

# 10

## JEG VIL PASSE PÅ MIN KROP

### INTRODUKTION TIL LÆREREN

For at forberede dig åndeligt til at undervise i denne lektion, læs og overvej da følgende:

En af frelsesplanens store velsignelser er muligheden for at få en fysisk krop. Herren ønsker, at vi respekterer vores krop og passer godt på den. Han velsigner os, når vi gør det (se 1 Kor 3:16; L&P 89:18-21).

### LEG OG LÆR

Begynd med en samlingsaktivitet. Forslag findes på s. 3.

**Bøn** Bed et barn om at åbne med bøn.

**Billede** Fortæl børnene, at vor himmelske Fader gav os vores krop, og vi kan gøre mange fantastiske ting med den. Vis billedet på s. 46. Peg på hvert familiemedlem. Når du peger på babyen, kan du stille nedenævnte eller lignende spørgsmål. Efter hvert spørgsmål kan du opfordre børnene til at svare sammen med dig ved at sige »nej«, når du lidt overdrevent drejer dit hoved fra side til side.

- Kan en baby gå?
- Kan en baby tale?
- Kan en baby kaste med en bold?

Fortæl børnene, at de engang var babyer, men nu er de blevet større.

**Sang** Lad børnene rejse sig. Syng eller fremsig følgende tekst til melodien af »Her stod jo en snemand« (*Børnenes sangbog*, s. 121), og lav de nævnte bevægelser. Bed børnene om at lave dem sammen med dig.

Dengang jeg var lille, lille, lille, (*lad som om, I vugger en baby i armene*)

da var jeg et lille bitte nor. (*sid på hug*)

Men nu er jeg vokset, vokset, vokset, (*rejs jer gradvist op*)

se hvor jeg er blevet stor, stor, stor! (*stræk hænderne op over hovedet*)

**Billede** Vis billedet igen og peg på den lille pige, der leger med sin far. Fortæl børnene, at dette barn er omkring deres alder. Stil børnene nedenstående eller lignende spørgsmål. Efter hvert spørgsmål kan du opfordre børnene til at svare sammen med dig ved at sige »ja«, når du nikker lidt overdrevent.

- Kan I gå? (*lad børnene gå på stedet*)
- Kan I tale? (*tæl til 5 med børnene*)
- Kan I kaste med en bold? (*lad børnene lade som om, de kaster en bold og griber den*)

Fortæl børnene, at de vokser, fordi de spiser god mad, går i seng og sover, og vasker sig, så de kan være rene.

**Rollespil** Vis illustrationen på s. 47. Peg på billedet af pigen, der sover, og forklar, at søvn er én måde at passe på vores krop. Bed børnene om at



### UNDERVISNINGSTIP

**Bemærk:** Tag under denne lektion hensyn til følelserne hos de børn i din børnehaveklasse, som har fysiske handicaper. Du skal måske ændre nogle af de spørgsmål, du stiller under billedaktiviteterne. Fokuser på det, som børnene kan, ikke på det, de ikke kan. For yderligere oplysninger om at undervise folk med handicap, se *Undervisning, den største kaldelse*, s. 38-39.

**Rollespil:** Små børn ved måske ikke, hvordan de skal udføre nogle af bevægelserne, som foreslås i rollespilsaktiviteten. Du kan alternativt bede dem om at pege på de forskellige kropsdele. Fx kan du pege på munden og sige: »Her er min mund. Hvor er jeres mund?« Klap i hænderne og ros børnene. Gør det samme med de andre kropsdele.

lade som om, de sover. Gør det samme med de andre billeder på illustrationen.

**Konklusion** Udtryk din taknemlighed for den krop, som vor himmelske Fader har givet os. Bed børnene om at sige: »Jeg vil passe på min krop« nogle få ord ad gangen.

**Bøn** Bed et barn om at slutte med bøn.

## VALGFRIE AKTIVITETER

**FORBEREDELSE** *Til gættelegen:* Medbring tre eller fire sunde madvarer som fx frugter og grøntsager på en tallerken. Medbring noget til at dække tallerkenen med fødevarer med, som fx et stort klæde.

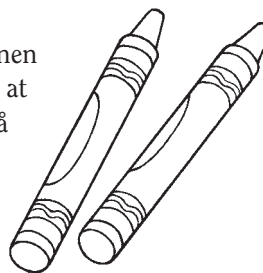
*Til farvelægningsaktiviteten:* Kopier illustrationen på s. 47 til hvert barn, så de kan farvelægge den.

**Gætteleg** Vis børnene tallerkenen med fødevarerne. Peg på hvert stykke, og hjælp børnene med at nævne dem ved navn. Dæk fødevarerne med klædet. Tag derpå en af dem væk og fjern klædet. Bed børnene om at gætte, hvad der mangler. Denne aktivitet passer bedst til større børn.

**Aktivitetsvers** Fremsig følgende aktivitetsvers og bed børnene om at gøre bevægelserne sammen med dig:

Den lille fyr i seng må gå, (*løft en finger i vejret*)  
en pude blød han hviler på, (*læg fingeren i den anden håndflade*)  
han dynen om sig trækker tæt, (*luk hånden omkring fingeren*)  
og sover snart! Hvor er han træt.  
Han tidlig morgen vågner op, (*luk hånden op og se han stadig ligger der*)  
og ud af sengen i et hop, (*lad fingeren hoppe ud*)  
ikke længere ligge og hvile (*løft fingeren i vejret igen*)  
men tid til at lege, arbejde og smile.

**Farvelægning** Lad børnene farvelægge en kopi af illustrationen på s. 47. Mens de farver, kan du understrege, at illustrationerne viser, hvordan vi kan passe på vores krop.



## UNDERVISNINGSTIP

**Valgfrie aktiviteter** gør det muligt for dig at imødekomme børnenes behov i din børnehave. Du kan vælge at lave en hvilken som helst af dem eller dem alle, og du kan gentage dem, så ofte du vil. Vælg aktiviteter, som børnene har glæde af, og som vil hjælpe dem med at lære. Hold dig ikke tilbage med at tilpasse dem alt efter omstændigheder og behov.

**Farvelægning:** Ikke alle børn kan lide at farvelægge. Nogle laver måske kun en streg eller to på siden. De lærer stadig af illustrationerne, selv om de ikke bruger meget tid på at farvelægge dem.



# Jeg vil passe på min krop

