

## TILL LÄRAREN

För att förbereda dig andligen för att hålla lektionen kan du läsa och begrunda följande:

Vår himmelske Fader vill att vi ska vara glada och lyckliga. Planen han skapade åt oss kallas ofta "den stora lycksalighetsplanen". (Alma 42:8) Fastän motgångar är en viktig del av livet kan vi välja att vara positiva, och vår glada inställning kan hjälpa andra att också bli mer optimistiska.

## TILLÄMPNINGSAKTIVITETER

Börja med en samlingsaktivitet. Se sidan 3 för förslag.

**Bön** Inbjud ett barn att be inledningsbön.

**Berättelse** Be ett barn att hålla upp bilden på sidan 82. Återge följande berättelse:

Maria och hennes mamma var ute på en promenad. (*Peka på Maria och hennes mamma.*) Några av människorna de mötte såg allvarliga ut. (*Be barnen rynka ögonbrynen.*) Maria frågade sin mamma: "Varför är alla så ledsna?" Mamma sade: "Jag vet inte, men vi kanske kan le mot dem och hjälpa dem att bli glada."

När de fortsatte vägen fram såg Maria en kvinna som kom gående mot dem. Maria log så brett hon kunde. (*Be barnen le så brett de kan.*) När kvinnan såg Marias glada ansikte log hon tillbaka. Maria sade: "Det fungerade!" Mamma sade: "När vi väljer att vara glada så hjälper vi andra att bli glada också."

Uppmana barnen att le mot dig. Säg att deras leenden hjälper alla att känna sig glada. Be barnen säga "glad".

**Sång** Sjung eller säg orden till "Ett leende" (*Barnens sångbok*, s 128) och gör rörelserna nedan. Be barnen sjunga tillsammans med dig.

Om du ser en grinig min, (*dra ner mungiporna och se sur ut*) håll den inte kvar. (*Skaka på huvudet.*)

Vänd den genast upp och ned, ett leende du har. (*Dra upp mungiporna till ett leende.*)

Om du visar sura miner, (*dra ner mungiporna och se sur ut*) ingen gillar dig. (*Skaka på huvudet.*)

Byt dem mot ett leende (*dra upp mungiporna till ett leende*) och allt förändrar sig. (*Nicka flera gånger.*)

**Lek** Låt barnen ställa sig i en ring. Säg att ni ska öva på att dela med er av leenden. Ställ dig framför ett barn och le mot honom eller henne. Uppmana barnet att le. Säg sedan: "Vi går och delar med oss av våra leenden." Ta barnet i handen och gå fram till ett annat barn och le. Be det nya barnet att hålla i det första barnets hand och dela med sig av sina leenden till ett annat barn. Fortsätt tills alla barnen håller i någons hand.



## UNDERVISNINGSFÖRSLAG

**Sånger:** Barn tycker om sådant som de har sett och hört förut. Sjung sånger från den här lektionen eller tidigare lektioner när som helst under barnutvisningen. Denna repetition hjälper dem att lära sig sångerna och komma ihåg evangelieprinciperna som du har undervisat om.

**Leken:** Anpassa leken till hur många barnen är, liksom i alla andra aktiviteter. Om du har många barn kan du dela med dig av ett leende till två eller tre barn åt gången.

*Avslutning* Säg att när vi väljer att vara glada så kan vi hjälpa andra att också bli glada. Be barnen säga: "Jag kan vara glad!"

*Bön* Inbjud ett barn att be avslutningsbön.

## VALFRIA AKTIVITETER

*FÖRBEREDELSE* *Repetitionen:* Markera sidan 67 i lektionsboken så att du lätt kan slå upp den. Ta med dig bilder av sådant som du är tacksam för. Du kan använda bilder i lektionsboken eller i kyrkans tidningar, eller så kan du rita egna bilder.

*Illustrationen:* Kopiera illustrationen på sidan 83 till varje barn.

*Sång* Sjung eller säg orden till "Klappa händerna" (*Barnens sångbok*, s 125) och gör rörelserna nedan. Be barnen sjunga tillsammans med dig.

Klappa händerna när du är riktigt glad. (*Klapp, klapp.*)

Klappa händerna när du är riktigt glad. (*Klapp, klapp.*)

Du kan alltid glädja andra (*le, peka mot ansiktet*)  
som på denna jorden vandra.

Klappa händerna när du är riktigt glad. (*Klapp, klapp.*)

Sjung sången igen med andra ord och rörelser, till exempel "stampa fötterna", "slå på dina knän" och så vidare.

*Aktivitetsvers* Återge följande aktivitetsvers och be barnen göra den tillsammans med dig:

Ett leende smittar av sig, (*dra i mungiporna så att det blir ett leende*)

så när jag är ledsen, vet du vad? (*Dra ner mungiporna och se ledsen ut.*)

Då ler jag mot nå'n annan, (*dra i mungiporna så att det blir ett leende*)

så blir jag genast glad! (*Lägg båda händerna över hjärtat.*)

*Repetition* Gör de två bildaktiviteterna från lektion 15 (sidan 64 och 65). Säga att vi kan bli glada av att tänka på allt det underbara som vår himmelske Fader har gett oss.

*Illustration* Ge varje barn en kopia av det leende och det sura ansiktet på sidan 83. Be barnen titta på sin bild medan du sjunger sången "Ett leende" igen. Hjälpa dem att vända ansiktena från en sur min till ett leende när det passar in i sången.

## UNDERVISNINGSFÖRSLAG

*Valfria aktiviteter:* För att behålla barnens uppmärksamhet och aktiva deltagande kan du variera olika undervisningsmetoder. Du kan använda berättelser, sånger, aktivitetsverser, lekar och rörelser. Ingen aktivitet ska ta mer än två eller tre minuter. (Se *Undervisning: Den högsta kallelsen*, s 89–90.)

*Repetition:* Upprepa aktiviteter från tidigare lektioner så ofta som du vill. Repetitioner är roliga för barnen och hjälper dem att lära.



Jag kan vara glad

