



# Ud i naturen med De grønne pigespejdere

## Aktivitetshæfte





## Piger der tør

Indledning	3
Forløb – overblik	4
Forældreinddragelse	5
Aktivetsmateriale – tankerne bag	6
Aktiviteternes opbygning	7
Aktivetsrygsækken	8
Erfaringer med familiespejder	10
Små børn (og deres voksne) i naturen	12
Aktivetsdag I – Skoven spirer	16
Aktivetsdag II – Naturstafet og naturlig kunst	18
Aktivetsdag III – Naturligvis	20
Aktivetsdag IV – Krible krable	22
Aktivetsdag V – Trolde og eventyr	24
Aktivetsdag VI – Jeg tør og jeg kan	26

### Samarbejdspartnere & donationer



## Kære pigespejderleder

Vi er glade for, at du og din gruppe har besluttet jer for at være med i projektet Ud i naturen med De grønne pigespejdere, hvor småbørnsfamilier (førskolepiger fra 3–6 år med forældre) inviteres med ud for at lave spejderaktiviteter i naturen sammen med jer fra den lokale pigespejdergruppe.

Formålet er at give piger i førskolealderen og deres forældre mulighed for at prøve kræfter med aktiviteter i en udendørs ramme og gøre dem fortrolige med at færdes i naturen. Målet er at øge småbørnsfamiliernes naturglæde og gøre naturen mere tilgængelig for dem.

Vi tror på, at det er vigtigt at give småbørnsfamilier mulighed for at få oplevelser sammen i naturen så tidligt som muligt og mærke det fællesskab, der er i at færdes i naturen som familie. Og vi ønsker at afprøve nye metoder for at gøre naturen mere attraktiv for småbørnsfamilier at benytte sig af.

Til det har vi udviklet et forløb for småbørnsfamilier, hvor de kan komme ud sammen med

jer og prøve at være spejder i løbet af foråret. Her skal I i alt mødes seks gange. Til de seks gange har vi udviklet et aktivitetsmateriale, som vi håber kan være med til at hjælpe og inspirere jer til at afholde sjove aktiviteter for småbørnsfamilier.

Vi har lavet en aktivitetsrygsæk til de piger, der deltager, hvor der er redskaber, deltagerne skal bruge i aktiviteterne. Pigerne og deres familier kan også bruge rygsækken på egen hånd. På side 8–9 kan du se, hvad rygsækken indeholder.

Vi glæder os over, at I har lyst til at være frontløbere, og vi står klar med sparring, støtte og assistance hele vejen, når I har brug for det.

Du kan også finde hæftet, aktivitetsmateriale og meget andet på [pigespejder.dk/aktiviteter/projekter/ud-i-naturen/](http://pigespejder.dk/aktiviteter/projekter/ud-i-naturen/)

Rigtig god fornøjelse.

Udgivet Februar 2019

De grønne pigespejdere · Arsenalvej 11 · 1436 København K  
[info@pigespejder.dk](mailto:info@pigespejder.dk) · [pigespejder.dk/aktiviteter/projekter/ud-i-naturen/](http://pigespejder.dk/aktiviteter/projekter/ud-i-naturen/) · [www.pigerdertor.dk](http://www.pigerdertor.dk)

Tekst og redaktion:

Karen Margrethe Nikolajsen · Majken Camilla Ancher · Tenna Arpe · Karen Balck Sørensen · Maria Mølhav

Layout: Kindly.dk

# Forløb – overblik

## Fase 1: Forberedelse

- Hvilke spejderledere skal lede og udføre forløbet og opgavefordeling?
- Modtage materiale og besøg af projektmedarbejder
- Rekruttering af familier
- Planlægning: aktiviteter, grej og datoer

## Fase 2: Aktiviteter

- Skoven spirer
- Naturstafet og naturlig kunst
- Naturligvis
- Krible Krable
- Trolde og eventyr
- Jeg tør og jeg kan

## Fase 3: Evaluering

- Besøg af projektmedarbejder
- Evaluering af forløbet
  - Aktivitetsmateriale og indhold
  - Inspirationshæftet
  - Erfaringsudveksling og videre udvikling

# 5 veje, der får forældre til at give en hånd med

Med et stærkt forældresamarbejde følger forståelse for pigespejderværdierne og en rygsæk, der er pakket korrekt. Men samarbejdet kan også føre til en hjælpende hånd på møder og ture og i sidste ende til en ny leder i gruppen. Ud i naturen har høstet erfaringer fra pigespejdergrupper i hele landet og giver dig her fem veje til at styrke samarbejdet med spejderforældrene.

**1** Giv dig tid til at spørge ind til forældrenes interesser, når I er til spejder sammen. Vær nysgerrig, bed ikke om hjælp som det første. Måske får de langsomt mod på at tage mere ansvar for gruppen.

**2** Du er mester i at få alle slags børn til at føle sig velkomne. Gør det samme med forældrene. Det er forudsætningen for, at de får lyst til at hjælpe i gruppen.

**3** Beslut hvem der har "forældre-tjansen" på et møde. Det kan være en leder eller en fra bestyrelsen, som er god til at fortælle om både værdier og aktiviteter i gruppen.

**4** Få forældrene til at byde ind på konkrete opgaver. Brug de Forældrehjælperkort, som du finder i dokumentbanken på pigespejder.dk. Søg på "Forældrehjælperkort". Det er vigtigt, at du som leder spørger forældrene personligt om de vil hjælpe med en opgave. Vær åben for, at man kan være flere om en opgave. Mange får fx mere lyst til at være madmor, hvis det er sammen en med anden forælder, som de hygger sig med.

**5** Lav arrangementer som forældrene er inviteret til. Det giver spejderne stolthed at vise, og I styrker jeres relation til forældrene. Den relation gør det lettere at bede om hjælp.

” Vi har inviteret spejdere og forældre til en dag i kirken med præsten. Vi skulle kigge og opleve alle ting i kirken, op i tårnet, ud på kirkegården og kigge og spørge. Så kom far og mor og vi spillede Noahs ark for dem og drak kaffe sammen.”  
**Leder, Bording gruppe.**

” Et stærkt forældresamarbejde er en rigtig god måde for især mødre at se deres piger og være med i det, de laver og få lov til også at få en relation til deres veninder.”  
**Leder, Bording gruppe.**

” Det giver et godt fællesskab at være en del af pigespejderne og det nyder jeg også godt af.”  
**Mor til pigespejder, Bording gruppe.**

# Aktivitmaterialet – tankerne bag

Vi har til forløbet udviklet et aktivitmateriale, der beskriver aktiviteter, lege og inspiration til bålmad til de seks mødegange. På side 16–27 finder I aktivitmaterialet, som I kan tage i brug, som det er, eller bruge som inspiration til jeres planlægning. Aktivitetsdagene er baseret på nogle generelle overvejelser omkring målgruppen, (familie)fællesskabet, der skal understøttes, De grønne pigespejdere og vores værdier.

## Fra at snuse til at snitte – aktiviteterens tiltagende sværhedsgrad

Familierne, der deltager i forløbet, har måske erfaring med at være i naturen, fra skovbørnehave til gåture en gang imellem, men de fleste familier vil være ret nye i naturen. Aktiviteterne tager derfor udgangspunkt i, at familierne først skal ud og snuse lidt til ”den der natur”, og hvad man kan lave i den. De skal vænne sig til naturen, hinanden og det at være sammen på en helt ny måde. Opbygningen og udviklingen af aktiviteterne starter derfor stille og roligt ud, men bygger for hver gang ovenpå og stiller større krav til familiens væren i naturen. Familierne starter med at ”snuse” for til sidst at snitte.

## I lære som pigespejder

Over de seks aktivitetsdage får familierne en forståelse for, hvad det vil sige at være pigespejder.

På dagene stifter familierne bekendtskab med friluftslivet og de mange aktiviteter der er, som understøtter både leg, læring, nysgerrighed og fællesskab.

Aktiviteterne skal vise bredde så familierne får en fornemmelse for, hvor bredt, det faktisk favner at være pigespejder. Det er alt fra at undersøge og udforske til at eksperimentere. Fra at samle blomster, lære om kravl og krat til at bygge huler, snitte og lave bål. At være pigespejder handler ikke kun om friluftsliv, men også om det at være i et fællesskab. Lege vil derfor også lære pigerne og deres familier at:

- være en god ven
- vi siger tak til hinanden
- vi hjælper hinanden



# Aktiviteternes opbygning

<b>Indledning</b> 20-30 min	<b>Aktivitet</b> 50-60 min	<b>Afslutning</b> 45-50 min
<ul style="list-style-type: none"><li>• Velkomst og fællessang</li><li>• Navneleg</li><li>• Kan I huske, hvad vi lavede sidst?</li><li>• Rammesætning: dagens aktiviteter og indhold</li><li>• Bålostart</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Tema – friluftsliv og natur, iagttagelse, undersøge, eksperimenter og øve sig</li><li>• Leg</li><li>• Balance, samarbejde og sjov</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bålhygge</li><li>• Mad og samvær</li><li>• Opsummering af dagens forløb – hvad har vi lært?</li><li>• Afslutning</li><li>• Sang og hvad sker der næste gang?</li><li>• Fælles oprydning</li><li>• Evaluering</li></ul>

## De seks aktivitetsdage

I hæftet på side 16–27 finder I beskrivelser til de seks aktivitetsdage, der er særligt udviklet til projektet.

Aktiviteterne dækker livet som pigespejder og vores værdier, men de bygger også på de erfaringer andre spejdergrupper og korps har gjort sig med opstart af familiespejder samt aktiviteter for børn i alderen 3–6 år.

For at aktivitetsdagene bliver rammesat bedst muligt er de, som det fremgår af ovenstående model, opbygget af tre faser: indledning, aktivitet og afslutning.

Om I bruger to eller tre timer på aktivitetsdagene, det er op til jer selv. Begge tidsintervaller har fungeret for forskellige grupper, så brug den tid, der giver mening for jer.

I er også frie til at tage dele af aktivitetsmateriale eller helt lave jeres eget. Det kan være, at I har jeres møder i nærheden af vand, en bondegård eller lignende og dermed ønsker at tilbyde andre aktiviteter.

Sørg for, at børnene har T-shirt og tørklæde på til alle aktivitetsdagene, og gerne uden på overtøjet, da det giver en følelse af fællesskab. Vær derudover opmærksom på, om drikkedunken fra rygsækken er fyldt, så børnene kan slukke deres tørst i løbet af dagen.



Find inspiration til de forskellige faser i vores aktivitetsdatabase på [pigespejder.dk/aktiviteter](https://pigespejder.dk/aktiviteter)

## Lup-glas

Som spejder skal man ud at undersøge ting, og det her lup-glas er let at have med sig og ud i naturen – eller hjemme i haven eller på legepladsen. Børnene medbringer og bruger dette på 3. aktivitetsdag: Krible Krable, det kan dog også bruges på andre aktivitetsdage, så sørg for at have det ved hånden, hvis der nu dukker en bille eller andet op, der skal undersøges nærmere.



## T-shirt og tørklæde

Det er lidt sjovere, når man kan klæde sig på som spejder og have det samme på som de andre; at være fælles om noget. Lær børnene, at de skal have T-shirt og tørklæde på til hver aktivitetsgang, og gerne uden på overtøjet, så man kan se det.



## Kop og tallerken

Til bålhyggen er det sjovt at have sin egen kop og tallerken. Det kan også bruges er hjemme, eller når man selv tager på tur.



## Spork

Sporken er smart, da den både er en gaffel, kniv og ske. Den kan bruges til alle bål-snacksne, der serveres.



## Drikkedunk

Det kan være hårdt at være spejder, så det hjælper lidt på legen og humøret, hvis man har noget at drikke med, så sørg for at have den fyldt, når du tager til spejder. Og så kan den også komme med i børnehaven.





# -RYGSÆKKEN



## Naturnøgle

Hvilke smådyr finder man i naturen? Ha' naturnøglen med i naturen, så kan man også finde navnet på de smådyr, der bliver fundet.



## Klistermærker Gnisterne

Klistermærker er sjove. De kan sættes på tasken, drikkedunken eller derhjemme på værelset.



## Spirepose

Det er spændende at få ting til at gro og følge spiren. Så frøet fra spireposen på 1. aktivitetsdag og hold øje med det de næste par måneder. Hvad sker der, og kan man se de samme tegn i naturen omkring os?



## Lommeguide/naturguide light

Hvad er det vi ser og finder i naturen? Brug guiden når man er i naturen, så man kan blive klogere på den.



## Pixibog

En fortælling om det at blive spejder, venskaber og eventyr. Som højtlesning derhjemme, måske som en del af bålhyggen eller læs den på 5. aktivitetsdag i de hjemmebyggede huler.

# Erfaringer med spilopspejd



## Information giver tryghed

Det er nyt for familierne at være spejder, men det kan give ro og tryghed, hvis der er klar information, og vi hjælper til at gøre det let og overskueligt at deltage.

- Hvor, hvornår og hvor lang tid?
- Hvad skal vi lave
- Hvad forventes der af os?

Vær ude i god tid, så familierne kan forberede sig og tale om de spændende ting, der kommer til at ske næste gang de skal til spejder.

## Forventninger

At alle ønsker at deltage aktivt  
At lære hinanden at kende  
At være sammen med de andre familier

Tal også gerne med forældrene om de retningslinjer, som I synes er vigtige. Det kunne for eksempel være:

- Brug af telefon
- Billeder og brug af dem på nettet



## Ny i naturen

Som garvet spejder og spejderleder har I værktøjskassen fuld af aktiviteter og udfordringer, men erfaringen er, at det er vigtigt at have "ydmyge mål" i starten. Bare det at være i naturen, kan være en overvindelse for nogle og de skal lære om forskellige måder at være derude på. Der kan være nogle, forhindringer for dem, og de skal stille og roligt nedbrydes.

Familiernes erfaring med at være i naturen kan være forskellig, og det er vigtigt, at der tilbydes aktiviteter der favner denne bredde, så alle føler, at de kan være med og har en succesoplevelse. Det er vigtigt, at aktiviteterne imødekommer både børn og voksne, da alle skal føle glæde og succes ved at deltage og fastholder lysten til at fortsætte.

## Forælderrollen

Spilopspejd er lige så meget for barnet, som det er for den voksne. De skal være sammen og dele oplevelserne med hinanden. I skal guide forældrene/de voksne til at guide deres børn. Det er vigtigt, at de er aktive med deres børn og resten af fællesskabet.

Det er vigtigt, at forældrene ikke laver aktiviteterne for deres børn, men guides til at se, at deres barn kan mere, end de tror, hvis barnet bliver støttet.

## Det kan de ikke – MEN – det kan de godt

Små børn kan mere med deres forældre end alene. En 4-årig med en forælder kan det samme som en 7-årig uden.

## Bredde og plads til input

Familierne er forskellige, og for at alle bliver engageret, er det vigtigt, at aktiviteterne er alsidige og kommer vidt omkring. Gør plads i programmet til fleksibilitet og inddragelse af børnenes egne ideer til lege og sange.

## Gentagelse

Børn i alderen 3–6 år holder især af gentagelser. Det kan være at gentage sange, lege eller det at lave bål. De opbygger, igennem genkendelse og øvelse, selvsikkerhed og lyst til at deltage. Gentagelse er også rammer og det øger tryghedsfølelsen – særligt i nye fællesskaber.

## Fantasi og sanglege

Det er dejligt med sange og særligt de sange, hvor man også kan bruge sin krop. Og samme sang kan gentages i al uendelighed. Fantasien får for alvor frit løb, og det er sjovt at finde på historier, høre historier, og det er særligt her, at vi kan være modige i naturen.

## Balance

Det er sjovt at bruge kroppen og der skal løbes, tumles og kravles. Det er en sjov måde at undersøge, eksperimentere og øve sig på.

## Sanser

Børn er meget nysgerrige og undersøgende og det giver anledning til at arbejde med de forskellige sanser. De skal ikke kun se og røre, men også have ro, så de kan lytte og dufte samt smage nye ting.

## Fællesskab

Børnene er i denne aldersgruppe ved at rykke fokus fra sig selv til andre, og det er muligt at arbejde med samarbejde, sige tak og lytte til hinanden.



### Alle er med

I engagerer og inddrager børnene (og de voksne) ved at spørge ind til, om de ved noget om dagens emne og ved at tage udgangspunkt i deres kompetencer, erfaringer og hvad de har lyst til at lave.

Når vi engagerer børnene i aktiviteterne, kan fire områder og spørgsmål, der lægger op til dem, hjælpe os til at understøtte engagementet:

- At iagttage
- At undersøge
- At eksperimentere
- At øve sig





# Små børn (og deres voksne) i naturen







# AKTIVITETSDAGENE

1 Skoven spirer

2 Naturstafet og naturlig kunst

3 Naturligvis

4 Krible Krable

5 Trolde og eventyr

6 Jeg tør og jeg kan

# AKTIVITETSDAG 1

## Skoven spirer

### Indledning

Så er det blevet dagen for første aktivitet dag, og små som store er spændte på første dag som spejder, mødet med de andre familier og med naturen.

I dag skal vi lære hinanden at kende, lære hinandens navne, glæde os ved at være i selskab med hinanden, udforske foråret i naturen og hjælpe hinanden.

Byd deltagerne velkommen og start ud med en sang, hvor I får varmet stemmer og kroppe op til dagens strabadser. Lav også en navneleg, så både forældre og børn kan huske de andres navne. Fortæl derefter hvad der skal ske i løbet af dagen og start ud med at samle ind til bål og byg bålet op sammen.

 **Når børnene har fået udleveret deres rygsæk, så sørg for, at de tager T-shirt og tørklæde på og får fyldt deres drikkedunk op.**

### Aktivitet

#### Navneskilte og familie billeder

Det er altid lidt sjovere, når man kender de andres navne, og man stolt bærer sit navn om halsen eller i sit tørklæde.

Navneskiltene bliver lavet i træ med et boret hul, hvori der kan hænges en (læder)snor, så skiltet kan bindes fast i tørklædet eller rundt om halsen. Navnet skrives på skiltet med tusch.

De voksne kan hjælpe med at save og bore hul til, at snoren kan komme igennem. Det ville være oplagt, at børnene lærer at binde deres første knob, og de får hjælp til at skrive deres navn på navneskiltet.

Nu er det tid til at familierne skal have taget billeder, og her skal vi hjælpe hinanden. Der skal tages billeder af hver familie, og her skal vi lege og udfordre hinanden og området.

Måske skal billedet tages, hvor familien er klatret op i et træ, en står på hovedet, ligger på jorden osv. 2-3 familier går sammen ud i området, hvor de har til opgave at tage et familie billede af hinanden.

Billederne kan tages på mobiltelefon, som efterfølgende sendes til spejderlederen, som kan printe billederne ud til næste gang. Billederne kan sættes op på en planche eller træplade (i en sjov form), lamineres og hænges i snor fra en kroget gren eller lignende. Herunder skrives familiens navne.

#### Frøet spirer

Foråret er en skøn tid, hvor naturen begynder at spire, og det skal vi da ud at opleve sammen. Gå en tur rundt i området og se på træernes knopper og de blomster, der kendetegner årstiden. Vi kan plukke blomster og tale om, at man plukker fra forskellige områder, og hvordan man respekterer naturen ved ikke at knække grene af træer mm. Hvis der er tid, kan familierne plukke blomster, og hvad der ellers er i området. Hjælp hinanden ved bålet med at lave blomster- eller naturkranse af de ting, I har fundet.



**Brug frøet fra rygsækken til at plante i nogle små potter.**

Børnene har fået en frøpose i deres rygsække, og I kan snakke om, hvordan man sår frø og passer dem, mens i sår frøene i små potter. Børnene kan tage potterne med hjem, så de kan få spirer i deres eget hjem. Opfordr dem til at tage billeder af spireprocessen, som de kan vise, når I ses over de næste par måneder.

#### Leg

##### Jorden er giftig

Det har været en rolig formiddag, så skal vi ikke skrue op for balancen og tage en god omgang "Jorden er giftig"?



Prøv at opstille en bane, hvis ikke der allerede er noget oplagt. I kan evt. lave nogle ringe af reb, hvor man kan have "helle" og hænge et reb fra et træ, så man kan svinge sig. Kun fantasien sætter grænser, og deltagerne har uden tvivl mange gode forslag. Legen kan evt. udskydes til, mens i venter på, at æblerne bager i bålet. Så går ventetiden lidt hurtigere.

## Afslutning

### Bålhygge: Fyldte bagte æbler

Selvom det ikke er æblesæson, så ved vi alle, hvad et æble er, og det er dejligt med noget, vi kender.

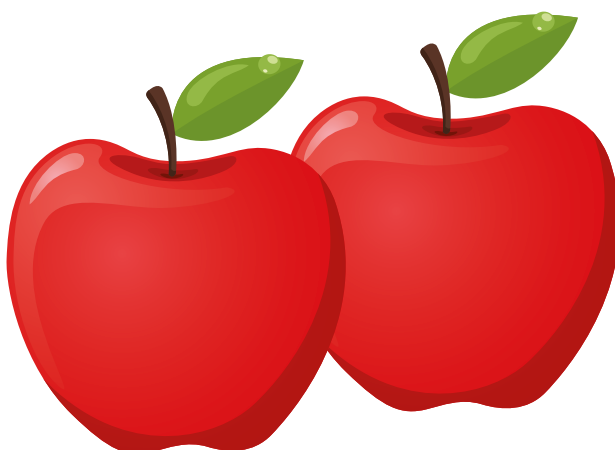
### Sådan gør I

1. Toppen skæres af æblerne, og kernehuset skæres ud (med kniv eller måske en ske).
2. Heri fyldes der en blanding af brun farin, rosiner og kanel, og æblets låg lægges på igen.
3. Æblet pakkes ind i folie og lægges ind til bålet, hvor det ligger ca. 15 min.

Hvis der skal lidt ekstra forkælelse til, så kan der deles noget fløde ud i nogle tætlukkede beholdere, og børnene kan ryste indtil fløden bliver til flødeskum. I kan evt. hælde fløden i en plastikpose med en rengjort 2-krone, og så er det bare i gang med at ryste, til fløden bliver til flødeskum.



**Brug spisegrejet fra rygsækken til at spise det fyldte æble.**




## Materialer

- Førstehjælpsgrej
- Tykke grene til navneskilte (eller de kan findes af familierne på dagen afhængigt af område)
- Boremaskine
- Save
- Lædersnore
- Ståltråd til blomsterkranse
- Tuscher i forskellige farver til navneskilte og udsmykning af disse
- Små potter (gerne en-gangspotter)
- Æbler
- Rosiner
- Nødder
- Brun farin
- Kanel
- Evt. fløde til flødeskum og evt. beholdere til at ryste flødeskum
- Folie
- Reb til "Jorden er giftig"
- Saft, the og kaffe til bålhygge
- Krus m.m.

# AKTIVITETSDAG 2

## Naturstafet og naturlig kunst

### Indledning

 Sørg for at børnene har T-shirt og tørklæde på og får fyldt deres drikkedunk op.

Vi har været lidt rundt i området og set os omkring, smagt på mælkebøtter og set på knopper og blomster, men hvad gemmer der sig ellers i naturen, og hvordan skærper vi vores opmærksomhed på alt det omkring os? Denne gang skal vi ud på en naturstafet og se på alle de variationer, der er i naturen omkring os. Så skal vi væve, udforske og røre ved naturens materiale og lave noget, som vi kan have med hjem fra dagens oplevelser.

Dagen kan efter fællessang og rammesætning for dagen starte med, at alle sætter de printede familie billeder fra sidste gang på en planche, træplade eller hænger dem i en snor på en gren og skriver deres navne på.


Efter alle har været med til at samle brænde og hjulpet til med at tænde op i bålet, kan I snakke lidt om, hvad de kan huske fra sidste gang, og hvad det betyder at være spejder. Som spejder lærer man også at bruge dolk, og i dag skal vi samle og snitte grene til snobrød. Herefter kan dagens aktiviteter begynde.

### Aktivitet

#### Naturstafet

Inden aktivitetsdagen har spejderlederne fundet forskellige blomster, blade, mos, gran og andre goder fra området frem og lagt det på insektrace-dugen i en række, så man tydeligt kan se tingene. Familierne deles nu op i to hold, og en fra hvert hold løber ud i området for at finde en af de ting, som er lagt frem. De skal huske at tage det, de har fundet, med tilbage til startlinjen og lægge det ved siden af det, som spejderlederen har fundet. Først når

det er lagt her, kan næste person løbe ud og finde endnu en ting. De behøver ikke gøre det i den rækkefølge, som tingene er lagt. Det hold, der finder alle tingene og bringer dem tilbage til startstregen først, har vundet.

 I kan bruge jeres lommeuide fra rygsækken.

#### Naturvæv

Nu har vi været ude og udforske og finde farverige materialer, så hvorfor ikke forsøge os med at lave noget kunst. På denne måde kan vi få gang i fantasi og kreativitet sammen og samtidig røre og udforske de materialer, vi har fundet – måske endda gå ud og finde mere.

Hver familie samler 4 grene, som bindes sammen til en firkant, og denne bliver rammen for vores væv. I væven bindes der snore så tæt, at det er muligt at sætte materialerne fast imellem snorene.

Det kan være, at blomster snos rundt om snorene, eller flettes og bindes fast med ståltråd, at mos og blade klemmes ind imellem snorene eller syes på med snor. Kun fantasien sætter grænser, og jo mere familierne lader sig inspirere af naturen og hinanden des bedre.

På hjemmesiden kan I finde billeder af en naturvæv, som kan hjælpe jer.

#### Leg

Der er måske ikke tid til en planlagt leg i dag, da alle skal ud og finde grene til snobrød, men hvis der er tid, så ville det være et godt tidspunkt at gentage en leg fra forrige gang efter børnenes forespørgsel. Gentagelse af lege, de kender, giver tryghed og glæde.

## Afslutning

### Bålhygge: Snitte og snobrød

Inden alle samles ved bålet, skal der findes grene, og når de sidder stille ved bålet får børnene mulighed for at snitte deres egen gren.

Der laves snobrød, som kan tilsættes nogle smagsforstærkere efter eget valg, men de kan også spises "naturel". Børnene kan også hakke skovsyre eller ramsløg, som kan bruges som smagsforstærker.

Sidste gang lærte de, at fløde kan blive til flødeskum, så denne gang kan de se, at flødeskum kan blive til smør. Smørret kan tilsættes hakket skovsyre eller ramsløg afhængigt af, hvad der er i området.

 Brug evt. spisegrejet fra rygsækken til at lægge snobrødet i.

## Materialer

- Førstehjælpsgrej
- En dug til naturstafet
- Indsamlede blomster, blade, mos, gran mm.
- Snor og reb til naturvæven
- Hvedemel
- Vand
- Gær
- Salt
- Skovsyre/ramsløg
- Insektrace-dugen
- Dolke
- Skeer
- Saft, the og kaffe til bålhygge
- Krus m.m.



# AKTIVITETSDAG 3

## Naturligvis

### Indledning



Sørg for at børnene har T-shirt og tørklæde på og får fyldt deres drikkedunk op.

Familierne har været i skoven nogle gange og har observeret, undersøgt og haft fingrene i mange af de planter, grene og træer, som er at finde. Denne gang skal familierne ud for at finde det, som ikke hører til i naturen og høre om, hvordan ting nedbrydes og hvordan det, som ikke hører til i naturen, har lang nedbrydningstid. Derudover skal familierne ud og bruge sanserne og evnen til at observere ved at se, mærke og dufte. Vi skal ud og kramme træer. Efter opstart og bålet er startet begynder dagens aktiviteter.

### Aktivitet

#### Skovsvineriet

Spejderlederne har inden dagens aktivitet afgrænset et område i skoven og lagt forskellige elementer ud i området, som ikke passer ind. Det kan være en coladåse, tyggegummi, folie, bananskræller, en tøjgenstand m.fl. Forinden denne event har spejderlederne udfærdiget en tjekliste til de voksne.

Hver voksen får udleveret en tjekliste, og hver familie går rundt i området og søger efter de unaturlige ting, der er blevet lagt ud. Når et barn finder en ting, tjekkes denne af på listen og lader tingen blive liggende. Det er vigtigt, at de voksne guider, men ikke viser i retning.

Når alle kommer tilbage og har fundet alle tingene, er det oplagt at tale om nedbrydningstid, og hvad det betyder for naturen, at plastik og andre fremmedmaterialer er i naturen.

På hjemmesiden kan I finde en oversigt over affalds nedbrydningstid, som I også kan vise til børnene.

Som spejder rydder man op efter sig selv og holder naturen ren, så inden næste aktivitet kan starte, skal børnene ud og samle tingene ind og aflevere dem til spejderlederen, som tjekker af, at alt er kommet tilbage.

#### Duft og søg dig frem

Dyrene bruger deres lugtesans til at finde rundt og sætte deres mærker. De finder vej ved at observere.

Nu skal familierne ud på spor og dufte sig frem til forskellige træer i skoven. Inden aktiviteten begynder, er der strøget havregryn ud, som går hen imod forskellige træer – ikke helt hen til træerne. På de udvalgte træer er der smurt noget mentholatum på i børnehøjde, så det dufter stærkt.

Ved de udvalgte træer placeres der ingredienser til at lave snobrød af, og som spejderne tager med tilbage til bålpladsen, når de har fundet frem til det. Det må gerne gemmes lidt væk, så det ikke er deres synssans der finder det, men deres evne til at følge et spor og deres lugtesans.

Inden børnene slippes fri og sendes i forskellige retninger, for til sammen at finde alle de afmærkede træer, dufter de til mentholatum, så de kender duften. Nu er det afsted!

Børnene søger efter de (havregryns)spor, der er lagt ud og skal ned på knæ, når de nærmer sig træerne for at kunne dufte sig frem til mentholatum og dermed finde de ingredienser, de er på jagt efter.

#### Kram et træ

Der bliver udvalgt nogle træer i området som har en særlig form; det kan være, at det har mange grene, har nåle eller andre kendetegn.

Forældrene giver barnet bind for øjnene eller holder dem for øjnene, hvis de er utrygge ved at have noget bundet for øjnene. Barnet føres hen til træet og får lov at mærke over det hele mens det guides til at fortælle, hvad det kan mærke og sætte ord på.

Efter at barnet har undersøgt træet grundigt, føres det tilbage til udgangspunktet, og bindet for øjnene bliver fjernet. Nu er det tid til, at barnet skal omsætte sin følesans til syns-sansen og finde træet igen. Måske vise en af de andre i gruppen, hvilket træ de havde, og hvordan de kunne finde det igen.

## Leg

### Højt som et hus

Alle deltagere siger remsen og laver bevægelserne til remsen:

- "Højt som et hus"  
– op på tæer og armene op over hovedet
- "Lille som en mus"  
– ned på hug og krum sammen
- "Bred som en vej"  
– stå med spredte ben og armene langt ud til siden
- "Smal som en streg"  
– saml benene og armene ind til kroppen
- "Og flad som en pandekage"  
– Lig fladt ned på jorden
- Sig remsen hurtigere og hurtigere



## Afslutning

### Bålhygge: Bagte bananer med hindbær

I Danmark kan man også finde hindbær i naturen. Senere på sommeren har I måske mulighed for at plukke hindbær i jeres område. Derfor må I i dag teste bananerne med syltetøj. Bananer finder vi ikke herhjemme i vores natur, men sød, velkendt og lækker er den.

### Sådan gør I

1. I en banan med skræl skæres en rille.
2. Heri lægges lidt chokolade og eventuelt lidt syltetøj.
3. Bananen pakkes ind i aluminiumsfolie og lægges på gløderne i 10–15 minutter.



**Brug spisegrejet fra rygsækken til at spise den varme banan med.**


## Materialer

- Førstehjælpsgrej
- Diverse skraldeting til "Skovsvineriet"
- Tjekliste til "Skovsvineriet"
- Havregryn
- Mentholatum
- Fløde
- Hindbærsyltetøj
- Banan
- Pålægschokolade
- Folie
- Tabel med nedbrydningsår
- Dolke
- Saft, the og kaffe til bålhygge
- Krus m.m.

# AKTIVITETSDAG 4

## Krible Krable

### Indledning

 Sørg for at børnene har T-shirt og tørklæde på og får fyldt deres drikkedunk op.

Familierne har undersøgt og eksperimenteret med skovens træer, blade, blomster og mos, men nu er det tid til at udforske skovbunden for insekter. Børnene skal have jord under neglene, ud og undersøge og have deres lup frem for at se nærmere på naturens mange små beboere, som gemmer sig mørke og fugtige steder. Vi samles alle sammen ved bålet, synger og taler om sidste gang og dagens aktiviteter kan sættes i gang.

### Aktivitet

#### Insektjagt

Vi går i skoven og prøver at finde insekter. Find dem under træstammer, under stubbene som børnene normalt sidder på, under grene og blade, under barkstykker på et væltet træ osv. Vi snakker om de forskellige insekter, hvad de er for nogle størrelser, hvordan de ser ud, og hvad insekter betyder for naturen.

 Brug lup-glasset fra rygsækken til at se nærmere på de dyr I finder.

#### Insekt-race

Gå på jagt efter insekter, edderkopper, snegle og orme. De kan indfanges på mange forskellige måder. Prøv f.eks. at lave kartoffelfælder, insektsugere og faldfælder. Find billeder og vejledninger til de forskellige fælder på hjemmesiden. Alle de indsamlede dyr samles i et glas, der forsigtigt vendes på hovedet og placeres på midten af insektracedugen. På "nu" slippes dyrene fri, og I kan nu iagttage, hvem der er hurtigst. Det hurtigste dyr er det dyr, som først når ud over voksdugen. Hvem, tror I, er hurtigst? Før dyrene slippes fri, kan I gætte på, hvem der er hurtigst, og hvorfor.

Skab forundring og læring. Hvorfor var netop det dyr hurtigst? Med denne aktivitet bliver I opmærksomme på dyrenes forskellighed på en sjov måde, samtidig med at I træner og stimulerer følesansen.

Selvom ikke alle børn (eller voksne) kan lide at røre ved smådyrene, er de sjove at iagttage. Prøv f.eks. at lave kartoffelfælder, insektsugere og faldfælder. Beskrivelser af, hvad det er, og hvordan man laver dem, kan I finde på hjemmesiden.

### Lege

Disse lege er fangelege, hvor børnene skal være insekter og fangeren skal være solsort.

#### Solsortens jagt

Fangeren/solsorten har et sort klæde/hue/strømpebuks på toppen af hovedet, så alle kan se, hvem der er fangeren. Inden legen starter, taler vi om, hvordan solsorten fanger sin mad, og hvordan insekterne kan beskytte sig selv.

#### Tusindbenet

Tusindbenet forsvare sig selv ved at løfte sine ben og tisse på solsorten og skræmme den væk. Det skal vi også prøve.

Der udvælges en solsort, som er fanger. Alle andre stilles på en lang række og holder hinanden på skuldrene og går/løber i "futtog". Solsorten løber rundt om tusindbenet. Når solsorten griber ud efter en af dem i rækken, skal barnet/den voksne løfte det ben der er ud mod solsorten, som om man tisser på den. Legen fortsætter og det træner balance, samarbejde og opmærksomhed. Hvis det lykkes solsorten at fange en i rækken uden at blive tisset på, træder denne person ud af rækken, og solsorten fortsætter sin fangst. Legen kan laves på tid eller indtil der kun er et par stykker tilbage i rækken.

### Bænkebideren

En bænkebider beskytter sig selv ved at krølle sig sammen på jorden og lade sin hårde skal gøre den uspiselig for solsorten.

Der udvælges en solsort som fanger, som får et sort klæde/hue/strømpebuks på hovedet, så de kan kende den. Nu går fangsten i gang. Når en solsort er ved at fange en bænkebider, skal man rulle sig sammen på jorden, så man ikke kan blive spist. Når man er rullet sammen, skal man tælle til 10 før man rejser sig og er med i legen igen.

### Orme

Solsorten elsker at spise orme, men de kan være svære at fange, hvis de forsvinder ned i deres huller. Til denne leg udvælges der en solsort, og der skal bruges reb til at danne cirkler som ormehuller.

Hvis der er 10 deltagere, skal der laves 9 ringe/ormehuller med passende afstand. Når legen går i gang, er det vigtigt at ormene søger ud mod et ormehul for ikke at blive fanget af solsorten. Men der kan kun være en orm i et hul ad gangen.

For hver gang en orm bliver fanget, bliver der også fjernet et ormehul.

Legen slutter, når alle orme er fanget, eller en orm har overlevet eller måske bare, når solsorten er mæt

## Afslutning

### Bålhygge: Skovsyrepandekager

Inden den store pandekagebagning kan begynde, skal der samles skovsyre og børnene kan smage lidt på blade og blomster inden de kommer i pandekagedejen.

### Til ca. 6-8 små pandekager

Skovsyre

1 æg

2,5 dl mælk

2,5 dl hvedemel

1 tsk sukker

1 knsp salt

### Sådan gør I

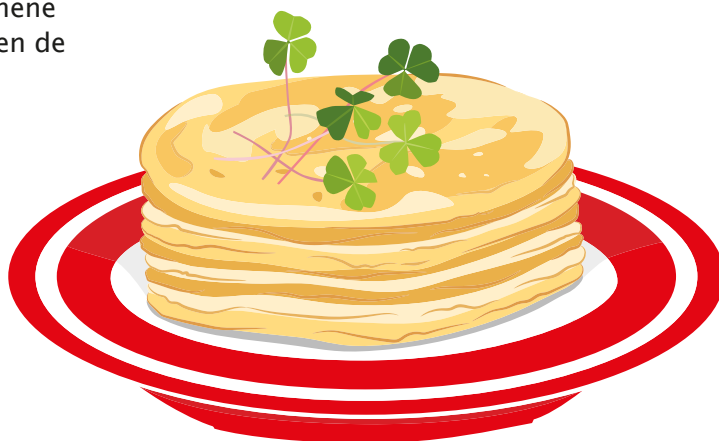
1. Indsaml, vask og tør skovsyre
2. Bland mel, sukker, salt, æg og mælk
3. Varm olie på panden og hak skovsyre
4. Steg pandekager og tilføj lidt hakket skovsyre inden pandekagen vendes.



**Brug spisegrejet fra rygsækken til at spise pandekagerne med.**

## Materialer

- Førstehjælpsgrej
- Evt. ting til insektfælder
- Insektrace-dug
- Klud/hue/strømpebuks
- Reb
- Pandekagepander
- Fedtstof til at stege pandekagerne i
- Hvedemel
- Sukker
- Mælk
- Salt
- Æg
- Evt. sukker og syltetøj til pander/pander til pandekagebagning
- Saft, the og kaffe til bålhygge
- Krus m.m.



# AKTIVITETSDAG 5

## Trolde og eventyr

### Indledning



Sørg for at børnene har T-shirt og tørklæde på og får fyldt deres drikkedunk op.



I kan også læse op fra den lille pixibog, alle børnene har i deres rygsæk.

Aktiviteterne har foreløbigt handlet om at lære om og være i naturen, men skoven er også et sted, hvor fantasien, mystik og eventyr finder sted. Området er ikke længere ukendt territorie for børnene og de kender hinanden og er ved at være klar til at være modige i naturen. Så denne gang handler det om Trolde og eventyr. Efter samling, fællessang og opstart af bål kan aktiviteterne sættes i gang.

### Aktivitet

#### Vi laver trolde

Hvert barn skal save en 20–25 cm lang pind på ca. 5–10 cm i diameter. Derefter får hvert barn et stort stykke ler, som kan formes i forskellige former og derefter sættes fast på pinden.

Opgaven er nu, at spejderne skal finde spændende ting i skoven, som de sætter leret og laver en trolde af. Det kan være tynde krogede grene til arme, blomster/blade/nåle/mos/fjer som hår og småsten som øjne og mund.

#### Huler og eventyr

Nu er det tid til at lave huler, så find et godt sted i området, hvor det er muligt at lægge grene, mos og hæng måske medbragt dug/presenning op for at skabe en lille hyggelig hule. En hule hvor trolde bor.

Afhængigt af, hvor mange børn der er, kan der laves flere huler, så alle er med til at bygge. De voksne eller spejderledere kan have medbragt eventyr eller man kan finde på et eventyr på stedet med inputs fra børnene og deres nybyggede trolde.

Når hulerne er bygget, kan spejderne kravle ind og lade eventyret begynde.

### Lege

#### Troldehoved

Først stiller I jer i en rundkreds af maks. seks børn og holder hinanden i hånden. Herefter tegner en af jer en cirkel på jorden (med et reb) inde i rundkredsen. Det er "troldehovedet", som er forhekset. Cirklen må ikke være større end, at I kan springe hen over den. Nu gælder det om at hive og trække i de andre, så de kommer til at træde ind i "troldehovedet". Når man træder ind i "troldehovedet", bliver man forhekset og går ud af legen. Det gælder om at være den, der ikke bliver forhekset.

#### Ståtrold 1...2...3

Et område afgrænses.

Leges som almindelig fangeleg ved, at en person vælges til fanger. Fangeren "tikker" de øvrige ved at røre dem. Når man er rørt, stiller man sig med vidt spredte ben og kan befries ved, at en fri person kravler mellem benene på den fangede. Man har "helle", så længe man befinder mellem benene på en fanget. Fangeren bør udskiftes løbende, for selv en trolde kan blive trætt.

Man kan også lege ståtrold med automatisk skifter.

Når fangeren fanger en fri person, siger den "Stå 1". Ved den næste siger den, "Stå 2". Ved tredje fangst siger den, "Stå 3".

Mens "Stå 1" og "Stå 2" befries efter normale regler, bliver den 3. fangst den person, skal være den nye fanger. Lad børnene bestemme, hvilket nummer, som medfører fangerrollen.



Ståttrold kan også leges i par og leges efter samme regler, men al bevægelse foregår parvis. Deltagerne skal danne par to og to og holde hinanden i hænderne. Når et hold er taget danner de en bro mellem sig. Et par befries ved, at et andet par løber under broen.

## Afslutning

### Bålhygge: Mælkebøttefritter

Kender alle ikke pandekager? Nu skal I prøve at lege med at bruge pandekagedejen på en ny og sjov måde. I skal ud og finde mælkebøtter, og de skal vaskes og dyppes i pandekagedej, og så skal de steges på pander på bålet. Det er vigtigt, at alle børn og voksne får prøvet at dyppe, stege og smage.

### Mælkebøtteblomster (til 40 stk)

2 æg  
5 dl hvedemel  
5 dl mælk  
2 tsk æbleeddike  
2 tsk rosmarin  
Olie til stegning

### Sådan gør I

1. Vask og tør alle mælkebøtteblomsterne grundigt
2. Bland alle ingredienser til pandekagedejen
3. Varm olie på panden og dyp blomsterne i dejen
4. Når blomsterne er dækket af dej kommes de på panden

 Brug spisegrejet fra rygsækken til at spise mælkebøttefritterne med.

## Materialer

- Ler
- Save
- Presenning til huler
- Reb, snor mm til hulebygning
- Eventyr
- Reb til Troldehoved leg
- Pander/pande til pandekagebagning
- Æg
- Hvedemel
- Mælk
- Æbleeddike
- Rosmarin
- Olie
- Saft, the og kaffe til bålhygge
- Krus m.m.



# AKTIVITETSDAG 6

## Jeg tør og jeg kan

### Indledning



Sørg for at børnene har T-shirt og tørklæde på og får fyldt deres drikkedunk op.

Det er sidste dag på denne oplevelsesrige rejse i naturen sammen med de andre spejdere. Nu skal familierne på sanseløb og bruge alle deres sanser og opleve hvad de har lært igennem de sidste par måneder.

Der skal føles, duftes, mærkes, smages og leges og vi slutter af med bål, hyldeblomstpandekager.

Vi skal da også lige huske at se på de små spirer, som de såede første gang og kigge på hvordan området har ændret sig og knopper er blevet til blade og blomster er blomstret. Efter samling, fællessang og opstart af bål skydes dagen i gang.

Når dagen er omme, så husk at alle forældre skal have udfyldt spørgeskemaet med evaluering af forløbet, og alle familier skal derudover have udleveret flyeren "Mod på mere natur".

### Aktivitet

#### Det store spejderløb/Piratløb

Vi maler os i hovedet med ansigtsmaling og laver bandanas.

Herefter drager vi ud på togt. Vi følger sporet lavet af havregryn gennem skoven.

Undervejs skal vi løse opgaver for at vise, hvad vi er værd som pirater:

#### Styrkeprøve

Kan børnene løfte en voksen ved fælles hjælp?

#### Modighedstest

Tør vi følge rebet gennem skoven med bind for øjnene?

#### Forhindringsbane

Kan vi balancere, kravle og hoppe igennem forhindringsbanen

#### Listeprøve

Kan vi liste os ind på en voksen med bind for øjnene ude vi bliver opdaget?

#### Hukommelsesprøve

Hvor mange ting kan vi huske i kimslegen? Til sidst følger vi havregrynsporet hen til skattekisten med gode sager, som skal bruges til bålhygge.

## Leg

#### Alle mine kyllinger

Legen leges på et afgrænset område. Der kan ligges to snore ud, så spejderne kan se, vor de har helle I hver ende af banen har deltagerne helle/fir. Mellem de to helle/frizoner, som kan markeres med snore, står der en fanger – Ræven, som således er placeret midt på banen mellem hellerne/snorene.

De andre deltagere er kyllinger, og står i en ende af banen i en af hellerne til at starte med. Ved hver runde inden kyllingerne løber den ene ende/helle til den anden siges følgende dialog:

- Ræven: Alle mine Kyllinger kom hjem
- Kyllingerne: Vi tør ikke
- Ræven: For hvem?
- Kyllingerne: For ræven
- Ræven: Hvad gør han?
- Kyllingerne: Spiser vores kød og drikker vores blod
- Ræven: Kom bare

Efter at ræven siger "kom bare" har kyllingerne ikke længere helle og de må løbe til den anden ende af banen, hvor de igen vil få helle.

Ræven skal fange alle de kyllinger hun kan og vil på en løbetur få de kyllinger han fanger som hjælpere i næste runde.

Dialogen siges hver gang inden at kyllingerne løber fra det ene helle til det andet.

Legen slutter når der ikke er flere kyllinger.

## Afslutning

### Bålhygge: Hyldehyldeblomsten

Over den sidste tid er hyldeblomstret og smager helt fantastisk. Lad os gå sammen ud og klippe hyldeblomster til vores hyldeblomstpandekager.

Når vi kommer tilbage fra samlingen og pandekagerne er undervejs og der er lidt ro om bålet, kan vi snakke om hvordan skoven har ændret sig i foråret og hvordan alt springer ud og blomstrer. Lad os se nærmere på de frø de plantede ved start og se om de er spiret og er ved at vokse sig stærke.

### Hyldeblomstpandekager

Hyldeblomster

3. dl hvedemel

4,5 dl mælk

3 æg

0,5 tsk salt

### Sådan gør I

1. Vask forsigtigt hyldeblomsterne og dryp af på køkkenrulle
2. Pisk ingredienserne sammen på nær hyldeblomsterne
3. Smelt en smule margarine eller olie på panden
4. Dyp hyldeblomsterne i pandekagedejen og put den på den varme pande
5. Efter et par minutter er pandekagerne klar til at spise

## Materialer

- Førstehjælpsgrej
- Reb til modighedstest
- Reb, stiger, presenning mm til forhindringsbane
- Diverse blade, blomster, jord m.m. Til hukommelsesprøven
- Snor til "alle mine kyllinger"
- Ansigtsmaling
- Materiale til bandanas
- Sakse til at samle hyldeblomster
- Pander
- Hvedemel
- Mælk
- Æg
- Salt
- Olie
- Saft, the og kaffe til bålhygge
- Krus m.m.



Brug spisegrejet fra rygsækken til at spise de friterede hyldeblomster med.





**Piger der tør**