- att man själv kan skapa en bok som går att läsa
- att fundera över det förflutna, nutid och framtid
- att hon eller han är betydelsefull och viktig för dig.



Gör så här:

- Berätta för ditt barn att ni nu ska skapa en bok om barnet.
- Ta fram allt material. Om ni har foton på barnet kan ni ta fram dem och välja ut ett eller flera som ni vill använda i boken.
- Lägg 2–3 pappersark på varandra, vik ihop dem på mitten längs kortsidan och stansa eller limma ihop dem till ett häfte.
- Fundera tillsammans på vad ni ska skriva i boken. Vad vill ditt barn att ska finnas med? Du kan också själv berätta för ditt barn om sådant som hänt i hennes eller hans tidiga barndom, som barnet inte minns. Rita bilder och skriv bildtexter till dem. Be ditt barn diktera och du skriver. Kanske ditt barn också vill skriva ”låtsastext” till bilderna. Läs till sist högt upp det ni skrivit.
- Om ni använder också foton, samtala om det som händer på dem och skriv bildtexter till.
- Boken kunde heta Boken om … (ditt barns namn). Eller så hittar ni på en egen titel.

Spara boken i FHille-mappen.

Om ni vill

kan ni, om ni har fotoalbum på barnet eller er familj, titta i dem. Du kan också berätta för ditt barn om din egen barndom. Om du har gamla fotoalbum kan ni bläddra i dem medan du berättar. Ni kan också fantisera om hur ert liv kommer att se ut framöver.

Vecka 7 - Extra

Vår naturruta

Välj ut ett litet område
i skogen att följa upp.

Använd

- papper, penna och lim
- eventuellt en häftapparat (er egen)
- kamera eller mobiltelefon (er egen).

Att göra:

- Gå ut i närmiljön och skapa en naturruta.

Barnet lär sig

- att iaktta naturen på ett konkret sätt
- att fundera över sin närmiljö
- att tänka långsiktigt.



Gör så här:

- Skapa ett häfte enligt instruktionen från dag 3 denna vecka, och gör det lite tjockare. Ni kan också använda ett färdigt häfte.
- Samtala om att ni nu ska skapa en naturruta där ni under årets lopp regelbundet gör iakttagelser över hur naturen förändras beroende på årstid.
- Ta med Kotte och gå ut i naturen och välj ut ett litet område som blir er egen naturruta. Det kan vara ca 2x2m.
- Om ni vill kan ni märka ut området med pinnar, snören eller stenar.
- Titta tillsammans på området. Vad finns det i er ruta?
  - Träd, löv, gräs, blommor – hur ser de ut, vilken färg har de?
  - Småkryp – syns det ännu till av dem?
  - Stenar, annat, vad – finns det något speciellt som ni lägger märke till?
  - Vad blir Kotte nyfiken på i rutan? Finns det något att samla på eller leka med?
- Skriv eller rita i häftet vad ni upptäckt.
- Ta gärna ett foto av området för att minnas bättre.

Spara häftet i FHille-mappen till nästa gång ni besöker naturrutan. Nästa besök tillsammans med Kotte blir om några veckor. Besök gärna rutan däremellan också.

Om ni vill kan ni i stället för en ruta på marken välja ut ett lövträd eller en buske i närheten av ert hem.

Vecka 8

Den här veckan handlar
om er familj.



Veckans bok

Kalas, Alfons Åberg!
(Gunilla Bergström)

Veckans lästips:

Jamen Benny
(Barbro Lindgren),
Det vidunderliga ägget
(Christel Rönns),
Lillasyster
(Ulf Stark och
Charlotte Ramel)



Vår familj

Ni läser boken och jämför er familj med Alfons familj.

Använd: boken Kalas, Alfons Åberg!

Namnklapp och hopp

Ni klappar och hoppar stavelser i era familjemedlemmars namn.

Använd: –

Familjeporträtt

Ni ritar en bild av er familj.

Använd: papper, färgkritor.

Extra: Återvinning

Ni återvinner barnets och familjens kläder.

Använd: utgångna klädesplagg (era egna).



Veckans rörelsetips:

Gör en kullerbytta: ta fram en matta eller madrass. Ditt barn sätter sig på huk på mattan(madrassen), lägger handflatorna i den, OCH PRESSAR HAKAN MOT BRÖSTET. Du lägger ena handen på barnets bakhuvud (så att hakan hålls mot bröstet) och den andra på rumpan. Be ditt barn böja armarna och skuffa ifrån med fötterna medan du trycker ner barnets huvud samtidigt som du ”puffar på” bakifrån. Pröva på nytt och håll på så länge det är roligt!

Vecka 8 - dag 1

Vår familj

Läs boken
och samtala om er
och om Alfons familj.

Frågor till boken:

- Alfons har precis fyllt sex år, hur många år är du? Kommer du ihåg hur ni firade din födelsedag senast? Berätta!
- Faster Fiffi hjälper till med att ordna kalas. Hur ser hennes familj ut?
- Vem hör till Alfons familj? Känner ni en likadan familj?

Använd

- boken Kalas, Alfons Åberg!

Att göra:

- Läs boken tillsammans och samtala med ditt barn utgående från frågorna.
- Spinn vidare på frågorna och samtala om er och om andras familjer.

Gör så här:

- Ta fram boken och sätt er bekvämt. Titta på bokens pärm. Låt ditt barn berätta om pärmen. Fundera tillsammans på vad boken kan tänkas handla om. Läs sedan bokens titel.
- När du sedan läst boken för ditt barn kan ni återknyta till bokens händelser. Du kan också använda frågor till boken. Bläddra vid behov tillsammans bakåt i boken och kolla upp.
- Samtala om både Alfons familj, er egen familj och om andra familjer som ni känner. Resonera kring likheter och skillnader.

Barnet lär sig

- att lyssna och att tänka till utgående från en bok
- om hur er familj ser ut
- om att familjer kan se ut på olika sätt.

Om ni vill kan ni räkna antalet familjemedlemmar i er och i andra familjer. Om ni vill jämföra antalet medlemmar familjer emellan kan ni räkna så här: Du lyfter upp ett finger för varje medlem i er familj. Låt ditt barn sedan lyfta upp fingrar när ni räknar den andra familjen. Jämför sedan antalet fingrar, vem har flera, vem har färre–eller har ni lika många? Ni kan också räkna hur många familjemedlemmar det blir sammanlagt.

folkhälsan

Vecka 8 - dag 2

Namnklapp och hopp

Klappa och hoppa
stavelserna i era namn.

Använd

- –

Att göra:

- Repetera namnen på era familjemedlemmar och lek en klapp- och hopplek med dem.

Barnet lär sig

- att lyssna på hur ord låter
- att kombinera rörelse med puls och rytm i orden
- om att olika namn eller ord är olika långa
- efternamn och (andra)namn på familjemedlemmarna.

Gör så här:

- Den här leken går bra att leka både inne och ute!
- Fundera tillsammans på vad alla i er familj heter. Ta med andranamn och efternamn också.
- Pröva sedan på att klappa stavelserna i era namn: Om ditt barn till exempel heter Anna blir det två klappar. Alexander blir fyra klappar och Eriksson tre. Klappa turvis eller tillsammans.
- Klappa till exempel först barnets namn och ditt förnamn, och låt ditt barn sedan välja nästa namn.
- När ni är varma i kläderna kan ni pröva på att hoppa i stället. Ställ er på ett tillräckligt öppet ställe och börja alltid från samma punkt när ni hoppar, vid tröskeln eller sandlådskanten.
- Kanske ditt barn märker att ni kommer olika långt beroende på hur många stavelser namnen har? Fundera då tillsammans på sambandet mellan antalet stavelser och ordets (namnets) längd.

Om ni vill
kan ni fortsätta
klappa och hoppa
andra ord än era namn.



Vecka 8 - dag 3

Familjeporträtt

Rita tillsammans en bild av er familj.

Använd

- papper
- färgkritor.

Att göra:

- Samtala om och rita er familj.
- Skriv era namn på bilden.

Barnet lär sig

- att fundera kring sin familj och sina familjemedlemmar
- att hon eller han hör till en gemenskap
- om hur era namn ser ut i skriven text.



Gör så här:

- Ta fram papper och kritor och fundera på vem som hör till er familj. Låt ditt barn resonera kring det och ge sin egen uppfattning om det. Ibland tycker barn att till exempel också keldjuren där hemma är familjemedlemmar.
- Rita sedan en bild av er familj. Ni kan rita var sin bild eller en gemensam. Låt ditt barn i så fall börja, eller locka henne eller honom med genom att själv påbörja ritandet.
- Be ditt barn berätta om bilden, och skriv också in familjemedlemmarnas namn på teckningen.
- Häng upp bilden på barnets höjd på väggen så att ni kan återkomma till den senare.

Lägg bilden senare i FHille-mappen.

Om ni vill kan ni plocka fram ett pappersark, gamla tidningar, sax och lim. Klipp ut bilder på vuxna och barn ur tidningar och skapa familjekonstellationer som ni själva känner till genom att limma bilderna på pappret. Ni kan också skapa ”fantasifamiljer”. Hitta tillsammans på vad familjen heter, var de bor, hur de lever och så vidare. Uppmuntra ditt barn att berätta. Det kan få bli hur tokigt som helst! Du kan på bilden skriva ner det ni hittar på. Spara bilden i FHille-mappen.

Vecka 8 - Extra

Återvinning

Packa och för tillsammans kläder till återvinning.

Använd

- klädesplagg som inte längre behövs i er familj.

Att göra:

- Gå igenom era garderober.
- För inaktuella kläder till återvinning.

Barnet lär sig

- att själv bidra till hållbarhet, att handla ansvarsfullt
- att hjälpa andra
- att tänka i ett bredare perspektiv.



Gör så här:

- Kanske ditt barn har erfarenheter av att återvinna kläder, föremål eller sopor? Låt ditt barn i så fall berätta om dem! Spinn vidare på det som barnet berättar.
- Fundera på och samtala om vad återvinning innebär. Hur kan man återvinna? Vart kan man föra kläder? Vad händer med kläderna när man lämnat in dem? Vem kan behöva de här kläderna? Ni kan tillsammans ta reda på mer till exempel på nätet.
- Berätta sedan att ni nu ska gå igenom barnets garderob och se om där finns rena och hela kläder som blivit för små eller annars inte mera behövs. Ni kan också gå igenom resten av familjens kläder. Benämn kläderna medan ni samlar.
- Packa sedan ner allt i påsar, slut dem väl och för dem tillsammans till en återvinningscentral eller ett återvinningskärl i er närhet.

Om ni vill kan ni i stället för att återvinna kläder gå igenom barnets leksaker eller andra föremål i ert hem och återvinna dem.

Vecka 9

Den här veckan
handlar om er släkt.



folkhälsan

Veckans bok:

Hur gick det sen?
eller
Mumins lilla bok
om färger
(Tove Jansson)

Veckans lästips:

Gittan och älgbrorsorna
av Pija Lindenbaum,
Super-Charlie och mormors-
mysteriet av Camilla Läckberg
och Millis Sarri, Filippa
& morfar hoppar studsmatta
av Lasse Berghagen
och Kristina Grundström



Mumintrollets släkt och familj

Ni läser boken och samtalar
om Mumindalens invånare.

Använd: boken om Mumin.

Släkten kommer lastad

Ni leker Ett skepp kommer lastat
med era släktmedlemmars namn.

Använd: en boll eller kudde (er egen).

Vårt släktträd

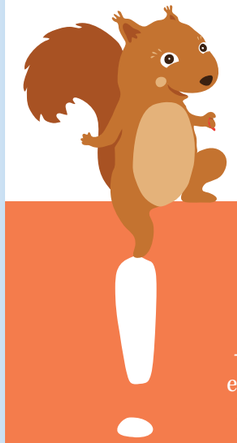
Ni samtalar om er släkt
och fyller i ert släktträd.

Använd: bilden av släktträdet.

Extra: Post till en släkting

Ni skriver och skickar ett kort
till en släkting.

Använd: ett kort, frimärke,
färgkritor, kulspetspenna (er egen).



Veckans rörelsetips:

Lek en springlek ute: spring från träd till träd,
runt en sten, från bänken till sandlådan och tillbaka
– hitta turvis på vart ni ska springa. Spring tillsammans
eller turvis. Ni kan säga: ”platserna, färdiga, gå!” innan ni
springer iväg. Om ni är många tillsammans kan ni leka
en springlek, t.ex. ta fatt.

Vecka 9 - dag 1

Mumintrollets släkt och familj

Läs boken och fundera på vem som är släkt med vem i Mumindalen.

Frågor till boken:

- I boken får vi träffa Mumin och hans mamma. Och var är Muminpappan?
- Hur tänker du att Mumintrollets familj ser ut? Vem är egentligen släkt med vem?
- Visste du att Lilla My och Mymlan är systrar? Känner du någon som är en syster, vem då i så fall?
- Hittar du Snorkfröken i boken? Och vems syster kan Snorkfröken tänkas vara?
- Vilka andra figurer bor i Mumindalen? Fick du syn på dem i boken?

Använd

- boken Hur gick det sen? eller Mumins lilla bok om färger.

Att göra:

- Läs boken och samtala om den utgående från frågorna.
- Samtala om vem som bor i Mumindalen och hur de är släkt.

Gör så här:

För dig som läser Hur gick det sen?:

- Innan ni börjar läsa kan ni igen tillsammans titta på pärmen och läsa bokens titel.
- Ifall boken är obekant för dig från förut kan du gärna läsa boken själv först, innan du läser den för ditt barn. Då är du bättre förberedd på rimmen i texten samt på vad som händer i boken.
- Om boken känns lång kan du anpassa ditt läsande för att komma vidare i handlingen. Samtala om innehållet. Vad är det som ditt barn fastnar för och undrar över? Utgå från det.

För dig som läser om Mumin och färgerna:

- Fundera tillsammans på vad som händer på bilderna. Vad talar figurerna om och vad tänker de på? Ni kan också repetera färgerna.
- Prata också om muminfamiljen. Du kan utgå från frågor till boken.
- När ni samtalar kan ni fundera på vad olika begrepp betyder: syster och bror, kusin, farbror och morbror samt faster och moster, farfar och morfar, samt farmor och mormor. Börja gärna med sådana släktingar som ni själva känner.

Barnet lär sig

- om att tänka utöver handlingen i boken
- nya begrepp och repeterar redan bekanta
- att iaktta detaljer i bilderna.

Om ni vill kan ni rita eller måla en bild av olika muminfigurer. Använd papper och kritor eller vattenfärger ur FHille-boxen.

folkhälsan

Vecka 9 - dag 2

Släkten kommer lastad

Samtala om era släktmedlemmar och lek en lek.

Använd

- en boll eller kudde (er egen).

Att göra:

- Samtala om er familj och släkt.
- Lek en lek med era namn.

Barnet lär sig

- mer om sin familj och släkt
- att hålla saker i minnet och om klassificering
- att kasta och fånga en boll
- att det är roligt att leka med dig.

Gör så här:

- Samtala om vad ordet släkt betyder, och fundera på vem som hör till er släkt. Benämn släktingarna vid namn och samtala om på vilket sätt de är släkt med er. Är de här personerna eventuellt fastrar, mostrar, farbröder, morbröder, kusiner, far- och morföräldrar eller något annat?
- Ta fram en boll eller kudde och lek leken Ett skepp kommer lastat med namnen på era familjemedlemmar och släktingar:
  - Börja leken genom att kasta bollen (eller kudden) till ditt barn och nämn en person ur er familj eller släkt. Nu får ditt barn upprepa det du sade och därtill nämna en annan person, samt kasta bollen tillbaka till dig. Sedan är det din tur att nämna båda de tidigare personerna och lägga till en tredje medan du igen kastar bollen till ditt barn. Så här fortsätter ni tills ni inte mer minns vilka personer ni har nämnt. Då kan ni börja om från början! (Att minnas flera än fyra personer kan vara svårt för barn i 4–5 års ålder.)
- Den här leken går lika bra att leka ute!

Om ni vill kan ni fortsätta leka leken och i stället för släkt och familj välja något annat: till exempel klädesplagg, djur, leksaker, frukter eller möbler.

Vecka 9 - dag 3

Vårt släktträd

Skapa tillsammans ert eget släktträd.

Använd

- bilden med släktträdet.

Att göra:

- Prata om er familj och släkt och fyll i släktträdet.

Barnet lär sig

- om sin egen familj och släkt
- om att hon eller han är en del av en helhet
- att se ett mönster.



Gör så här:

- Titta tillsamman på släktträdet och berätta vad ett släktträd handlar om. Du kan läsa vad det står i rutorna på trädet.
- Återknyt till det ni har gjort och samtalat om under det här temats gång och benämn också släktingarnas namn och hur de är släkt med er. Fyll i rutorna medan ni resonerar.
- Om ditt barn tycker att någon ruta saknas och om ni vill komplettera med en faster eller morbror är det bara att lägga till!



Om ni vill kan ni hitta på ett släktträd för Kotte. Fundera på hur många syskon Kotte har där ute i skogen. Vad kunde de heta? Vad heter Kottes mamma månntro? Och har han en farfar? Rita upp ett träd på ett papper och fyll i medan ni fantiserar.

Vecka 9 - Extra

Post till en släkting

Skriv ett kort och lägg det i postlådan.

Använd

- ett postkort
- färgkritor
- kulspetspenna och frimärke (era egna).

Att göra:

- Skriv ett kort och posta det.

Barnet lär sig

- att tänka på och glädja någon annan
- att skriva sitt namn
- hur man skriver och skickar postkort



Gör så här:

- Fundera tillsammans på om ditt barn har erfarenheter av att få kort eller skicka kort till någon. Låt ditt barn berätta om sina erfarenheter.
- Ta fram kort, frimärke och penna. Berätta för ditt barn att hon eller han nu får skicka ett postkort till någon släkting. Resonera tillsammans kring vem som kunde bli glad över en hälsning!
- Kanske ditt barn vill skriva något på kortet? Det går bra att låtsasskriva eller så dikterar ditt barn och du skriver.
- Låt ditt barn sedan rita på kortet. Hjälp också ditt barn att skriva sitt namn på kortet. Du kan skriva en modell av namnet på ett annat papper och ljuda bokstäverna medan du skriver namnet.
- Visa också platsen för mottagare och adress och leta tillsammans fram adressen. Skriv ner den på kortet tillsammans och låt ditt barn klistra frimärket på.
- Gå tillsammans till närmaste postlåda och lägg kortet i den.

Om ni vill kan ditt barn ringa till någon nära släkting för att glädja henne eller honom. (Att tala i telefon är språkligt stärkande då kroppsspråket uteblir. Barnet behöver både lyssna noga och därtill förklara och berätta om sådant som personen i andra ändan inte ser.)

FHille

– att leka och lära tillsammans

FHille är baserat på förskoleprogrammet Hippy International samt på HippHopp i Danmark
© Folkhälsan 2018
Illustratör: Terese Bast
Grafisk form: Nanne Nylund/Byrålådan
Tryck: Fram, Vasa

folkhälsan